

Tim Dally siegreich in Allendorf



Am vergangenen Donnerstag konnte **Tim Dally** im Sauerland seinen 4. Saisonsieg beim vom SSV Allendorf ausgerichteten 10km-Volkslauf "Um den Allendorfer Bahnhof" erringen und damit seinen Vorjahreserfolg wiederholen. Schon in der Einführungsrunde auf dem Sportplatz setzte er sich gemeinsam mit Andre Löher vom TriFun Hennesee vom Rest des Feldes ab und legte die ersten 2 Kilometer, die leicht bergab verliefen, in etwa 6:35min zurück. Es folgte ein insgesamt fast 5 Kilometer langer Anstieg mit über 200 Höhenmetern durch den Wald, der zwischendrin nur durch eine kurze Bergabpassage unterbrochen wurde. Schon zu Beginn des Anstiegs gab Tim dann Gas und konnte sich auch direkt lösen. Es waren zwar keine richtig steilen Rampen zu bewältigen, allerdings waren einige schlammige Stellen zu überwinden und der andauernde Regen machte die Sache auch nicht einfacher. Trotzdem konnte er den langen Anstieg relativ entspannt in einem konstanten 3:55min-Schnitt zurücklegen - das intensive

Berglauftraining der letzten Wochen zahlte sich hier aus. Nach genau

37:00 Minuten

erreichte er das Ziel am Allendorfer Sportplatz mit knapp über 1 Minute Vorsprung vor Andre Löher und fast 4 Minuten vor dem Drittplatzierten Luca Eric Neumann (ABV Plettenberg). Nachdem er 2013 bei der Siegerehrung noch Schwierigkeiten hatte, mit müden Beinen das etwa 1m hohe Siegertreppchen zu erklimmen, meisterte er diesmal auch dieses Hindernis wesentlich besser und konnte seine Trophäensammlung um 2 weitere schöne Pokale erweitern.

Nicht nur aufgrund des sportlichen Erfolgs hat sich die relativ weite Anreise auf jeden Fall gelohnt: Insgesamt ein sehr schöner und mit etwa 250 Höhenmetern durchaus anspruchsvoller Lauf (richtig gut zum Testen der Berglaufqualitäten!), der in diesem Jahr leider vermutlich aufgrund der schlechten Witterung einen deutlichen Teilnehmerrückgang zu verzeichnen hatte. Dafür wurden die Teilnehmer bei der Ankunft vom Stadionsprecher persönlich begrüßt und auch der Führungs-Radfahrer erledigte seinen Job hervorragend und ließ sich am Berg nicht abhängen.