

5. CL: Kalim und Zoltan laufen in einem harten Rennen im Pflotsch und Morast auf Platz 4 und 5!

Der 18-er war ein echter "Krampf". Der Kräfteverschleiss ziemlich gross. Kalim und Zoltan zeigten sehr gute Leistungen und laufen in die Top 5. Und bei den Frauen ist Denise die schnellste und sichert sich vorzeitig den Gesamtsieg.

Sonntag, 7. Februar 2010 - von Felix Benz

Die Laufstrecke war extrem unterschiedlich. Die Asphaltstrasse als einziger Abschnitt der Runde ausser ein paar kleineren "Seen" problemlos zu laufen. Aber auf der Naturstrasse war ziemlich viel "Pflotsch" und Dreck, die Wiesenpartien morastig und auch auf dem Damm wieder viel weicher Nassschnee und weicher Dreck. Und bei der Start/Zielpassage gab es zwei gröbere Wassergräben, die durchsprungen oder umlaufen werden konnten. Alles in allem sehr happig, diese Erschwernisse und Hindernisse machten die 18 Kilometer noch anspruchsvoller. Die verfügbaren Kräfte galt es gut einzuteilen. Im Vergleich zum Vorjahr, wo die Strecke problemlos zu laufen war, benötigten die meisten etwas länger, was aber niemanden überraschte.

Der 18-er hatte schon immer die wenigsten Teilnehmer aller sechs Läufe, aber in diesem Jahr war das Teilnehmerfeld schon ziemlich klein. Nur 50 Läuferinnen und Läufer, darunter 11 Milas, entschlossen sich für den Start bei diesem "Härtetest".

Kalim und Zoltan in den Top-5

Hinter dem souveränen Spitzentrio Marti-Schefer-Thür positionierten sich schon früh Kalim Ghulam und Zoltan Török. Die beiden liefen ihr Tempo beherzt durch und sicherten ihre Positionen 4 und 5 bis zum Schluss klar ab. Guido Bischofberger musste vor vier Wochen im 15-er noch wegen Muskelkrämpfen aufgeben, im 18-er lief es ihm wieder bestens, kam als MILA-Nr. 3 ins Ziel.

Denise holt 3. Tagessieg

Die ersten beiden Lustenauer hatte sie ausgelassen, dann griff sie ins Geschehen ein und ist schnellste Frau in den Läufen 3-5: Denise Lichtensteiger. Unsere MILA-Spitzenläuferin sichert sich damit schon vor dem letzten Lauf die Crosslauf-Gesamtwertung dieses Winters.

Spannendes Finale bei den Männern

Adrian und Fredi Marti gewannen bisher je zwei Cross. Wer holt den 3. Sieg und damit die Crosslaufkrone? Am 6. und letzten Cross über 9 Km wird es sich zeigen. Beide werden am Start sein und sich gegenseitig nichts schenken. Spannung und ein interessantes Rennen in zwei Wochen ist also angesagt!

Die Spitzenläufer Marti, Thür und Schefer von Anfang an in Front, dann folgt Kalim, der schnellste Mila



Denise gings locker an



Kalim behält Position vier, Zoltan rückt noch auf die 5 vor.



Milas im Mittelfeld, Roli, Felix und Andreas





Heinz



Kalim im Matsch auf dem Damm



Guido gelang ein ausgezeichneter Lauf



Raphael



Andreas



Denise gewinnt locker und lachend. Applaus bekommt sie von ihren beiden Girls Soheyla und Kim.



Da gabs nasse Füße



..... ausser man umläuft den See wie Heinz



Denise glücklich und zufrieden im Ziel. Man sieht auch ihr die Strapazen ein wenig an.



Sepp hat sich als Fotograf und Reporter getestet. Sorgt er zukünftige (wenn Erwin wieder läuft) für tolle Bilder und Berichte??



Das Siegertrio nach einer Runde noch beisammen: Daniel Thür, der spätere Sieger Fredi Marti und Christoph Schefer



Päuli und Nejdet feuern die Milas an

