

## **Wolfs Bericht über den 6. Stienitzsee Open am 05.09.2009**

Er gilt als einer der schönsten Landschaftsläufe Brandenburgs - der Stienitzsee Open – Lauf in dem kleinen Ort Hennikendorf bei Berlin ( [www.stienitzseeopen.de](http://www.stienitzseeopen.de)).

Einmalig bei dieser Laufveranstaltung ist die Verbindung von Natur, Kultur und Sport. In verschiedenen Stationen auf dem 12 km Rundkurs um den See sorgten verschiedene Künstler mit Installationen, Aktionen oder auch Musikevents für Abwechslung. Darüber hinaus ist es aber auch eine höchst anspruchsvolle Crossstrecke mit wechselnden Belägen, die den Läufern alles abverlangt.

Am Samstag, den 5.09. 2009 fand dieser Lauf in seiner 6. Auflage statt, das Wetter war nicht berauschend, aber als Läufer ist man ja einiges gewohnt.

Auf der 12 km Strecke (es gab auch noch eine Halbmarathon-Strecke und einen 3 km – Lauf) waren über 250 Läufer am Start, darunter wohl auch Halbprofis aus Frankreich und Portugal (die waren auch nach dem Start gleich weg und nicht mehr zu sehen!)

Da es für mich die erste Teilnahme war, hatte ich kaum Vorstellung von dem Schwierigkeitsgrad dieser Strecke - bei einer Seeumrundung bin ich natürlich von einer flachen Strecke ausgegangen - und ging erst einmal ein recht zügiges Anfangstempo mit. Musiker mit heißen Rhythmen spielen am Straßenrand und spornten den Laufrhythmus an, erste tolle Kunstobjekte waren am Wegesrand sichtbar. Doch dann kamen die ersten Steigungen – oft begleitet von anspornenden und jubelnden Sheerleadern!

Bald musste ich mein Anfangstempo zügeln um noch einigermaßen gut ins Ziel zu gelangen! Ab etwa der Mitte der Strecke kamen auf der gegenüberliegenden Seeseite Anstiege, die oft nur über Treppen zu bezwingen waren. Für die meist reizvollen Kunstobjekte auf der Strecke hatte ich oft nur noch wenig Luft zum Bewundern!

Erst nach 10 km fing ich mich wieder und ich konnte mein Tempo wieder leicht steigern und zum Ende hin noch einige Läufer überholen.

Nach über 56 min hatte ich dann glücklich das von Zuschauern umsäumte Ziel erreicht.

Gleich im Zielbereich gab es neben Iso-drinks und Säften auch Sekt, sodass ich mich hier gleich ordentlich regenerieren konnte!!

Stolz war ich nach der Auswertung der Resultate auf meine Gesamtplatzierung (22. Platz) aber ein wenig enttäuscht, dass das nur zum 4. Platz in der stark besetzten Alterswertung M50 reichte! In den Altersklassen 30-45 hätte ich jeweils bessere Platzierungen erreicht. Auf jeden Fall, es war eine schöne Erfahrung, eine schöne Laufveranstaltung – und ich werde sicher auch im nächsten Jahr dabei sein – dann mit besserer Laufeinteilung!

W. T.