

14. Ansmann Cup Assamstadt

Als zweite Veranstaltung der Laufgemeinschaft Tauberfranken, der auch unser Umpfertallauf angehört, ging es nun nach Assamstadt zum 14. Ansmann Cup. Neben Schüler, Jugend- und Bambinilauf wird der 10 km Klassiker angeboten.

Direkt mit dem Startschuss um 17:30 Uhr bei mildem und somit idealen Wetterbedingungen machten sich unsere 2 Läufer Andy und Christian des TSV auf die 5km lange Rundkursstrecke. Diese führt die Läufer nach einer Einführungsstadionrunde weitestgehend durch den Assamstadter Wald bzw. Trimm-Dich-Pfad. Im letzten Drittel des Rundkurses wartet ein knackiger Anstieg auf die Läufer, so dass einige Höhenmeter gesammelt werden und somit keineswegs von einer schnellen Strecke die Rede sein kann. Der besagte Kurs wird von den 10km-Läufer zwei Mal durchlaufen. Andy und Christian wollten trotz des welligen Profils gute Zeiten Laufen.

Im Lauf machte sich für Christian die anstrengende Trainingswoche bemerkbar und er musste auf der 2. Runde deutlich an Tempo einbüßen, so dass am Ende zwar keine tolle Zeit auf der Uhr stand (43:24), jedoch ein gutes Gefühl, die Trainingswoche würdig abgeschlossen zu haben. Andy konnte seine Spitzenform ein weiteres Mal unter Beweis stellen, lief die 2 Runden weitestgehend konstant und konnte sogar in seiner Altersklasse den Sprung aufs Treppchen schaffen (41:56, 3. AK M35).

