

6-Stunden-Lauf in Nürnberg 13. März 2004

Das Timing für die Terminansetzung des 8. 6-Stunden-Laufs auf der Wöhrder Wiesen in Nürnberg hätte besser nicht sein können.

Noch eine Woche vorher bedeckte deutsche Straßen und Wege eine winterliche Schneedecke und die Temperaturen lagen knapp unter 0°C. Doch der Wettergott hatte ein Einsehen mit den Strebsamen, die sich auf diese Ultra-Distanz vorbereitet hatten. War es anfangs noch bedeckt, so zeigte sich gegen Mittag die Sonne mit aller Kraft, was einige der insgesamt 140 Teilnehmer zu einer kleinen Kleider-Wechsel-Pause zwang. Allerdings konnte man beobachten, dass diese ersten Frühlings-Strahlen dem kompletten Feld noch einmal neue Energie verliehen und bei den meisten trotz inzwischen sicher müder Beine ein Lächeln ins Gesicht zauberte. (siehe auch unsere [Fotogalerie](#)).

Auf der 1,5km langen Rundstrecke war dank des großen Teilnehmerfeldes (110 Herren, 30 Damen) immer Bewegung und viel Abwechslung für die Läufer gegeben. Eine reichlich ausgestattete Verpflegungsstelle und die Zählstation teilen den Kurs in zwei etwa gleich große Abschnitte auf. Die freie Sicht von jedem Punkt der Strecke auf den gesamten Rundkurs ermöglichen es jedem Läufer seine Position auf der aktuellen Runde genau zu bestimmen. Dies ist vor allem für die schnellen Teilnehmer wichtig, die um die vorderen Plätze kämpfen.

Einer von ihnen war am Samstag Thomas Miksch vom TV Jahn Kempten, der sich mit 81,38 km als erster platzierte, vor Rainer Koch von der LG Würzburg mit 77,86 km. Bei den Damen durfte mit 70,58 km als Gesamt-Vierzehnte Elke Hiebl vom WSV Skadi Bodenmais das oberste Treppchen besteigen, ganz knapp vor Anni Frotschnig von der LAC Salzburg. Einen Marathon (genau 44,47 km) schaffte Sigrid Eichner aus Berlin bei den Seniorinnen II (60 - 69 Jahre). Die ältesten Teilnehmer stellten aber die Herren (Senioren III) mit Joachim Lopatta von der Eintracht Hameln (48,93 km) und Wilfried Flöter aus Erlangen (43,34 km) beide Jahrgang 1932. Respekt!

Inzwischen ist der Lauf auch recht international geworden mit Teilnehmern aus Österreich, der Schweiz, Italien, sowie der Tschechischen Republik.

Der Termin 2005 wird wieder Mitte März liegen. Eine Garantie für das Wetter übernimmt der Veranstalter aber nicht.

Viel Spaß beim Trainieren und bis nächstes Jahr.

Bilder vom 6-Stunden-Lauf Nürnberg 13. März 2004







