



## "Saisonhälfte – Akku leer"

Die erste Saisonhälfte 2023 ist vorbei und zur Halbzeit zog es mich noch einmal in die Berge. Der Grenzstaffellauf Veitsch mit 54km und 2000hm war da genau richtig! Diesmal war es die 35. Auflage und wie wir erfahren haben vsl auch die Letzte, da die Veranstalter nicht mehr weiter machen wollen. Eigentlich schade um so eine top organisierte Veranstaltung – perfekte Strecke (ok diesmal hat uns die Bergrettung wegen Sturm und Schlechtwetter nicht über den Teufelssteig gelassen), alle 5km Verpflegungsstellen und ausreichend markierte Streckenführung. An der Strecke und am Veranstalter lag es diesmal nicht, dass ich einfach nicht ins Laufen kam. Ich hatte von Anfang an schwere Beine und das knapp 10km lange Bergaufstück vom Start weg machte die Sache auch nicht einfacher. Zu wenig Höhenmeter trainiert und zu viele Bewerbe in den letzten Wochen machten sich einfach bemerkbar. Aber solche sportlichen „Grenzerfahrungen“ wollen wir ja alle irgendwie und irgendwann machen, sonst wären wir Mitglied in einem Schach- oder Debattierverein 😊. Also Kilometer für Kilometer runterspulen und nach 5:45 Stunden war dann auch dieses Rennen zu Ende.

Ab in die Sommerpause (inkl. Badespaß in Gols), regenerieren und dann wieder Formaufbau für die 2. sportliche Jahreshälfte

euer Texaner

Michael

