



Einige unserer Langstreckler hatten sich den Halbmarathon in Köln als Herbsthighlight auserkoren, und so machten sich Barbara Jedras, Peter Liebchen, Stefan Losch, Thomas Müser, Max Podewski und Markus Uhlendahl frühmorgens noch im Dunkeln auf nach Köln. Als geeignete Parkmöglichkeit vor Ort erwies sich der P22 an der Messe, von dem es nicht allzu weit zum Startbereich am Deutzer Bahnhof war und auch ein Shuttle-Service angeboten wurde. Dort war es frühzeitig schon proppenvoll und es gab die obligatorisch langen Warteschlangen vor den Dixiklos, denn über 12.000 Läuferinnen und Läufer wollten die 21,0975 km angehen.

Beim Startschuss um 8:30 herrschten ideale Laufbedingungen, es war es noch angenehm kühl und fast windstill. Stefan fand sich anfangs in einer Gruppe mit der erweiterten Frauenspitze wieder, passierte die 10-Kilometer-Marke in 37:10 Minuten und löste sich dann allmählich aus der noch fünfköpfigen Gruppe, die etwas an Fahrt verloren hatte. Am Ende kam er mit einer 25 Sekunden schnelleren 2. Hälfte nach 1:18:04 Stunden (netto) ins Ziel, was den 2. Platz in der M45 (40. M) bedeutete - und für ihn die schnellste Halbmarathonzeit seit über 4,5 Jahren.

Es folgte Max, der Stefan noch längere Zeit im Blickfeld hatte und sich im Nachhinein etwas ärgerte, nicht den Anschluss gesucht zu haben, weil er am Ende lange alleine laufen musste. Er finishte nach 1:19:45 Stunden (Platz 55, 27. MHK), sicherlich noch mit Luft nach oben. Etwas länger unterwegs war Markus, der nach seiner 10er Bestzeit nun in 1:27:55 (Platz 224, 24. M45) auch eine neue Halbmarathon-PB lief. Und das, obwohl er kurz vor Kilometer 20 aufgrund einer verkrampten Bauch-/Atemmuskulatur für einige Sekunden stehen bleiben musste und schon dachte, dass das Rennen für ihn beendet sei! Ein gutes Resultat lieferte auch Thomas Müser ab, der mit 1:29:29 (Platz 288, 7. M55) ebenfalls noch klar unter 1:30 Stunden blieb.

Barbara Jedras hatte in diesem Jahr eine ganz starke W45 erwischt (die Siegerzeit betrug 1:21 Stunden), so dass sie sich nach 1:32:50 Stunden mit einem 6. Altersklassenplatz (45. Frau gesamt) zufrieden geben musste. Martin Kels benötigte für den Stadtkurs 1:36:12 Stunden (Platz 703, 130. M35) und war zwar mit seiner Zeit nicht ganz zufrieden, konnte sich danach allerdings auch nicht zur Ruhe setzen, sondern musste seinem Job als Radiomoderator nachgehen.

Im Tagesverlauf frischte der Wind auf und es regnete auch phasenweise. Sven Block, der über die volle Distanz von 42,195 km ging, musste den Marathon leider nach 21 km mit

Kreislaufproblemen abbrechen, obwohl er zu dem Zeitpunkt noch voll in der Zielzeit 3:24 lag. Manfred Lipsky verdingte sich wieder einmal als Pacer und brachte seine Schäfchen sicher nach 3:14:40 Stunden ins Ziel. Das war immerhin Platz 322 unter über 5000 Finishern.

Und was war mit Peter? Ihn hatte über Nacht eine dicke Erkältung erwischt, so dass er seinen Lauf vernünftigerweise absagte. Ein dickes Dankeschön an dieser Stelle, dass Du trotzdem gefahren bist und uns an der Strecke angefeuert hast, und gute Besserung!

Weitere Infos: [Veranstalterhomepage](#) | [Fotos Runner's World](#) | [Laufreport](#)