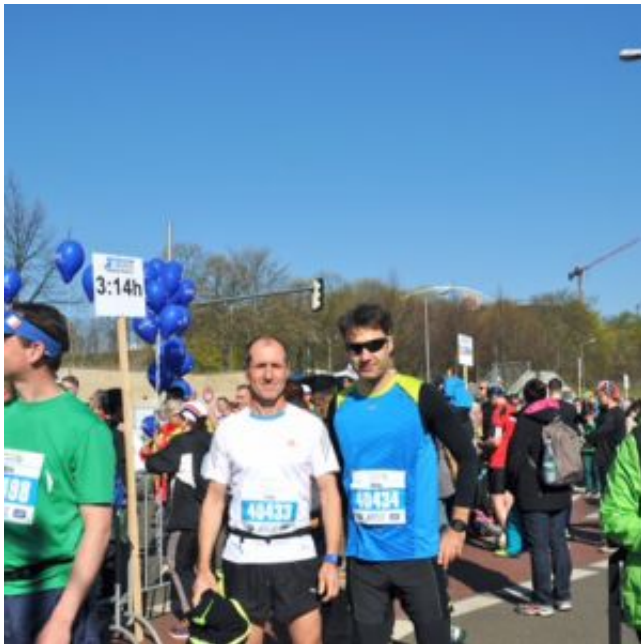


39. Leipzig Marathon am 19. April 2015

29-04-2015 08:30



Das erste Marathon-Highlight des Jahres in Mitteldeutschland fand am letzten Sonntag in Leipzig statt. Unter den knapp 800 Marathonläufern befanden sich mit Stefan Horváth und Frank Ehrlich auch zwei Läufer unserer LAC-Laufgruppe. Beide hatten sich sehr akribisch in den letzten 10 Wochen auf diesen Wettkampf vorbereitet und wollten beide auch neue persönliche Bestzeiten laufen. Während Stefan eine Zeit um die 3:30 h anstrebte, wollte Frank versuchen, die 3 h - Schallmauer erstmals zu knacken.

Nach dem Startschuss sortierte sich Frank in der Gruppe der geplanten 3h-Läufer ein. Stefan lief von Beginn an ein sehr konstantes Kilometertempo zwischen 4:40 und 4:50 min. Dieses Tempo konnte er auch bis etwa km 30 halten und stellte dabei so ganz nebenbei auch eine neue persönliche Halbmarathonbestzeit (1:39 h) auf. Auch Frank hatte bis km 32 keine großen Schwierigkeiten, in der 3h-Gruppe mitzulaufen.

Aber dass ein Marathon bekanntlich erst bei km 32 so richtig beginnt, mussten unsere beiden LAC-Marathonis dann doch akzeptieren. Frank kämpfte fortan mit schweren Beinen und musste auch bald seine 3h-Gruppe ziehen lassen. Dadurch rückte natürlich auch die 3h-Marke mit jedem Kilometer etwas weiter weg. Aber Frank biss sich durch und kämpfte sich schließlich in seinem zweiten Marathon überhaupt auf gute 3:05,31 h ins Ziel. Immerhin konnte Frank seine Zeit aus dem Vorjahr um 20sec verbessern und belegte in der Altersklasse M50 einen hervorragenden 4.Platz.

Dank der sehr guten ersten Hälfte hatte sich Stefan etwas Puffer auf seine Zielzeit herausgelaufen. Auch Stefan kämpfte zum Ende hin mit schweren Beinen. Aber mit einem doch relativ gleichmäßigen Schnitt von 5:05-5:15 pro km bis zum Ende erreichte Stefan schließlich sein selbstgestecktes Ziel. Er verbesserte seine alte Bestzeit aus dem Jahr 2009 um fast 50min!!! und beendete seinen Marathon in 3:27,57 h vollends zufrieden.