Aspacher Volkslauf – ein schneller Einstieg in den Herbst

21. September 2024

Ein Bericht von Helmut Brock

Anfang Oktober beginnt die 2. Marathon Saison des Jahres. Daher sind die Volksläufe in der Umgebung eine ideale Gelegenheit den eigenen Leistungsstand zu testen. Die 10 km des Aspacher Volkslauf sind da genau richtig: ein gut und liebevoll organisierter Wettkampf, wenig Aufwand für An- und Abreise und eine schnelle Regeneration.

Drei Läuferinnen und Läufer des TSV Neustadt haben diese Gelegenheit genutzt. Das Tagesziel war klar und eindeutig: ein Zieleinlauf unter einer Stunde.

Vor Ort zeigte sich aber schnell, dass es nicht einfach werden würde. Zum einen war das Thermometer nach einer kühlen Woche schlagartig wieder deutlich über die 20°C Marke gestiegen. Und das haben Läufer, die nicht Jan Frodeno heißen, nicht gern.

Zum anderen war das Höhenprofil eine unbekannte und gefürchtete Größe. Zumindest der Blick vom Start versprach nichts Gutes. Hier ging es erst einmal 200m steil bergab, was umgekehrt bedeutet, dass es beim Zieleinlauf genauso steil bergauf geht. Genau dann, wenn der Tank leer und die Körner verbrannt sind. Man läuft nicht unbeschwert, wenn man die ganzen 10 km denken muss: „Ups, am Ende wird es richtig hart!“

Aber die Befürchtungen waren unbegründet. Beim Start an der Mühlfeldhalle in Großaspach war die Sonne nicht mehr ganz so intensiv. Die Wettkampf Strecke führte zu einem großen Teil durch einen schattigen Wald. Bei KM5 gab es dann eine 180 Grad Kehre und man lief die gleiche Strecke wieder zurück. Aus den Gefällestrecken wurden jetzt Steigungen, aber der Lauftreff Neustadt trainiert in den Weinbergen des Remstals, da ist Mann/Frau so etwas gewöhnt. Im Ziel waren alle glücklich: Das Tagesziel war erreicht und es gab auch noch zwei Plätze auf dem Treppchen.

Ein großes Lob geht hier an den Veranstalter. Er hat nicht nur eine schöne Laufstrecke bereitgestellt, sondern auch noch eine nette Siegerehrung der Altersklassen mit einer gemütlichen Hocketse bei Wurst und Kuchen organisiert. Eine hübsche Idee war auch der Eiswagen hinter der Ziellinie. Speziell bei den Kinderläufen dürfte er gefragt gewesen sein.

Ergebnisse

10 km Lauf (114 Finisher)

34.	Helmut Brock	0:49:09	2. AK M65
69.	Matthias Schell	0:57:49	8. AK M60
79.	Heidi Dierolf	0:59:22	3. AK W55