

Refrather Herbstlauf - Jahresbestleistung für Gabi Müller-Scherzant



29. Refrather Herbstlauf

Sonntag, den 19. Oktober 2014 um 19:10 Uhr

29. Refrather Herbstlauf

Sonntag, den 19. Oktober 2014 um 19:10 Uhr

Am vergangenen Sonntagmorgen machte sich eine Gruppe Deuzer auf den Weg nach Bergisch-Gladbach um am 29. Refrather Herbstlauf im Königsforst teilzunehmen.

Um 10:50 Uhr gingen die 10km-Läufer, unter denen sich auch alle Deuzer Teilnehmerinnen und Teilnehmer befanden, bei herrlichem Wetter auf die offiziell vermessene Strecke.

Besonders gut vorbereitet ging **Gabi Müller-Scherzant** in der Hoffnung auf eine Zeit unter 40 Minuten an den Start. Dabei wurde sie von Ehemann und Trainer

Dieter Müller

begleitet, der zuletzt extra nochmal ein wenig sein Training angezogen hatte, um als guter Tempomacher agieren zu können. Auch

Christian Jung

und

Manuel Wörmann

, die einen schnellen Trainingslauf absolvieren wollten, schlossen sich den beiden an. Die Gruppe um Gabi erreichte den Wendepunkt bei etwa 20:25 Minuten, was zu diesem Zeitpunkt die Hoffnung auf das Erreichen einer Endzeit von unter 40 Minuten bei den Meisten bereits auf ein Minimum reduziert hatte, wenngleich die erste Streckenhälfte leicht bergauf (ca. 25 ansteigende Meter bis zum Wendepunkt) verläuft. Auf der zweiten Hälfte trumpfte Gabi dann aber groß auf, konnte bergab ein sehr hohes Tempo gehen und erreichte das Ziel nach großem Kampf in hervorragenden 39:58 Minuten, was Platz 3 bei den Frauen, natürlich den Altersklassensieg, sowie eine persönliche Jahresbestzeit bedeutete.



29. Refrather Herbstlauf

Sonntag, den 19. Oktober 2014 um 19:10 Uhr



29. Refrathener Herbstlauf

Sonntag, den 19. Oktober 2014 um 19:10 Uhr



29. Refrathener Herbstlauf

Sonntag, den 19. Oktober 2014 um 19:10 Uhr



Ergebnisse:

Alexander Manaa	38:46	
Rebekka Otterbach	39:04	
Andreas Klappert	39:18	PB
Christian Jung	39:57	
Manuel Wörmann	39:58	
Ga	bi Müller-Scherzant	39:58
Dieter Müller	40:00	
Katharina Schäfers	40:40	

Bildquelle: Kai Engelhardt www.laufmonster.de