



Am 08. 3. fand auf der Standardstrecke Prater Hauptallee der 3. und letzte Winterlauf der Serie statt. Diese und der Eisbärcup dienen den Läufern zur Vorbereitung für den Wiener Marathon am 19. April .09.

Wer die halbe oder die ganze Marathondistanz laufend bewältigen will muss sich auch entsprechend vorbereiten.

An diesem Sonntag liefen also Franz, Karin und Monika jeweils 14 km. Wieder einmal war's kühl und windig, aber das ist man heuer als Wiener schon gewöhnt.

Man könnte sich die Streckenlänge selbst aussuchen, 7, 14 oder 21 km. Das war sehr angenehm, schließlich könnte man auch eine schlechte Tagesverfassung haben.

Die GL Zeiten waren recht zufrieden stellend, neu für Karin und Monika war nur, dass sie in ihrer Alterskategorie den 2. und 1. Platz erreichten. Das aber erfuhren sie erst zu Hause, als sie die Laufergebnisse am Heim PC abfragten.

Auch der 8. Platz von Franz könnte sich sehen lassen.

Schön, um für den Wiener Marathon gerüstet zu sein müssen aber noch viele Trainings-km absolviert werden.

Ergebnis siehe im Internet: www.pentek.at

Bericht : Monika Lenhardt