



## Landesmeisterschaften im Straßenlauf

Auch dieses Jahr fanden die Landesmeisterschaften im 10km Straßenlauf im Kurort Bad Schmiedeberg statt. Jedes Jahr gelingt es dem Ausrichter dort vorbildlich auf einem schnellen Rundkurs einen quantitativ, qualitativ und organisatorisch sehr guten Lauf zu veranstalten. Nach einem langen Winter und Formproblemen traten die Teutschenthaler verhalten optimistisch die Anreise an. Aufgrund verschiedenster Ausfälle war es dieses Jahr lediglich gelungen eine Damenmannschaft und eine M50 Männermannschaft an den Start zu bringen.



Bis kurz vor dem Start jagten noch einige Regenschauer über das Land, aber danach störte an kürzeren Laufstellen nur noch etwas der böige Wind. Pünktlich 14.30 Uhr nahmen die 6 Teutschenthaler die Strecke in Angriff.

Maria Heinrich (Fr) ging verhalten an, konnte jedoch mit einem guten Laufgefühl bei Kilometer 4 auf das führende Duo der Landesmeisterschaft aufschließen und ab 5 Kilometer sicher die Meisterschaft nach Hause laufen. Mit 37:28min erreichte Maria eine deutliche Steigerung zu ihrer Vorleistung aus Paderborn und konnte nach der eingestreuten Trainingswoche auf Texel weiter die Formkurve anheben.



Jana Timm kämpfte in heimatlichen Gefilden gegen den Winter und konnte nicht immer die gewünschten Umfänge verwirklichen. Somit war sie heute mit ihren gelaufenen 47:30min sehr zufrieden und sicherte sich die Vizelandesmeisterschaft in der W40. Trainerin Sylvia Christoph reichten auf Texel 10 Wochenkilometer, um etwas Fahrt aufzunehmen. Im Sinne der Mannschaft rollte es dieses Jahr verhältnismäßig locker und sie erreichte zufrieden in 52:00min das Ziel. Mangels Konkurrenz bedeutete dies die Meisterschaft in der W30. Zudem mussten sich alle drei nur um 40 Sekunden der siegreichen einheimischen Frauenmannschaft geschlagen geben.

Auch bei den drei Männern lief es von Anfang an gut und alle konnten den Lauf genießen. Auch Andreas Sawall (M50) erwartete keine Wunder nach seinem Wintertraining und war daher mit seinen ansprechenden 40:28min sehr zufrieden. Dies bedeutete zudem Platz 4 in der starken Altersklasse M50. Rüdiger Stolz (M50) tippte schon vor dem Lauf auf eine 42er Zeit und er sollte Recht behalten. Auch für ihn stand das Teamerlebnis im Vordergrund und er steuerte die versprochene Endzeit von 42:39min bei.

Dritter Mann war unser Debütant Lutz Becker (M50). Bevorzugte er in der Jugend eher die kurzen Sprintstrecken, hat er nunmehr das Laufen für sich entdeckt und bereitet sich



auf seinen nächsten Halbmarathon vor. Auch er merkte von Anfang an dass etwas geht. Nach einer kleinen Schwächephase in Runde 3, konnte er sich zusammen mit Sylvia wieder motivieren, und erreichte mit einer starken 4. Runde in für ihn nie für möglich gehaltenen 51:53min das Ziel. Einziger Wermutstropfen heute war dann, dass die Männer mit lediglich 5 Sekunden Rückstand in der Mannschaftswertung M 50 auf Platz 4 einkamen.

Es lief also bei allen 6 Teuschenthalern besser als erwartet und mit 2 Titeln und 2 Vizemeisterschaften traten wir vergnügt die Heimreise an.

SC (13.04.2013)