

### Tina Schneider gewinnt Halbmarathon im Siebengebirge!



Nach einer längeren Regenerationsphase befindet sich **Tina Schneider** wieder mitten im Wintertraining und hat schon einige Kilometer abgespult. Ein „hartes“ Pensum hatte sie sich am Wochenende auferlegt. Erst stand der traditionelle Weihnachtsmarktbesuch des TuS Deuz in Siegen auf dem Programm, den sich Tina trotz längerer Anfahrt aus dem Westerwald nicht entgehen lassen wollte. Recht spontan entschied sie sich dann abends für einen Start beim Siebengebirgsmarathon in Bad Honnef am Sonntagmorgen, wo sie die Halbmarathondistanz absolvieren wollte.

Gestartet wurde der Halbmarathon schon um 9 Uhr , sodass Tina bereits um 6 Uhr früh

## Siebengebirgsmarathon

Montag, den 15. Dezember 2014 um 18:57 Uhr

---

aufstehen musste. Eigentlich war ein schnellerer längerer Trainingslauf geplant, aber dieser Plan wurde durch eine starke Konkurrentin über den Haufen geworfen. Auf dem sehr anspruchsvollen Kurs, der überwiegend aus zum Teil tiefen Waldwegen bestand und außerdem etliche Höhenmeter aufwies, lief Tina lange Zeit gleichauf mit Christin Wilken vom Ayyoteam Essen, die in diesem Jahr bereits vordere 37er Zeiten über 10km gelaufen ist. Insgesamt war eine Höhendifferenz von 136m zu bewältigen, da Start und Ziel auseinander lagen. Der Höhenanstieg betrug 375 Meter, während es auch 367 Meter bergab ging. Das war ein Strecke, an der bestimmt auch unser Trailspezialist Tim Dally seine Freude gehabt hätte 🍷

Gegen Ende machte dann Tina noch mal Druck und konnte sich von ihrer Konkurrentin Christin Wilken lösen und in der Zeit von **1:27,07 Std.** mit einem Vorsprung von 11 Sekunden das Rennen gewinnen. Auch wenn die Belastung am Ende größer war als geplant, so zeigte Tina eindrucksvoll, dass mit ihr in den kommenden Wochen und Monaten wieder zu rechnen ist.