23. Juni 2018 14. Hennefer Europalauf

Mit 2.100 Teilnehmern gab es beim 14. Europalauf wieder einen neuen Melde- und mit 1.712 LäuferInnen einen neuen Teilnehmerrekord. Das lag wohl nicht zuletzt an den guten äußeren Bedingungen sowie an der fantastischen Stimmung entlang der Strecke und im Start/Ziel-Bereich. Der Veranstalter bot wieder einmal ein tolles Streckenangebot durch das malerische Siegtal für Jung und Alt. Die Mischung aus Straßenlauf mit landschaftlicher Atmosphäre und das durchlaufen vieler kleiner Ortschaften macht bei vielen Teilnehmern den Charme dieser bestens organisierten Laufveranstaltung aus. Dominierten in den Vorjahren oft Läuferinnen und Läufer aus der polnischen Partnerstadt Nowy Dwór Gdanski das Rennen, machten diesmal kenianische Athleten die Langstrecken unter sich aus.

Der Brückenlauf-Halbmarathon mit ca. 360 HöM brachte es 190 TeilnehmerInnen und der Panoramalauf auf satte 480 mit einem großen Zuwachs gegenüber 2017 sber „nur“ 111 HöM.

Am gleichen Tag wurde ja in Spich gerannt und die LLG brachte es fertig, an beiden Veranstaltungen mit jeweils 8 LäuferInnen am Start zu sein! Einer hätte es fast nicht geschafft, denn er vergaß seinen Rucksack mit den Laufutensilien. Als Herbie merkte, dass der Rücken auf dem Rad nicht gewärmt war dreht er um und war bald wieder in Neuenhaus. Allerdings kostete ihn dieses frühsportliche Treiben doch einiges an Zeit und der Start über HM war nicht mehr realisierbar. So musste er auf die „Hetzstrecke“, die 10 km ausweichen, aber auch dort belegte er wie Ilse, Klaus und Bernd den 1. Platz in der jeweiligen AK.

Olaf war auf bekanntem Terrain unterwegs und schreibt:
Der Europawochelauf heißt seit 3 Jahren nun Europalauf und fand bisher am Sonntag statt. Nun also am Samstag, aber am Nachmittag und das kann auch schon mal eine Hitzeschlacht werden, wenn man Pech hat. Wir hatten aber Glück und es war sehr angenehmes Wetter. Vor dem Lauf einige LLGler getroffen, das war schön. Auch die Abholung der Startnummer für mich als Hennefer kein Problem und war schon vormittags erledigt. Nach Einlaufen und Begutachten der “Konkurrenz” endlich am Start, dann geht es pünktlich um 14 Uhr los. Ich finde mein Tempo und bin lange hinter einer 4-er Gruppe, die sich dann aber nach ca. 10 km auflöst. Ich selbst werde am Berg von einem Läufer meiner AK überholt, kann aber nicht gegen halten. Ich versuche weiter mein Tempo durchzuhalten und freue mich, als ich die Sohnis an der Weggabelung sehe, wo wir auf die 10 km –Läufer treffen. Am Kronos läuft die eine Läuferin aus der 4-er Gruppe wieder auf mich auf und wir unterhalten uns kurz. Ich sammle noch einmal die letzten Kräfte und dann ist das Ziel da. Am Verpflegungsbereich treffe ich Udo und auch andere bekannte Läufer. Es war einfach schön, mal in Hennef zu starten! OK

Der Halbmarathon für den anspruchsvollen Läufer - landschaftlich ein Traum, sportlich eine Herausforderung

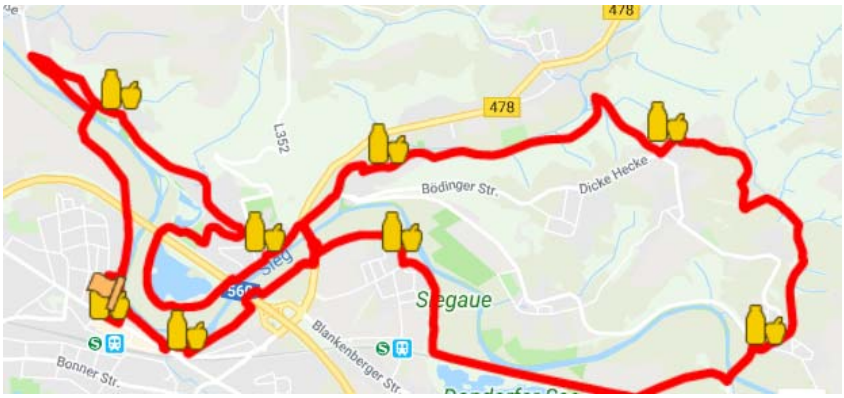
Diese Halbmarathon-Strecke bietet alles was das Herz des anspruchsvollen Läufers begehrt.
Der abwechslungsreiche und landschaftlich besonders reizvolle Rundkurs führt über die Wege des malerischen Siegtals und begeistert mit seinen herrlichen Ausblicken auf Auen, Dörfer und bewaldete Höhenrücken. Insgesamt werden über 300 Höhenmeter überwunden und insgesamt fünf Brücken in folgendem Verlauf überquert: Hängebrücke Weingartsgasse - Allner Brücke - Oberaueler Brücke - Müschmühler Brücke - Hanfbachbrücke.
Auf dieser Strecke sorgen insgesamt acht Getränke- und Verpflegungsstationen (alle 2,5 km) für Erfrischung. Insbesondere im Start- und Zielbereich erwarten Sie eine großartige Stimmung und viele Zuschauer.
Als Teilnehmer des Volksbank-Brückenlaufes haben Sie zudem die Möglichkeit am Siebengebirgscup, der vier Läufe umfasst, teilzunehmen.

