

Tempogefühlsstaffel am 10.07.23

Bei hochsommerlicher Wärme fand die diesjährige Tempogefühlsstaffel wieder im Lilienthalpark in Lichterfelde statt. Fünfzehn Aktive waren zum Lauf erschienen, so dass insgesamt sechs Staffeln gebildet wurden: drei Staffeln mit drei Läuferinnen bzw. Läufern – darunter auch zwei Geher - und drei weitere Staffeln, die aus Paaren bestanden, welche insgesamt sechs Runden im Park gingen. Zur Erinnerung: Die vor dem Start angegebene Laufzeit sollte möglichst eingehalten werden. Jede Abweichung – egal, ob zu schnell oder zu langsam – sollte sich negativ auf das Endergebnis der jeweiligen Staffel niederschlagen.



Somit standen pünktlich um 18 Uhr die ersten sechs an der Startlinie.

Nach knapp 55 Minuten erreichte Staffel 4 (Christine und Karin) das Ziel mit einer Abweichung von 4:19 min und war damit bestes Paar im Walken. Nur wenige Sekunden später kam Staffel 5 (Christa und Gisela) ins Ziel. Aufgrund der Abweichung von 8:40 min landeten beide auf dem dritten und letzten Platz. Etwas mehr Zeit ließen sich Siegbert und Norbert mit knapp unter einer Stunde, aber da ihre Abweichung bei 5:15 min lag, schoben sie sich auf den zweiten Platz beim Walken.

Bei den Läuferinnen und Läufern, die insgesamt neun Runden im Park absolvierten, erreichte die Staffel 1 (Reinhard, Petra und Wolfgang) nach 64

min. das Ziel. Die Abweichung von 2 min. bedeutete den ersten Platz. Staffel 3 (Tessa, Conny und Jens) war mit knapp 67 min. nur wenig langsamer. Die Abweichung von 2:20 min ergab den zweiten Platz. Staffel 2 (Achim, Bernd und Günther) erreichte in 70 min das Ziel, die Abweichung von 4:08 min bedeutete den dritten und letzten Platz.



Fazit: Was die Abweichungen von den vorhergesagten Zeiten angeht, waren die Staffeln der Läuferinnen und Läufern im Vorteil. Vermutlich hängt das auch damit zusammen, dass beim Walken selten auf die Uhr geschaut wird und das eigene Tempo daher nur schwer eingeschätzt werden kann.

Insgesamt war es wieder eine schöne Veranstaltung, die durch das anschließende gemeinsame Picknick gekrönt wurde. Nicht zu vergessen, die Siegerehrung mit Medaillenvergabe usw.

Mein besonderer Dank gilt wieder Achim und Conny für die prima Organisation des Laufes und des Picknicks, Renate, die bei der Zeitmessung half und Uli, der die Fotos machte.

WoZi



