

1. Platz für Gisela Haggenmiller in Oberstdorf

Am 07. Mai 2023 fand nach mehrjähriger Pause der Oberstdorfer Gebirgstäler-Halbmarathon wieder statt. Ganz neu war der Start- und Zielbereich im Nordic Zentrum in Oberstdorf. Das Wetter spielte mit und Gisela Haggenmiller vom RC-Allgäu war mehr als begeistert über die neue Streckenführung und das perfekte Wetter. An der Trettach entlang ging es bis nach Spielmannsau, über das Oytal zur Schattenbergschanze, am Moorweiher vorbei zurück ins Ziel im Nordic Zentrum. 21 km und 400 Höhenmeter galt es zu bezwingen.

Gisela gewann mit einer Laufzeit von 2:28:08 Std. den 1. Platz in der Altersklasse W 65. Nach dem ersten Platz beim Halbmarathon in Kempten vor zwei Wochen, ein gelungener Start in ihre Laufsaison.

Die Verletzung die sie vom New York-Marathon mit Nachhause brachte, entpuppte sich im Nachhinein als ein Ermüdungsbruch. Wieder genesen kann sie jetzt getrost die neuen Trainingseinheiten in Angriff nehmen. Als nächstes Ziel steht am 05. August der Piz Alpine Glacier Trail mit Start und Ziel in Mandarfen, an. Dann ist ihr langjähriger Lauf- und Trainingspartner Reinhard Kral mit am Start, mit dem sie so manche Trainings- und Rennkilometer absolvierte. Dann heißt es für Beide wieder auf ein Neues!



Text und Foto von Wolfgang Haggenmiller

3. Platz für Ingo Spiegel in Hörmannsdorf



Neumitglied beim RC Allgäu, Ingo Spiegel wird Dritter in der AK 65 bei der Bayerischen Duathlon Meisterschaft in Hörmannsdorf.

Leider war das Wetter schlecht und es regnete vom Start weg, bis alle im Ziel waren. Wenigstens war es dann bei der Siegerehrung trocken.

Ingo hatte neben der Kälte auch mit dem Regen zu kämpfen, da die Straßen so nass waren und es deshalb bei den Abfahrten sehr gefährlich wurde.

Der Duathlon begann mit einem 9,5 km Lauf, dann 42,5 km Radfahren und zum Abschluss noch einmal 5 km laufen. Mit einer Zeit von 3:11:56 Std. kam er ins Ziel und wurde Dritter in seiner Altersklasse und auch 3. Platz in der AK-Wertung in der Bayerischen Meisterschaft.

Foto von Beatrice Spiegel, ebenso Neumitglied im RC Allgäu

4. Platz für Michael Bauer in Krailing

Ein tolles Rennen lieferte Michael Bauer aus Obergünzburg bei der Bayerischen Sprint-Duathlon-Meisterschaft am 07.05.2023 in Krailing ab.

Der Wettkampf wurde bei guten Wetterbedingungen bestritten. Bei den Männern gingen insgesamt 44 Sportler über 5,1 km Laufen, 25 km Radfahren und 2,8 km Laufen, an den Start.

Michael kam nach 5,1 km als Gesamt 22. mit 22:19 min in die Wechselzone. Danach ging es auf die 25 km Radstrecke, die er in 43:30 min fuhr. Er ging an 23. Stelle auf die 2,8 km Abschlussrunde, die er in 13:58 min lief.

Mit einer sehr guten Gesamtzeit von 1:19:47 Std wurde er im Gesamtklassement 22. Platz und in seiner AK 50 mit Platz 4 belohnt.

Saisonstart in Italien mit überraschendem Ergebnis

Melanie Behr und Markus Lerb waren in Kaltern/Südtirol zusammen auf der Olympischen Distanz am Start und hatten beide unterschiedliche Eindrücke. Es ging ihnen hauptsächlich darum, vor dem Rennen auf der Mitteldistanz beim Ironman in Kraichgau in zwei Wochen noch einmal Rennluft zu genießen.



Melanie bezeichnete das Rennen als hart, da ihre Schwimmzeit langsamer als erwartet war und der Rest dafür ganz versöhnlich ausgefallen ist. Ihre Zeit war dann 3:00:45 Std.

Das Rennen von Markus hatte sich speziell auf der Laufstrecke toll angefühlt und so geht er zuversichtlich in das Rennen im Kraichgau. Die Zeit hingegen hatte im Ziel noch Potential und letzter Platz mit 13 Stunden Rückstand war dann fast schon wieder witzig.

Seine Zeit war – nachdem festgestellt wurde, dass sein Transponder defekt war – 2:32:59 Std. für die 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren und noch einmal 10 km Laufen.

Der Fahrplan der beiden für die nächsten Wochen schaut nun so aus, dass sie als Nächstes beim Ironman 70.3 im Kraichgau starten und dann Mitte Juni den zu den härtesten und längsten Radmarathons der Welt zählenden „Styrkeproven“ in Norwegen fahren wollen. Bei dem Radmarathon geht es Nonstop über die Strecke von 560 km von Trondheim nach Oslo.

Foto von Marianne Lerb