Höhenprofil

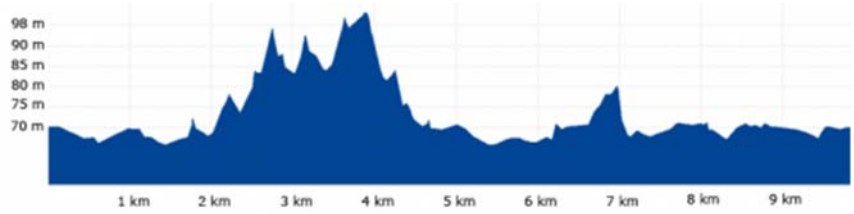
Der Volksbank-Brückenlauf hat eine Höhendifferenz von 340 m, bergauf eine maximale Steigung von 16,6 % und bergab von -26,3 %.

Klaus verbringt auch den größten Teil des Tages in Hennef und war gerne dabei. Er schreibt:

Natürlich bin ich im Heimatort am Start und da der Hennefer Triathlon abgesagt wurde, lag es auf der Hand, beim EuropaLauf mitzumachen. Beide Veranstaltungen sind aus organisatorischen Gründen am gleichen Wochenende, daher bin ich in der Vergangenheit lieber in einem Team, die 10 Km in einer Tri-Staffel gelaufen.



Zuerst ging es um 15:05 Uhr wieder auf die 3,3 Km-Strecke des Familylaufes mit Nicole und Nina und anschließend um 16 Uhr auf die 10 Km-Strecke.
Der Start zu den jeweiligen Läufen, mit Distanzen von 1,1 bis 21.1 Km *(mit insg. knapp 2.100 Teilnehmern ein neuer Rekord)*, ist immer etwas Besonderes, weil gesäumt von vielen Angehörigen, die richtig Stimmung machen. Kinder der Hennefer Schulen sind auch läuferisch im Einsatz, denn es gibt auch eine Team-Challenge *(LLG 5. Platz/10Km)*.
Von der Stimmung getragen und viel Energie, laufen die Meisten beim 10Km-Lauf los, müssen ab ca. km 2 jedoch feststellen, vielleicht zu schnell angegangen zu sein, denn dann geht es langsam ansteigend weiter bis Km 4. In dieser Phase kann man dann meist einige überholen.



Höhenprofil
Der HIT-Panoramalauf hat eine Höhendifferenz von 111 m, bergauf eine maximale Steigung von 20,9 % und bergab von -12,3 %.

Die passsenden Mitläufer haben sich zu dieser Zeit bereits gefunden und das war auch dieses Jahr erneut der Fall. Wieder einmal lief ich den Frauen hinterher, wohl wissend, dass Nicole im Ziel auf mich wartet, diese Ausnahme jedoch zulässt. Einige schnelle Frauen waren am Start und so kam es dann, dass ich die gleiche Mitläuferin wie 2017, ab dem Start direkt vor mir hatte. Da das mein erster Wettkampf in 2018 war, lief ich erst ab Km 7 an ihr vorbei und dachte dann, hoffentlich kannst Du das Tempo überhaupt halten. Die Strecke genau zu kennen, hat mir dann sicher geholfen und ich konnte mich wohl weiter absetzen. Die “Körner“ reichten dann doch noch bis ins Ziel und ich war zufrieden.
2 schnelle Läufer dominierten dieses Rennen mit Zeiten von 31:18 und 31:19 und waren somit nur knapp vor mir😉.
Gefreut hat mich, dass sich so viele LLG`ler gut in ihrer AK platzieren konnten!