

Nach monatelanger, intensiver Vorbereitung wollte ich die Marathonstrecke zum 35.ten mal in Angriff nehmen; ein verlängertes Wochenende zusammen mit Ulrike & Birgit in Wien war geplant. Nachdem das Corona-Virus so gut wie alle Pläne zunichte gemacht hatte, habe ich das Training trotzdem weiter durchgezogen, auch ohne Ziel am Horizont. Ein seltsames Gefühl.

Die Erleuchtung kam dann in Person von Volker Stein! Volker machte den Vorschlag, die 42,195 km an der Breitenbach zu laufen, er würde die Begleitung auf dem Rad übernehmen. Tja, warum ich auf diese Idee nicht selbst gekommen bin? Sowas nennt man wohl `Betriebsblindheit` ;-)

Gesagt getan. Samstag, 18. April, 9.00 Uhr ging´s los.

Vorgenommen hatte ich mir, einen KM-Schnitt von 4:35-4:37 zu laufen, was eine Endzeit von knapp unter 3:15 bedeutet hätte. Die alternative Gang-runter-Zielzeit wäre eine 3:19 gewesen. Man soll ja bekanntlich immer einen Plan B in der Schublade haben.

Nachdem ich die ersten beiden Runden schon etwas zu schnell hinter mir gelassen hatte, kündigte ich großspurig bei Volker an: "Runde 3 + 4 mache ich mal was langsamer". Reaktion Volker: "Unsinn. Zieh so weiter durch. Heute ist Dein Tag, ich merke das."





Ein Foto von Lutz Hellmann, der an der Breitenbach-Talsperre einen Marathon läuft. Er trägt ein weißes Laufshirt mit roten Akzenten und eine weiße Kappe. Auf dem Shirt sind Logos von 'skinfit', 'VATRO', 'ER-BACK' und 'Huis & Oster' zu sehen. Auf dem Ärmel steht 'TuS Deutz Laufteam'. Er trägt eine schwarze Sportschuh und eine schwarze Armbanduhr.



Beim Vollkreislauf in der Breitenbach-Talsperre (mit Ausstapser) liefen Lutz Hellmann und Petra Hellmann (mit Ausstapser) ohne Umarmungen!



Lutz Hellmann läuft Marathon an der Breitenbach-Talsperre

Sonntag, den 19. April 2020 um 11:22 Uhr





Stammes, in der Form eines Stammbaums, der die Verwandtschaftsverhältnisse zeigt.