

## Berliner Frauenlauf 2017

Am Samstag, den 20. Mai 2017, reisten acht wagemutige Damen zum Berliner AVON-Frauenlauf nach Berlin mit der Bahn an. Es sollte noch eine abenteuerliche Zug Odyssee werden, aber dazu komme ich noch später zurück!

Die Hinreise nach Berlin ging reibungslos über die Bühne, pünktlich kamen wir nach 3,5 stündiger Bahnfahrt um ca. 13:16h am Berliner Hauptbahnhof an. So hatten wir noch genügend Zeit für eine Stunde am Hauptbahnhof zu shoppen bzw. ein Mittagssnack einzunehmen. Dann ging es vergnügt und in bester Vorfreude auf unseren Frauenlauf zur Anmeldung am Brandenburger Tor. Wir planten ohne Zeitdruck und Zeitnahme ganz gemütlich durch den Tierpark die 5 km Frauenpower - Walking - Strecke um ca. 16h in Angriff zu nehmen, wobei wir alle zusammen walken und gleichzeitig das Ziel erreichen wollten. Bei der Anmeldung gab es eine herbe Enttäuschung, denn wir erfuhren dort, dass die Frauenlauf - Shirts ausgegangen waren, es gab leider nur noch Shirts in der Größe XS und S. Uns wurden von den Veranstaltungshelfern zum Trost schöne Frauenlaufschuhbeutel ausgegeben. Ebenso versprachen sie uns, dass uns unsere Shirts nach Hause geschickt werden. Bisher ist mein Shirt noch nicht angekommen!

Wegen der fehlenden neuen Frauenlauf - Shirts hatten wir 8 Power Walkerinnen ja keine Einheits - Shirts, aber die einfallsreiche, in allen Lebenslagen patente Elke R. hatte die pfiffige Idee gehabt, dass wir uns kurzer Hand unsere geschenkten Frauenlauf - Schuhbeutel als Einheitslogo um den Bauch für unser Gruppenfoto schnallten! Siehe Fotos!

Auf der Laufmeile vor der Ziellinie gab es noch eine zünftige Aufwärmung so wie Party Musik! Es herrschte wieder eine super gute Stimmung unter den Läuferinnen bzw. Power Walkerinnen! Ich sah nur lachende fröhliche Gesichter! Jede Teilnehmerin freute sich auf den Lauf am Start! Dabei muss ich auch noch erwähnen, dass wir Bomben-Wetter hatten, absolut ideales Lauf- bzw. Walking - Wetter.

Die Hitze des Vortages mit 29 Grad in Berlin war vorbei. Wir hatten angenehme 19 Grad, keine pralle Sonne mehr, ein laues Lüftchen wehte, kein Regen!

Endlich fiel der Startschuss und wir walkten genüsslich los! Ich hielt mich immer brav an Elkes R. Seite, die 5 km vergingen wie im Fluge, es ging zunächst auf der Straße des 17. Junis zur Siegestsäule, ein schönes Fotomotiv, dann bogen wir links ab in den Tierpark, der wunderschön mit blühenden Rhododendren als auch alten Bäumen und Sträuchern bestückt ist. Nach vielen Kurven und Abbiegungen erreichten wir auch schon die Zielgerade am Brandenburger Tor! Glückliche und ausgepowert erreichten wir alle das Ziel und gönnten uns das wohl verdiente Ziel-Bier, Erdinger Alkoholfrei natürlich!!!

Auf meiner Laufuhr stand im Ziel 53 min und 53 Sekunden. Das war die Brutto Walkingzeit!

Nach dem Lauf war Eile geboten, denn wir wollten noch gemütlich ohne Hetzerei im China Imbiss am

Hauptbahnhof zu Abendbrot essen, bevor wir den 19:06h Zug nahmen. Das Asian Bistro gleich rechts am Bahnhofseingang, ist echt ein Geheimtipp! Alle Menüs sind super lecker, frisch zubereitet und man muss kaum auf sein Essen warten! Der Mangosaft ist auch sehr empfehlenswert!

Gut gestärkt machten wir uns auf den Rückweg, der diesmal für einige Damen wohl eine nervenaufreibende Angelegenheit wurde! Aber unser Orga-Duo-Team bestehend aus Elke R. und Claudia B. managten die Rückreise meisterlich! Elke und Claudia blieben völlig cool, gelassen und optimistisch! Ich hatte bis zum Schluss vollkommenes Vertrauen, dass sie uns sicher aus dem Berliner S- Bahnsystem nach Oranienburg und anschließend nach Stralsund leiten werden.

Denn in Berlin fielen alle Züge wegen Signal Störungen aus, folglich mussten wir mehrmals in diverse Berliner S-Bahnen umsteigen! Immerhin erhielten wir dadurch noch ein kostenloses Berlin Sightseeing - Abenteuer pur!

Mit Mühe und Not erreichten wir sogar noch 2 Minuten vor Abfahrt den Regionalzug in Oranienburg nach Stralsund! Puhh! Geschafft!

Elke und ich sicherten uns 8 Frauen 8 Sitze direkt neben einander im Laufschrift! Später erfuhren wir von der freundlichen Schaffnerin, dass der Zug noch 10 Minuten länger auf die S-Bahn aus Berlin gewartet hätte, die öfter Verspätung auf dieser Strecke habe laut der Zugschaffnerin.

Selbst wenn wir unseren Anschlusszug in Oranienburg nach Stralsund tatsächlich verpasst hätten, hätten wir dank Inge nicht auf dem Oranienburger Bahnhof übernachten müssen, denn Inge rief schon während der ca. 1stündigen S- Bahnfahrt ihre Bekannten an, die bei Oranienburg eine Pension führen. Dort hätten wir auch noch 8 freie Betten zur Übernachtung gehabt!

Letztendlich kamen wir aber noch pünktlich heil und sicher in Stralsund kurz vor 23h erschöpft aber erleichtert und happy an!

Einen aufregenden, schönen aber auch anstrengenden Berliner - Frauenlauf - Ausflug haben wir wieder erlebt!

Zum Schluss meines Berichtes einen großen Dank an unsere Organisatorinnen Elke R. und Claudia B., die uns souverän und nervenstark durch Berlin nach Stralsund brachten! Ebenfalls ein fettes Dankeschön an Gerd R., der uns alle im Vorfeld online zum Frauenlauf angemeldet hatte.

Lieben Dank an alle meine fitten netten mitreisenden Power- Walker- Damen! Es hat viel Spaß mit euch gemacht!

Eure Jasmin