

32 Vienna City Marathon 12.04.2015

Distanzen: Marathon, Halbmarathon, Staffelmaraathon

Rennbericht von Manuel Hötzeneder (Halbmarathon 21,1 km)

Der Startschuss des diesjährigen VCM erfolgte pünktlich um 09:00 und tausende angespannte sportbegeisterte Athletinnen und Athleten begaben sich auf die Reise durch die Bundeshauptstadt! Der CLR Sauwald Coffain 699 war mit dem Marathon Läufer Alois Pichler und Halbmarathon Starter Thomas Schererbauer inklusive mir vertreten. Nach meiner Verletzungspause an der Achillessehne und den krankheitsbedingten Ausfällen, war ich besonders froh, endlich wieder einen Wettkampf bestreiten zu können. Ich ging voller Euphorie in das Rennen, da ich 2 Wochen zuvor in Ruhstorf an der Rott meinen ersten Wettkampf im Jahr 2015 (10 km) in einer Zeit von 36:55 finishen konnte. Leider folgte eine Woche später wieder eine starke Verkühlung, sodass ich einige Tempotrainingseinheiten abbrechen bzw. auslassen musste. Nichts desto trotz, ging ich also in Wien an den Start und durfte mit den Läufern im Ersten Block die Reichsbrücke überqueren. Bei zahlreichen Zusehern machte ich gleich den Fehler und lief die ersten 3 km viel zu schnell an. Den km 5 überquerte ich in einer Zeit von 0:18:33 min. (Zeit/km 3:43) was viel zu schnell war. Ich entschied mich also das Tempo etwas zu reduzieren und lief den km in 3:53 min. an, was bis km 15 bei teilweise sehr starkem Gegenwinden gut funktionierte weiter. Zwischen km 16 (Schönbrunn) & km 19 (Kirche Fünfhaus) spielten mein Kopf und die Beine nicht mehr mit und ich konnte den km-Schnitt unter 4 Minuten leider nicht mehr halten, was dazu führte, dass mich viele andere Läufer überholten und ich bei niemandem mehr aufschließen konnte. Diese 3-4 km waren der reinste Horror, da meine Beine immer schwerer wurden und ich um mich herum fast nichts mehr wahrnehmen konnte. Aus welchen Gründen auch immer, auf einmal lösten sich Gott sei Dank die Blockaden wieder und ich konnte die letzten 2,1 km wieder unter 4 Minuten, teilweise sogar unter 3:50 min. laufen. Als ich den Heldenplatz sah, war ich extrem erleichtert und ich legte noch mal ein bisschen nach, damit diese 21,1 km endlich vorbei sind. ☺ Mit der Nettozeit von 1:22:40 in einem Tempo von 3:55 min/km und Gesamtrang 104 von 9142 teilnehmenden Männern bin ich schlussendlich sehr zufrieden, da ich meine Zeit gegenüber meinem ersten Halbmarathon 2014 in München um 5 Sekunden verbessern konnte. Im Herbst starte ich die 21,1 km in Amsterdam und freue mich riesig auf eine hoffentlich verletzungsfreie Vorbereitung.

Großer Respekt gebührt auch Alois Pichler, der den Marathon in einer fantastischen Nettozeit von 3:08:53 oder 4:29 min/km meistern konnte.

Gratulation auch an Thomas Schererbauer, er finishte die 21,1 km in einer Zeit von 1:52:59.