

ALG Bokel aktuell Frühjahrs Lauf-Challenge erfolgreich bewältigt – Nicht nur Corona den Schneid abgelaufen

Wohnraum-Lüftung
Karsten Groth 04392-916060

Auch zu Beginn dieses Jahres sind die ersten großen Laufveranstaltungen im Lande wegen der Pandemie abgesagt. Zurzeit findet deshalb Breitensport im Leichtathletikbereich ganz überwiegend virtuell vernetzt und/oder „in Natura“ und nur im erlaubten und sicheren Rahmen statt.

So auch bei den Sportler/innen der ALG Bokel, die ihre erste große Lauf-Challenge in diesem Jahr in den meist frühlingshaften März legten.

Schnell stellte sich für die zweier Teams mit insgesamt 22 Startenden jedoch heraus, dass die größten Herausforderungen eben nicht in der Bewältigung der von Organisator Norbert Schroeder geforderten 6 x 5 km und 6 x 10 km lagen.

Binnen der gesetzten Laufrist von 4 Wochen stellte sich Aprilwetter im sonst frühlingshaften März ein: ein Mix aus Minustemperaturen, wechselnd Eis-, Schnee-, Hagel- und Regenschauer. Entsprechend gab es während der Läufe gefrorene Böden bis hin zu Matsch als Untergrund, dazu reichlich kalter Wind, auch gern mit Orkanböen – Bedingungen die selbst auf manchen langjährigen Läufer herausfordernd wirkten.

Doch alle Starter/innen motivierten sich immer wieder neu und stellten sich auf die jeweiligen Wetterkapriolen gut ein. So wurden

dennoch anspruchsvolle Zeiten erreicht und der Spaß, sich sportlich auch den „Naturgewalten“ gestellt zu haben, ließ auch ein wenig Stolz aufkommen. Bestzeiten über 5 km wurden in 19:45 Minuten und über 10 km in 41:13 Minuten erreicht, also knapp unter bzw. über 4 Minuten per Kilometer. Für einige Wiedereinsteiger/innen stand sportlich das Thema „durchhalten“ an erster Stelle, sie benötigten bis zu 8 Minuten per Kilometer. Die Gesamtzeit des besten Zweierteams über die zu laufenden 90 Gesamtkilometer betrug 7:12 Stunden, am Ende der Tabelle benötigte das langsamste Team 11:01 Stunden.



So freut sich Präsident Norbert Schroeder über die große Leistungsspanne im Verein: „Leistungsorientierter Sport und Breitensport ergänzen sich in unserem Verein hervorragend, besonders auch, weil die Teambildung und das Miteinander in der ALG so ausgeprägt positiv wirken“.

Die ALG Bokel wirbt durch viele Veranstaltungen und Vereinsaktivitäten auch in diesem Jahr und lädt Interessierte ein, den Verein kennenzulernen. Kontakt über Norbert Schroeder, 01776336118 oder die website des Vereins www.vflbokel.de/alg

Frühjahrscheck / Motorradinspektion



**Jetzt rechtzeitig anmelden,
damit ihr zum Saisonstart
fit seid!**

**FAHRZEUGTECHNIK
GERLACH**

Borgdorf-Seedorf Tel. 04392 - 911 60 44
www.fahrzeugtechnik-gerlach.de