

EVL HalbMarathon

am 16. Juni 2024 mit

Bernd über 5 und Maria, Danica und Birgit sowie Wolfgang über HM

Leverkusen ist eine kleine Großstadt mit seinen ca. 168Tsd Einwohnern, aber in Sachen Sport eine echte Metropole und das nicht nur wegen der Fußballer, sondern auch, weil Bayer 04 den Sport seit 120 Jahren in so vielfältiger Form kultiviert hat, dass es ein Magnet für den bundesdeutschen Sport darstellt. Was in und bei vielen Städten einzig auf dem Papier steht wird in Leverkusen gelebt und mit viel Aufwand nach außen gezeigt. Auch der Laufsport kommt, neben der reinen Leichtathletik, gehörig zu Wort und dafür steht der EVL Halbmarathon, der seine 22. Auflage mit dem Prädikat „Ausverkauft“ würzen konnte.

Schon Tage vor dem Termin waren die 5.300 Startplätze alle unters Volk gebracht und um die 250 ebenfalls Interessierten mussten leider zuschauen. Dieser überaus hohe Zuspruch ist der guten Organisationsarbeit des Teams um Tiina Ripatti zu danken, den tollen Möglichkeiten mit der Ostermann-Arena und nicht zuletzt mit einem enorm gestiegenen Interesse, einmal durch das Stadion des Deutschen Fußballmeisters zu laufen.

Finanziell getragen wird die Energie der Veranstaltung vom örtlichen Energieversorger EVL, der auf diesem Weg Energien bei einer Vielzahl von Menschen freisetzt, motiviert und inspiriert. Im Verbund mit dem Sportpark Leverkusen stellt man dieses Ereignis auf die Beine.

Vom Kleinkind bis zum Erwachsenen und arrivierter Laufkundschaft reicht das Angebot und wer einen reinen Stadtkurs vermutet oder erhofft hat, der wurde richtig sauer, als er den Sauerberg hochstiefeln musste, denn der hatte es in sich.

81% der Gemeldeten traten an und sorgten mit 4333 Finishen für eine gute Quote.



Freude über die Kunst, möglichst langsam langsamer zu werden, oder einfach nur am Laufen zu bleiben, gelebt beim 5er in Leverkusen.

Einschätzungen von AK-Sieger Bernd

So geschehen bei mir nach dem erneuten Start über 5km (über 1000 Teilnehmer im Ziel) im Rahmen des Leverkusener HM. Nur knapp eine halbe Minute langsamer als im Vorjahr an gleicher Stelle, das war absolut in Ordnung für mich. Und der kostenlose Start im nächsten Jahr ist wieder gesichert (für Platz 1 in der AK). Letztes Jahr gab es noch Freikarten für die Bundesligaspiele der Leverkusener, schade das die so gut geworden sind, diesmal gingen wir da leer aus.

Zum Glück sind 5km meist noch drin, auch wenn sich die Gelenke, Bänder und Muskeln immer öfters melden und Vorsicht anmahnen. Sicher gibt es noch schönere Startzeiten als 8:55 Uhr am frühen Sonntag, aber die Strecke, die Stimmung, und die Orga sind immer wieder angenehm.

Und auf den ersten ca. 1,2km holt man sich dank leicht abschüssiger Strecke Motivation für die letzten 3,8km.

Der Durchlauf durch die BayArena, so schön der auch sein könnte, hilft kaum noch für die letzten Meter, da heißt es nur noch beißen um einigermaßen vernünftig auszusehen im Zieleinlauf mit den vielen Fans. Ein Vorteil, wenn man sich, wie wir, nach dem Besuch bei Udo, zu Fuß zurück auf den Weg zum Start der 5km macht, man begegnet den unzähligen Teilnehmern des Zehners und des HM. So konnten wir noch ein Bildchen von Birgits schnellem Auftritt über den Halben festhalten und ein wenig anfeuern.

In Bezug auf die Nachhaltigkeit der Veranstaltung gibt es noch immens viel Luft nach oben. Dutzende Hochglanzprospekte werden jedem Starter in die Tüte gegeben, evtl. hat nur jeder Zehnte daran Interesse. Plastikbecher ohne Ende, nicht jeder landet in der Wiederverwertung.

Schauen wir mal wie es nächstes Jahr aussieht.

Der Halbmarathon erfreut sich großer Beliebtheit, denn knapp 2000, darunter 600 Damen und auch 3 x LLG mit **Danica, Maria und Birgit.**

Maria wollte es einfach mal über HM wissen, was ihr so möglich ist und Danica hatte sich dafür und darauf vorbereitet und schreibt:

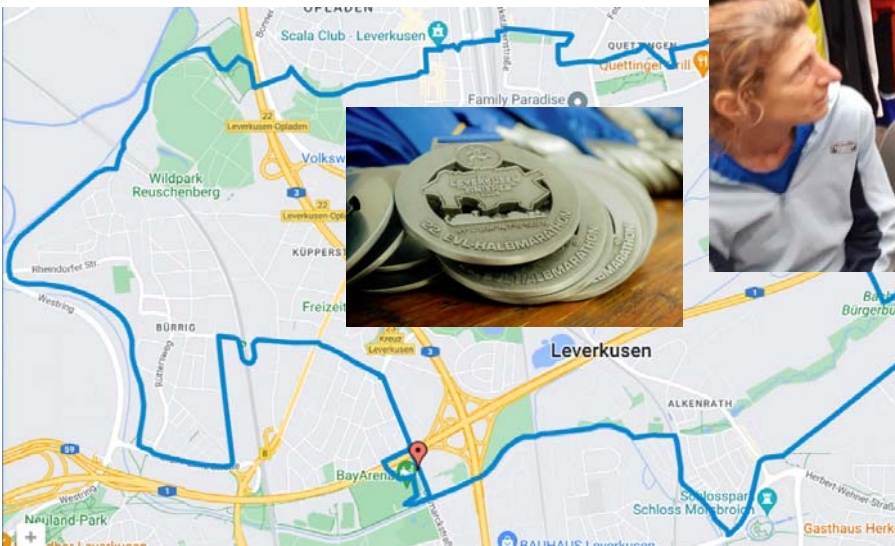
Auf dem Weg nach Leverkusen stellte ich dankbar fest, dass 16,5 Grad Celsius und ein Mix aus Sonne/ Wolken mindestens wetterbedingt schon mal sehr gute Voraussetzungen für den HM waren.

Dieses Mal habe ich mir fest vorgenommen, nicht zu schnell zu starten, um die letzten Kilometer nicht total einzubrechen.

Kilometer 1-12 liefen ziemlich gut. Ich fühlte mich gut und fit. Bei Km 13-14 hatte ich einen kleinen Einbruch. Allerdings konnte ich dann ab km 16/17 bergab ein bisschen „Gummi“ geben. Die letzten 2 km waren anstrengend - aber ich hatte mich „geföhlt“ nicht so sehr verausgabt wie in Bonn.



Kilometer 1-12 liefen ziemlich gut. Ich fühlte mich gut und fit. Bei Km 13-14 hatte ich einen kleinen Einbruch. Allerdings konnte ich dann ab km 16/17 bergab ein bisschen „Gummi“ geben. Die letzten 2 km waren anstrengend - aber ich hatte mich „geföhlt“ nicht so sehr verausgabt wie in Bonn.



Mit einem Endergebnis von 2:14 bin ich zwar nur eine Minute schneller als in Bonn durchs Ziel gelaufen - dennoch war die Strecke mit 126 Höhenmetern bergauf wesentlich hügeliger als in Bonn, so dass ich insgesamt zufrieden und glücklich nach Hause fuhr.