

Südpfalzlauf in Rülzheim

Bei kühlem Wetter machten sich Sabine Göckel und Frank Schärr am frühen Morgen des 03.09.2017 auf in die Pfalz. Das Ziel war die Teilnahme am Südpfalzlauf in Rülzheim. Beide hatten sich für die Strecke über 25 km entschieden. Bei optimal angenehmen Laufwetter ging es größtenteils über nicht asphaltierte Wege durch den Wald. Dabei war die 10 km Strecke zweieinhalbmal zu durchlaufen. Während nach der ersten Runde die etwa 140 Teilnehmer/-innen des 10 km Laufes schon ins Ziel laufen durften, hieß es für unsere beiden und die anderen rund 130 Läufer/-innen am Ziel vorbeizulaufen, Vom Moderator wurden sie namentlich begrüßt und dadurch mit neuer Motivation auf die noch folgenden Kilometer geschickt. Der Zieleinlauf erfolgte diesmal aus einer anderen Richtung als beim Pfingstlauf im Juni. Sabine und Frank, die den Lauf als Trainings- und Aufbaulauf für die weiteren Aktivitäten im Herbst nutzten, waren mit ihren gelaufenen Zeiten sehr zufrieden.

Sabine Göckel 02:27:02 h

Frank Schärr 02:29:02 h