



Laufbericht Grossglockner 15.07.2018

"Grossglockner die Zweite!"

Es lagen schon einige Jahre zurück, als ich beim Grossglocknerlauf an den Start ging.
Aber wer einmal startet kommt immer wieder zurück!

Der Lauf fand am Sonntag statt, aber wir entschieden uns schon am Freitag anzureisen um einige Freunde, die beim Glocknerkönig und Glockner-Bergduathlon starteten anzufeuern. Da ich ja bekannt dafür bin den Start zu verpassen, haben wir diesmal das Hotel direkt beim Start gebucht sehr empfehlenswert! Der Start erfolgte erst um 09:30 in 4 Wellen mit 10min Abstand, so kommt es am Berg zu keinen Stau. Die Startzeit ist sehr angenehm, da geht sich ein gemütliches Frühstück locker aus! Das Wetter meinte es gut mit uns und somit starteten wir bei Sonnenschein das



Blick auf die Pasterze

Rennen. Mein Ziel war es die Zeit von 2014 (2:12 Std) zu unterbieten und für Barbara galt bei der Premiere durchkommen und genießen. Eindrücke konnte man auf der 12760m langen Strecke genug sammeln.

Es machte richtig Spaß am Anfang Gas zu geben und nach wenigen Kilometer konnte ich sogar einige Läufer aus dem ersten Startblock

einholen. Bei den Anstiegen merkte man aber, dass wir richtige "Flachländer" sind, somit

blieben die kurzen Flachpassagen um Tempo und Zeit gut zu machen. Nach 2 Stunden war dann Schluß, ohne Krämpfe und Pausen im Ziel. Die Medaille, Zielverpflegung und die obligatorische Finisherdecke in Empfang genommen und auf den Zieleinlauf der Anderen gewartet. Nach knapp 2:30 kam auch Barbara schon ins Ziel.

Mit den Bus ging es dann wieder Richtung Hotel, dort konnten wir dann bei gemütlichen Abendessen den Tag ausklingen lassen und die leeren "Carbospeicher" beim Buffet kräftig auffüllen.

Eure Running Texaner

Michael&Barbara