

Geesthachte Druze
18. September 2019

Lauftreff Geesthacht mit tollen Leistungen beim 24-Stunden-Lauf in Fleestedt

Geesthacht/Fleestedt (pmi) - 663,586 Kilometer liefen acht Läufer des Lauftreff Geesthacht, die kürzlich beim vierten 24-Stunden-Lauf des TuS Fleestedt dabei waren. Der Lauftreff nahm zum zweiten Mal an dieser Veranstaltung teil. Vor zwei Jahren als Staffel mit 14 Läufern, in diesem Jahr in der Teamwertung. Ein Team besteht aus drei bis acht Läufern, von denen die besten drei für die Teamwertung zählen. Alle Teamläufer werden außerdem auch als Einzelläufer gewertet.

Keiner der Lauftreffler startete wegen unterschiedlicher Probleme während der Vorbereitung unter optimalen Bedingungen. Zwei Laufkollegen fielen sogar ganz aus. So traten ein Fünfer- und ein Dreier-Team zum Lauf an. Etwas Sorge machte allen das Wetter. Am Samstag zum Start waren es 32 Grad Celsius bei strahlender Sonne.

Doch die Organisatoren des TuS Fleestedt hatten kurzfristig eine Dusche organisiert, durch die man jede Runde laufen konnte und auf der Hälfte des Rundkurses hatte zusätzlich ein engagierter Anwohner eine Gartendusche aufgestellt.

Pünktlich um 13 Uhr wurden die knapp 300 Starter auf den 2,38 Kilometer langen Rundkurs geschickt. Während die Staffelläufer losrannten, trabte das weitere Feld gemütlich los, wohlwissend um die 24 Stunden, die zu bewältigen waren. Es gab die verschiedensten Renntaktiken. Langsames Laufen, Laufen und Walken gemischt, nur Walken, Pausen in unterschiedlichen Abständen – jeder musste seinen eigenen Rhythmus finden. So verging Runde um Runde; wobei die Teilnehmer über die gute Läuferversorgung an der Strecke froh waren.

Schon am Samstag hatten die Geesthachter Läufer ordentlich Kilometer gesammelt. Es sah gut aus für die Teamwertung – unter die ersten drei Plätze könnte ein Team kommen. In der Nacht legten sich die meisten Läufer für ein



Das Team des Lauftreff Geesthacht beim 24-Stunden-Lauf in Fleestedt.

Foto: Anette Rosanowski/hfr

paar Stunden schlafen. Zwei Geesthachterinnen liefen stoisch weiter. Die eine aus Angst, dass sie nach einer Pause nicht wieder würde laufen können, die andere weil sie einfach konnte. Und so motivierten sie sich gegenseitig, halfen sich über das eine und andere Tief hinweg. Es war noch nicht Morgen, da zog es mehr und mehr Läufer aus dem Bett und die Strecke belebte sich erneut. Bei allen lief es inzwischen langsamer. Die bewältigten Kilometer machten die Beine schwer und sorgten für das eine oder andere Zipperlein. Oft konnte die nette Masseurin helfen, die ebenfalls 24 Stunden im Einsatz war.

Kurz vor Ende der 24 Stunden wurde es spannend. Eines der Geesthachter Teams lag auf Platz eins und lieferte sich einen engen Kampf mit einem anderen Team. Während die beiden besten Lauftrefflerinnen auf der Strecke blieben, konnte die Dritte keinen Meter mehr zurücklegen. Somit musste sich dieses reine Frauenteam am Ende doch dem Team »Marathon de Sables«, einem Zusammenschluss erfahrener Ultraläufer, geschlagen geben. Das zweite

Geesthachter Team erreichte einen tollen fünften Platz.

Alle waren glücklich und vor allem stolz. Jeder war in den 24 Stunden so viele Kilometer gelaufen und gewalkt wie noch nie. Sieben schafften 60 Kilometer und mehr. Darunter auch zwei, die noch nie mehr als einen Halbmarathon gelaufen waren. Drei schafften mehr als 100 Kilometer. Eine walkte stolze 112 Kilometer – in Crocs – die Beste schaffte sogar 119 Kilometer.

Einhelliges Fazit: So ein 24-Stunden-Lauf ist schon etwas Besonderes – man erlebt innerhalb kürzester Zeit Höhen und Tiefen. Insgesamt macht es sehr viel Spaß, wobei man sich durchaus auch mal quält. Auf jeden Fall wächst man über sich hinaus. Und nachdem die Erschöpfung gewichen ist, bleibt ein unheimlicher Stolz auf die eigene Leistung zurück.

Nicht jeder muss gleich solche Strecken bewältigen. Auch regelmäßiges Laufen im Lauftreff bringt Spaß und etwas für die Gesundheit. Wer sich für den Geesthachter Lauftreff interessiert, findet Informationen unter <https://www.lt-gee.de>.