

Erlebnisbericht von Rainer B zum 5. Sparkassen Rügenbrücken-Marathon

Erst einmal vielen Dank an Euch alle für die Glückwünsche zum erfolgreichen Nordic Walking Wettkampf.

Hier mal ein Erlebnisbericht wie es mir dabei so ergangen ist:

Am Start gleich mal rechtzeitig und vorne einsortieren, dem Gewusel und den vielen Stöcken wollte ich aus dem Weg gehen.

Meine Zielstellung (aber nicht ausgesprochen) war ja ganz vorne mitgehen, sprich Platz 1, aber man weiß ja nicht was die anderen so drauf haben.

Da meine letzte Trainingseinheit über 7,7 km in 61 min über die Bühne ging war ich sehr zuversichtlich, das auch auf der Brücke zeigen zu können.

Also- Start und schnell nach ganz vorne. Ein Hühne von Gestalt marschiert in Zivil, aber mit Start Nr. und ohne Stöcke vorneweg.

Meine Ansprache, wo sind denn Deine Stöcke mündet in einen kleinen Plausch, er ist gerade mal hier und macht einfach mit, er war gerade 3 Monate in Neuseeland wandern. Für einen Erlebnisbericht hatte ich aber keine Zeit und so habe ich mich dann verabschiedet. Ein netter Typ. Auf in Richtung Brücke, immer noch alleine ganz vorne. Es wurde von hinten dann aber lauter und lebhafter, die Frauen kamen.

Auf der Brücke bergauf waren wir dann zu viert und hatten uns schon etwas abgesetzt. Sabine und Rita aus Neubrandenburg sowie Jan aus Strahlendorf.

Die Identität der anderen Mitstreiter hat mich schon interessiert, denn ich weiß ganz gerne wer da noch so mitmischt. Zeit zum Quatschen ist ja genug.

Als "flotter Vierer" waren wir sehr gut unterwegs. Die Sabine war sehr gesprächig, hatte zwar auch keine Stöcke dabei, war aber mit sehr gutem Armeinsatz sehr schnell. Habe erst einmal nicht schlecht gestaunt, dass die so ein Tempo gehen kann. Aber ich konnte das auch.

Auf unserer Bergabstrecke kamen uns dann ja die 10,5 km Läufer bergauf entgegen und wir haben viele bekannte und auch unbekannte Gesichter ordentlich angefeuert. Da kommt richtig Stimmung bei auf. Ist ne tolle Sache. Am Wendepunkt hat die Sabine dann den Turbo geschaltet und wurde noch schneller.

Ach Du schreck, so eine Sch☹☹☹☹, vom linken Stock habe ich den Gummipad verloren, im Laufschrift zurück, Pad greifen und wieder aufstecken, das hat vielleicht gedauert.

Ein paar Meter weiter dann hat sich der andere Pad auch verabschiedet. Sch☹☹☹☹,-(schlechtes Material, bin aber schon dabei das abzuändern).

Noch mal zurück geht aber nicht, dann hätte ich mich von meinem Ziel verabschieden können. Stock festhalten und den anderen hinterher. Die waren inzwischen 30-40 m weg.

Kurzfristige Zielstellung: bis oben wieder einholen.

Sicher war ich mir nicht. 5. Gang rein. Ich bin gewalkt (nicht gelaufen) als wenn einer hinter mir her ist, kam aber immer näher.

Unterstützung kam dann auch lautstark von den anderen noch auf der Gegenseite walkenden Franca, Jasmin und Peter. So nach und nach habe ich mir dann auch die letzten Läufer geschnappt immer mit aufmunternden Worten. (Eh, was ist los mit Euch) Die 3 anderen waren dann aber auch nicht mehr zusammen. Oben war ich aber dran. Die Rita als dritte,- der Jan als zweiter, geschafft.

Aufforderung an Jan, los komm die holen wir noch. (Sabine war 10 m davor) Auch das geschafft, Jan musste jetzt aber abreißen lassen. Kommentar von Sabine: da bist Du ja wieder Das war insgesamt ein ganz hartes Stück Arbeit mit Adrenalin pur.

Von der Brücke runter dann in Höhe der Tankstelle der nächste "Ärger". Auch der andere Pad hat sich selbstständig gemacht. (noch mal passiert mir so was nicht) Der hinter uns gehende Jan hat den dann aufgehoben und mir im Ziel gegeben- eine feine Geste.

Also jetzt ohne Stockunterstützung auf die letzten Meter. Sabine legte noch mal einen Zahn

zu, die wollte mich los werden, hat aber nicht geklappt. Schneller als jetzt geht aber nicht. 150 m vor dem Ziel dann mein Angebot doch zusammen über die Ziellinie zu gehen,- angenommen.

Geschafft aber fix und foxi, nach 5 Minuten nur noch foxi.

Wir haben uns dann noch gegenseitig danke gesagt, zusammen hat das super Spaß gemacht.

Man sieht sich bestimmt mal wieder und dann auf ein Neues.

Ja, bei super Gegnerschaft und etwas Ehrgeiz kann Nordic Walking toll sein. Alleine vorneweg geht aber auch, man gewinnt dann etwas leichter.

Ein Danke an meinen Fersensporn, der hat mich zum walken gebracht, und wenn man so wie ich so langsam in die Jahre kommt, ist das genau das richtige.

Gelaufen bin ich lange genug, ich helfe aber gerne mal aus bei Staffeln usw.

Eine Ermunterung an alle die mit dem laufen nicht mehr so ganz zufrieden sind oder auch etwas gehandikapt sind, besogt Euch Stöcke und walkt mit uns.

Als kleiner pos. Nebeneffekt, man kann da leichter auch mal wieder gewinnen. Da sind nicht so viele. Das spornt unheimlich an.

Und Spaß macht es allemal, die Bilder unserer Frauen belegen das ja eindeutig.

Als letztes: Wir sind jetzt fast 2 Jahre dabei, die Gruppe ist toll, wir sind sehr sehr gerne dabei.

Rainer