

Halbmarathon auf Kreta am 02. Oktober 2016

17-10-2016 09:11

Volker Kurz, einer unserer vielen Kampfrichter, hatte sich in diesem Jahr den Kreta Halbmarathon als Laufhöhepunkt des Jahres vorgenommen, eine top organisierte Veranstaltung auf der sonnigen griechischen Mittelmeerinsel. Neben den Temperaturen von knapp unter 30°C war vor allem die gleißende Sonne für alle Läufer eine besondere Herausforderung, schattige Stellen gab es auf der Laufstrecke so gut wie gar nicht. Dafür war das Streckenprofil doch etwas welliger, als erwartet. Nachdem die ersten Kilometer fast nur abwärts gelaufen wurden, ging es im Mittelteil der Strecke ständig hoch und runter, um dann auf den letzten Kilometern wieder schön gleichmäßig auf ansteigender Piste in Richtung Ziel zu gelangen.

Volker hatte sich während des Sommers gut vorbereitet und war auch an heißen Tagen oft trainieren, entsprechend motiviert startete er sein Rennen. Bei Halbzeit des Rennens stand Volkers Uhr noch klar auf Kurs 2 Stunden. Allerdings machten ihm auf dem zweiten Teil der Strecke dann sowohl Sonne und Temperaturen als auch das nun etwas schwierigere Streckenprofil zu schaffen. Viele Wasserstellen und eine in den durchlaufenen Orten fantastische Stimmung der Bevölkerung mit Musik und viel Applaus sorgten immer wieder für etwas Abwechslung. Und Volker trug diese gute Stimmung dann auch über die letzten schweren Kilometer und er konnte den Halbmarathon so richtig genießen.

Körperlich geschafft aber hochzufrieden und glücklich kam Volker schließlich nach 2:16,55 h ins Ziel.

Und als „Belohnung“ hatte Volker gleich noch ein paar Tage herrlichen Sommerurlaub auf der wunderschönen Insel Kreta angehängt und sich auch schnell von den Strapazen erholt.







ENERGYphotos

Kurz Volker

ΕΠΙΣΗΜΟΣ
ΧΡΟΝΟΣ


Σαβοϊδάκης
(bakery&patisserie)

ΗΡΑΚΛΕΙΟ
LOTTERY Α.Ε.
ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΑ ΟΠΑΠ

δεύτερος
ημιμαραθώνιος κρήτης
2 Οκτωβρίου 2016

02:16:55

Ημιμαραθώνιος



ENERGYphotos

Kurz Volker

ΕΠΙΣΗΜΟΣ
ΧΡΟΝΟΣ


Σαβοϊδάκης
{bakery&patisserie}

ΗΡΑΚΛΕΙΟ
LOTTERY
Α.Ε. ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΑ ΟΠΑΠ

δεύτερος
ημιμαραθώνιος κρήτης
2 Οκτωβρίου 2016

02:16:55

Ημιμαραθώνιος



