

Tina Schneider mit guter 5000m Zeit in Koblenz !

Quasi „vor der Haustüre“ im heimischen Koblenz nahm Tina Schneider beim traditionellen Mini-Internationalen über 5000m teil. Mittlerweile ist Tina in erster Linie auf den längeren Strecken zuhause und betrachtet die 5000 Meter eher als ungeliebte Unterdistanz. Aber zur Verbesserung der Tempohärte und der Schnelligkeit sind Starts über die kürzeren Bahndistanzen wichtig. Daher stand die Teilnahme in Koblenz als wichtige Einheit auf Tina's Trainingsplan und sie konnte die Trainervorgaben („knapp unter 18 Minuten“) dann auch perfekt umsetzen. Mit guten 17:57,89 Minuten und Platz 5 bei den Frauen glückte ihr eine Punktlandung. Bevor die Marathonvorbereitung (Köln-Marathon) Mitte Juni beginnt, steht für Tina noch der Start beim Deuzer Sparkassen-Pfingstlauf auf dem Programm. Dort darf man sich auf den Auftritt der heimischen Spitzenläuferin vom TuS Deuz freuen.



