

Langstreckenvorbereitung bei der Winterlaufserie Rheinzabern

Die dreiteilige Winterlaufserie Rheinzabern ist beliebt bei den Läufer:innen, die sich auf längere Laufdistanzen vorbereiten wollen. Kurz vor Weihnachten, am 17.12., wurde rund um Kandel zunächst ein 10 Km Straßenlauf mit 1000 Teilnehmern ausgetragen. Dann folgte am 14. Januar der zweite Lauf mit 15 Kilometer Streckenlänge, bevor Mitte Februar der dritte auf über 25 Kilometer ansteht.

Ähnlich wie beim Fleiner Crosslauf werden sowohl die Einzelergebnisse gewertet wie auch das Gesamtergebnis aller drei Läufe.

Wir wissen noch nicht, was unsere TSV-Top-Athletin Sara Stark in diesem Jahr auf ihrer sportlichen To Do Liste stehen hat, aber diese Lauf-Serie ist wie gemacht für sie.

Die 10 Kilometer lief Sara in hervorragenden 38:31 min und wurde 4. in der AK W 40 und 17. in der Wertung der Frauen. Beim zweiten Lauf über 15 km am 14. Januar erzielte sie eine super Zeit vom 59:54 min und wurde 3. der W40 Frauen und 11. der Gesamtwertung.

Wir sind gespannt auf ihr 3. Rennen und drücken ihr und den Fleiner Crossläufern die Daumen.



Möchten Sie Ihre guten Vorsätze in die Tat umsetzen und etwas für Ihre Gesundheit tun? Der TSV Talheim, Abteilung Leichtathletik, trainiert regelmäßig, auch für Einsteiger und Wiederanfänger geeignet. (jg)