Metrogroup-Marathon in Düsseldorf am 26.04.2015

Bei etwa 13°C und bewölktem Himmel gingen Jens und ich in Düsseldorf an den Start.

Von Wolf-Dieter Poschmann auf die Reise geschickt ging es um kurz nach 9 auf den Rundkurs. Als namhafter deutscher Läufer war André Pollmächer am Start, eingekaufte internationale Athleten waren dieses Jahr nicht dabei, was sich später auch in der Siegerzeit von 2:13:19 h widerspiegelte.

Wie schon im Herbst hatten wir uns soweit es ging gemeinsam vorbereitet und als Grundlage den Greif-Countdown genommen (Geschwafel hierzu erspare ich euch diesmal).

Daher also optimale Voraussetzungen um die neu gesteckten Ziele anzugehen.
Leider sollte es bei uns beiden nicht ganz wie geplant klappen. Bis ungefähr 25 km lief es zumindest von der Zeit her nach Plan, danach wurde es sehr schwer, so dass bei uns beiden die 2. Hälfte schlechter als die erste wurde.

Unter den insgesamt 2.654 Finishern lief Jens mit 3:22:31 h und ich mit 2:56:47 h ein.

Die Veranstaltung war gewohnt gut organisiert – auf der Strecke viele gut besetzte Verpflegungsstationen mit üppiger Auswahl, genug Ordner um auch die ganz tief im Tunnel steckenden Läufer auf Kurs zu halten und im Nachzielbereich warme Duschen, Süßkram und Erdinger. Diesmal war sogar die griechische Marathon-Flamme zu Gast in Düsseldorf.

Nächstes Jahr also gerne wieder !!

Platz	(AK)	Startnr.	Name	AK	Verein	10km	Halbm.	30km	40km	2. Hälfte	Brutto	Netto
341	(63)	1343	Jens Derksen (NL)	M35	TSV Weeze	0:43:00	1:30:08	2:08:48	3:09:44	1:52:22	3:22:34	3:22:31

57 (18)	148	Marc Hubert (DE)	M3 5	TSV Weeze	0:40:42	1:25:59	2:03:12	2:47:10	1:30:48	2:56:50	2:56:47

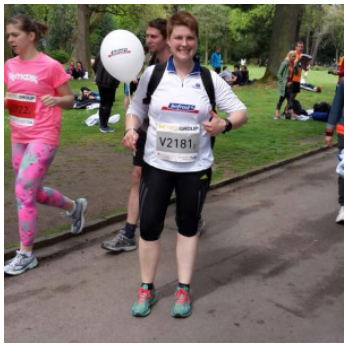
Rob, Wendy und Sandra waren als Staffelläufer dabei.













Zurück