

50 KM „Rund um Marialinden“ von und mit **Johannes**

Am Sonntag, 05.05.2024, war um 7 Uhr Start für eine interessante und etwas andere Lauf-/Wanderveranstaltung, die von der LG Ultralauf e.V., zum dritten Mal organisiert wurde. Der Veranstalter beschreibt die Umgebung Marialindens als „Toskana des Westens“ und stützt sich auf vom dortigen Bürgerkomitee ausgearbeitete folgende vier Wanderrouten, die es insgesamt zu bewältigen gab:

M1- Die Aggerschleife - 8,2 km

M2- Drei Täler Runde -11,2 km



Tour 1: Die Aggerschleife

Abgeschlossen am 5. Mai 2024

Wanderung

1 Std. 30 v 7,98 km 5,3 km/h 180 m v

M2 Marialinden: Kleiner Naafbach, Schlingenbach und Lombach

Abgeschlossen am 5. Mai 2024

Wanderung

2 Std. 03 v 10,8 km 5,3 km/h 270 m v

Charakter, Länge und Gehzeiten der Strecken sind unterschiedlich. Die Routen führen auf Wegen und Pfaden durch Wälder, über Wiesen, vorbei an Bach- und Flussläufen, wobei Ausgangspunkt und Ziel immer der Marialindener „Dom“ ist.

M3–Aggertal/Naafbachtal-14,3

M4-Die Naafbachrunde-16,30 km



M3 Marialinden: Aggertal und Naafbachtal

Abgeschlossen am 5. Mai 2024

Wanderung

2 Std. 36 v 13,8 km 5,3 km/h 350 m v

M4 Marialinden (über die Fischermühle)

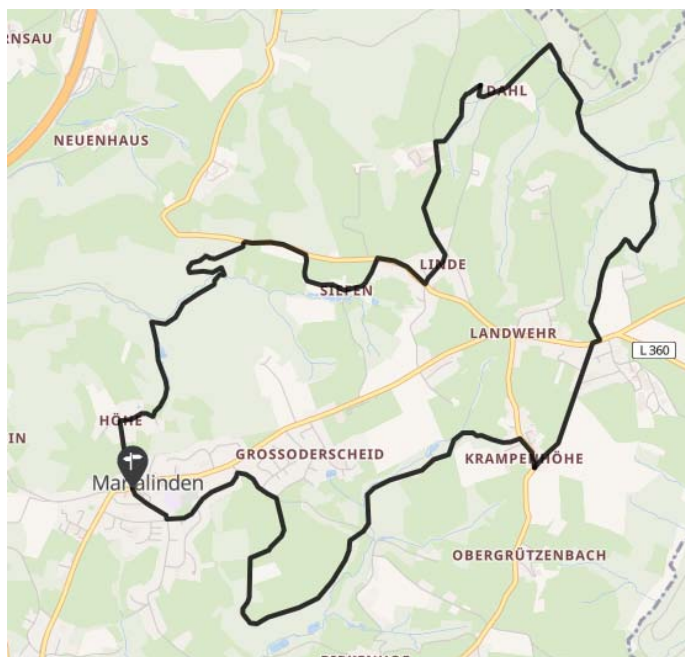
Abgeschlossen am 5. Mai 2024

Wanderung

2 Std. 28 v 15,9 km 6,4 km/h 320 m v



Dieser Name wurde der dortigen römisch-katholischen dreischiffigen gotischen Hallenkirche mit ihren beiden Türmen verliehen, weshalb die Veranstaltung auch unter dem Motto #Kutt nom DOM stand.



Jede der unterschiedlichen Runden beginnt auf der Anhöhe an der Kirche und führt unweigerlich zunächst ins Tal, was aber auch bedeutet, dass vor jeder Rückkehr an den Ausgangspunkt, wo auch die zentrale Verpflegungsstation war, als letzter Kraftakte immer ein Anstieg zu bewältigen war.

Insgesamt kamen 1.200 HM zusammen. Auch wenn es sich um ein vergleichsweise kleines Event, bezogen auf die Teilnehmerzahl, handelte, sah man sich im Laufe des Tages immer wieder. Dieser Umstand war darauf zurückzuführen, dass nicht nur Läufer (insg. 60) und Wanderer (insg. 36) gleichzeitig starteten, sondern die jeweiligen Runden in beliebiger Reihenfolge und auch die Richtung (links / rechts herum) frei gewählt werden konnten. So entstanden auch nette Kontakte wie z.B. mit einem älteren Läufer, der aus München mit öffentlichen Verkehrsmitteln angereist war und in Ermangelung einer ortsnahen Unterkunft in der Bushaltestelle genächtigt hatte. Seinen Erzählungen hätten wir noch stundenlang folgen können.

Seine Erzählungen hätten wir noch stundenlang folgen können.

Urkunde

Johannes Kaymer

LLG Sankt Augustin

hat erfolgreich am
3., „Kutt nom DOM“ Ultralauf/-wandern
Rund um Marialinden teilgenommen!

Du hast in einer Zeit von:

09:47:14

das Ziel erreicht.

Platzierung MW: 9. M
Platzierung AK: 1. M60
Gesamtplatz: 17.

05.05.2024

50KM

Herzlichen
Glückwunsch!



Da wir aber den sportlichen Aspekt nicht außer Acht lassen wollten, hielten mein Freund Erhard und ich uns (auch an der Verpflegungsstation) nie lange auf. Nach 9:47 h (brutto) waren wir mit dem Pensum durch. Ein GPS Track wurde zwar für jede Runde zur Verfügung gestellt, war aber aufgrund der hervorragenden Auszeichnung der Wege im Grunde entbehrlich.

Insgesamt war es eine sehr schöne und lohnenswerte Wanderung. Den ganzen Tag fiel kein Tropfen Wasser vom Himmel. Dass das in den Tagen davor anders war, machte sich allerdings auf mehreren sehr matschig-morastigen Passagen bemerkbar.

Ob wir einen wirklichen Vorteil dadurch hatten, taktisch zunächst die lange Route (M4 – 16,3 KM) zu wählen und die kurze (M 1 – 8, 2 KM) zum Schluss, weiß ich nicht. Ich denke, es ist reine Kopfsache.

Sollte es im nächsten Jahr zu einer Neuauflage kommen, kann ich das Event, egal ob für ambitionierte Läufer oder sportliche Wanderer nur wärmstens weiterempfehlen. Trotz erheblichem Muskelkater, hat es uns sehr viel Spaß gemacht und ich habe eine schöne Gegend mit viel Natur kennengelernt.