

## Rursee-Marathon 2023

Das Ende vom EifelCup naht – demzufolge waren am 04.11.2023 zahlreiche Läufer:innen in Einruhr, um



noch ein paar Punkte zu sammeln. Die, die nicht für den Cup sammeln, hatten einfach Spass mit/an der Strecke. Zumindest

theoretisch, weil diejenigen Läufer:innen, die generell lieber bei kaltem und nassen Wetter unterwegs sind als im Hochsommer, ihr Traumwetter hatten.



Die Marathonis hatten die Freude, dass sie nicht austrockneten – weder am Start, nicht unterwegs, und auch nicht gegen Ende: immer wieder kam leichter Regen auf. Zudem musste ein paar Tage vor dem Start die Strecke noch geändert werden, da es im Bereich Schilsbachtal/Wildenhof zu einem massiven Felsabgang

gekommen war. Dieses Problem war aber vom Organisationskomitee rechtzeitig schnell und souverän gelöst worden!



Diejenigen, die die kurze Strecke von 16,5 km unter den Laufschuhen hatten, hatten unterwegs nur ab und zu ganz leichtes Nieseln. Hier hatte der Regen immerhin rechtzeitig zum Start eine Pause eingelegt.

Für alle gemeinsam galt aber, dass die Strecke recht ... interessant war. Gleichgültig, ob man schnell oder langsam unterwegs war: der Untergrund war durch den Regen der vorherigen Tage und am Renntag sehr glitschig und oft

matschig. Damit war es sehr kräftezehrend, förderte eher die Koordination und weniger die Pace. Da das aber für alle galt, glich sich das wieder aus. Ein paar der Marathonis ergatterten unterwegs zum Erwärmen tatsächlich ein paar Tropfen einer Spezialität der Gegend. So konnten die üblichen Gels etwas energetisch angereichert werden (... ob diese



zusätzlichen "Umdrehungen" Auswirkungen auf die Länge der Laufstrecke hatte, ist nicht bekannt...)

Insgesamt: es war ein ausgeprägt gelungenes Wochenende! Der TuS war bei fast allen Läufen unübersehbar, sowohl von den Platzierungen her als auch von der Anzahl der Teilnehmer:innen:

Lauf	wer	AK	gesamt (m/w)	
5km	Tanja Pesch	2	3	
	Kesternich, Marie	4	47	
	Schlaeger, Lenny	6	52	
16,5 km	Walbrül, Franziska	2	9	
	Krämer-Wolf, Petra	4	38	
	Schlaeger, Tanja	3	42	
	Stach, Janina	5	46	
	Vey, Meike	11	81	
	Lenz, Andrea	12	125	
	Kisters-Woike, Brigitte	2	126	
	Bauer, Daniel	9	16	
	Kursch, Bruno	5	112	
	Kursch, Sascha	12	114	
42,2 km	Schlaeger, Marco	22	122	
	Grutke, Jörg	9	242	
	Comes, Ole	4	43	
	Schmitz, Tobias	40	109	
	Habermann, Markus	41	110	