



<https://biz.li/3fhq>

LEICHTATHLETIK: JÖRG HANNE LÄUFT BEI 39. HARZQUERUNG MIT

Veröffentlicht am 01.05.2018 um 17:39 von Redaktion LeineBlitz

Jörg Hanne vom Lauftreff der TKJ-Leichtathletikabteilung stellte sich einer besonderen sportlichen Herausforderung: Mit mehr als 700 weiteren Startern war er bei der 39. Auflage der sogenannten "Harzquerung" am Start. Dieses ist ein sehr anspruchsvoller Landschafts- und Geländelauf im Ostharz von Wernigerode nach Nordhausen. Es ist dabei nicht nur eine Strecke von 51 Kilometern zu absolvieren, sondern die Läufer müssen auch etwa 1500 Höhenmeter überwinden. "Die lange Strecke sowie die An- und Abstiege sind das eine", konnte der TKJler nach dem Lauf berichten, " aber ständig war auch volle Konzentration angesagt, denn es ging immer wieder über Wurzeln, Steine, tiefe mit Regenwasser gefüllte Fahrrinnen und kleine Bäche mit wackeligen Holzbrücken." Zudem waren auf der Strecke immer noch



Jörg Hanne: "Ich musste ich feststellen, dass man Bergläufe, insbesondere hinunter, auch entsprechend trainieren sollte."

etliche vom Sturmtief Friederike Anfang des Jahres zerlegte Bäume zu überwinden. "Knackpunkt der Harzquerung ist nach etwa 32 Kilometern der steile Aufstieg über mehrere Kilometer hinauf zum 600 Meter hohen Popperberg nördlich von Nordhausen und danach die steilen Trailpassagen wieder hinunter, bei denen die Oberschenkelmuskulatur extrem beansprucht wird", berichtete Hanne nach der Rückkehr nach Sarstedt. "Da musste ich feststellen, dass man Bergläufe, insbesondere hinunter, auch entsprechend trainieren sollte, ab und zu Laufen im hügeligen Giesener Wald ist zu wenig.", konnte er nur eher leidvoll resümieren. Mit seiner Zeit von letztendlich 6:11:25 Stunden landete der Sarstedter mit Platz 306 im Mittelfeld (Rang 63 seiner Altersklasse M 50), aber wichtiger als Zeiten und Platzierungen waren die tollen Naturerlebnisse und die Laufbekanntschaften unterwegs.