



Sondertraining am 14.01.2006

Training für die OL Saison 2006 und den Bernhardswalder Sommerlauf auf vollen Touren

Bernhardswald/Vereinsheim - Samstag war es dann soweit. 8 Erwachsene und 4 Jugendliche Läufer der OL Gruppe begaben sich gemeinsam auf den von Jens Pohl „angedrohten“ langen Langsamlauf vom Vereinsheim über die Bahnhofstraße auf den Radweg nach Falkenstein. Kalt war's, eisig war die Strecke (teilweise) und der NachtOL steckte noch allen in den Knochen, aber jeder gab wieder mal sein bestes. Während Julia Spangenberg, Lena Brückner und Conny Sammet etwas eher Richtung Finsing abbogen und zurückliefen, kämpften sich im wahrsten Sinne des Wortes Robert Ebenbeck, Birgit

Spangenberg, Sonja Koch, Gabi von Rhein, Jürgen Elflein und Peter Fichtl weiter Richtung Radbahnhof, moralisch unterstützt von den 2 Laufspezialisten Jens Pohl und Gerhard Gärtner. Mit dabei, Hut ab, Marco Elflein gerade mal 12 Jahre alt. Jeden mal an seine persönliche Grenze bringen, dies ist bei diesem Lauf unserem Jens nach fast 2 Stunden und 15 km wahrlich gelungen. Und damit das OL spezifische nicht zu kurz kam, gab es anschließend gleich noch eine Einweisung in den Gebrauch des Daumenkompasses durch Gerhard. Dass einige danach sofort ins Bett fielen ist allerdings nur ein böses Gerücht.