

# Hardtwaldrunner

Nr. 86-4 / Juni 2020



## -Challenge Juni

### Teil 1

Liebe Teilnehmer und Teilnehmerinnen,

Vielen Dank für die sehr kreativen Beiträge zu unserer Challenge „*Lassolaufen kann doch jeder*“. Ich hoffe, ich habe auf den nachfolgenden Seiten alle Beiträge dargestellt und niemanden vergessen.

Eigentlich gebührt natürlich allen ein Preis für die Teilnahme und Ausführung. Aber, wie das so ist, möchten wir die Kreationen nicht nur veröffentlichen, sondern von Euch LSGlern eine Bewertung zu den Einsendungen erhalten. Deshalb möchte ich alle unsere Mitglieder bitten, mir 3 Beiträge (nur die Nummern) zu nennen, die sie für die schönsten, lustigsten oder erstaunlichsten halten.

Ich werde Eure Stimmabgaben sammeln und im nächsten Newsletter dann das Ergebnis veröffentlichen.

Euer Votum schickt bitte bis zum 28.06.2020 an:

[pbeil@web.de](mailto:pbeil@web.de)

Bevor wir zu den Laufbildern kommen, erst einmal ein Beitrag von Andreas Knabe, wie er an diese Aufgabenstellung herangegangen ist und sie umgesetzt hat.

Viel Spaß beim Lesen und beim Anschauen der Bilder.

Lasst Euch überraschen :-).

# ...kreative 10km Lösung

## bei der Glück-Challenge Juni 2020, Teil 1

Beitrag von Andreas Knabe



Nein, so etwas habe ich bisher noch nicht gemacht, doch schon die Planung fand ich reizvoll. So zog ich heute im Trekking Outfit (Wanderschuhe und lange Hosen) in den Wald um etwas Abseits meiner üblichen Laufstrecken eine kreative Runde zu absolvieren.



Mir war dabei bewusst, dass der teils kräftige Regen der letzten Tage Teilstücke meiner geplanten Strecke sicher wohl etwas aufgeweicht hatte. Was ich dabei aber gar nicht erwartete, waren die Spuren der Waldarbeiter, die momentan umfangreiche Aufforstungsarbeiten im Wald durchführen, sicher auch eine Notwendigkeit vom Sturm im Februar.



Die Spurrillen des riesigen Ungetüms eines Holzvollernters mit Kettenantrieb waren so schon tief genug, doch nun waren diese recht tiefen Gräben voll mit Regenwasser! Abbrechen wollte ich aber nicht, brauchte jedoch die kleinen Zwischenwege um ein ziemlich ordentliches (kreatives) Ergebnis zu erzielen. Also durch! Zwischen abgebrochenen Ästen, schlammigen Wegen mit oft wadentiefen Pfützen um dann

wieder auf einen annehmbaren Schotter- oder Waldweg zu gelangen.

In den unwegbaren Abschnitten mit vollgelaufenen Spurrillen / Pfützen konnte ich mir nicht all zu viel Zeit lassen, denn die Moskitos die sich dort tummelten, saßen mir bald im Nacken.

Zum Schluss waren es dann 10 km in knapp über 02:00 Stunden!



Die Bilder sind in der Reihenfolge der Eingänge bei mir sortiert.  
 Viel Spaß

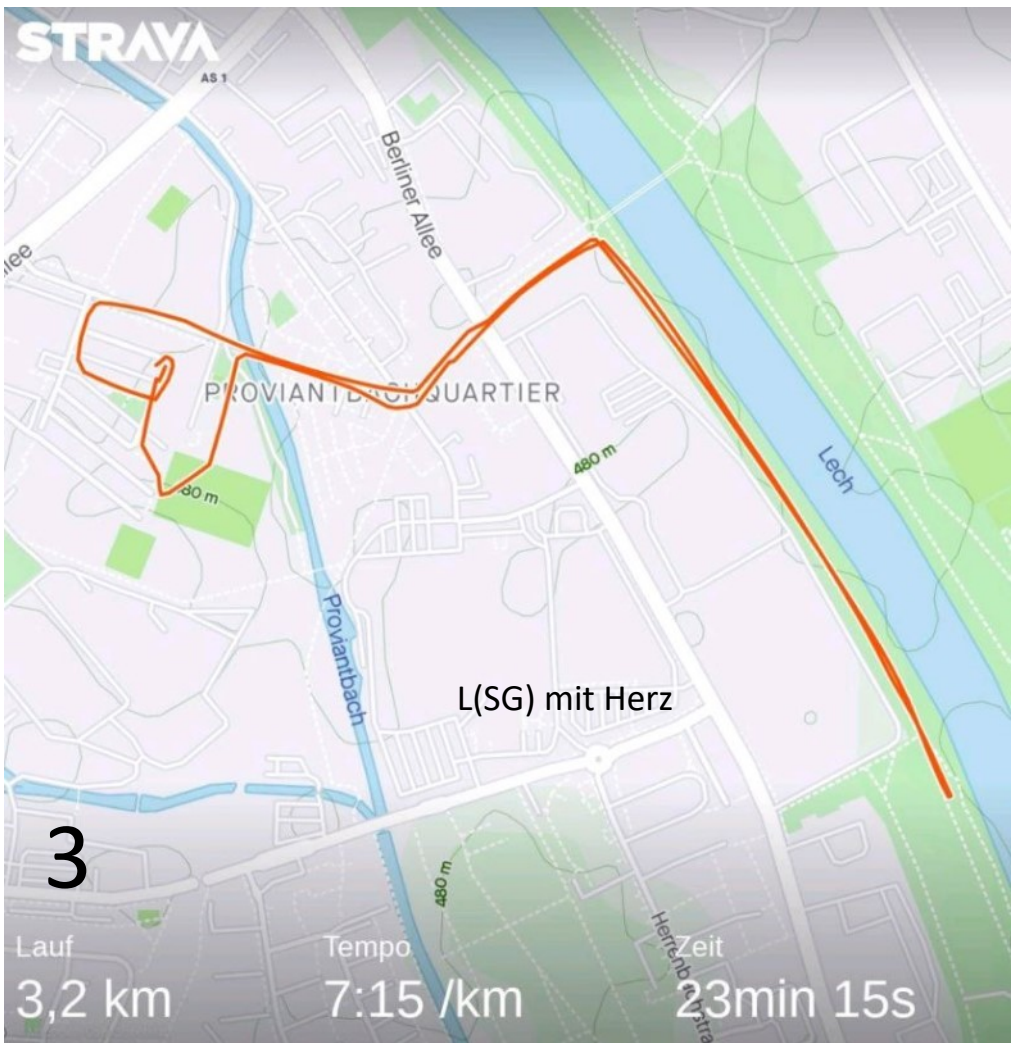
Distanz 12,00 km | Tempo 4:53 /km | Zeit 58min 34s



Distanz 12,37 km | Tempo 5:07 /km | Zeit 1h 3min



Junger Elefant



Laufendes Männlein



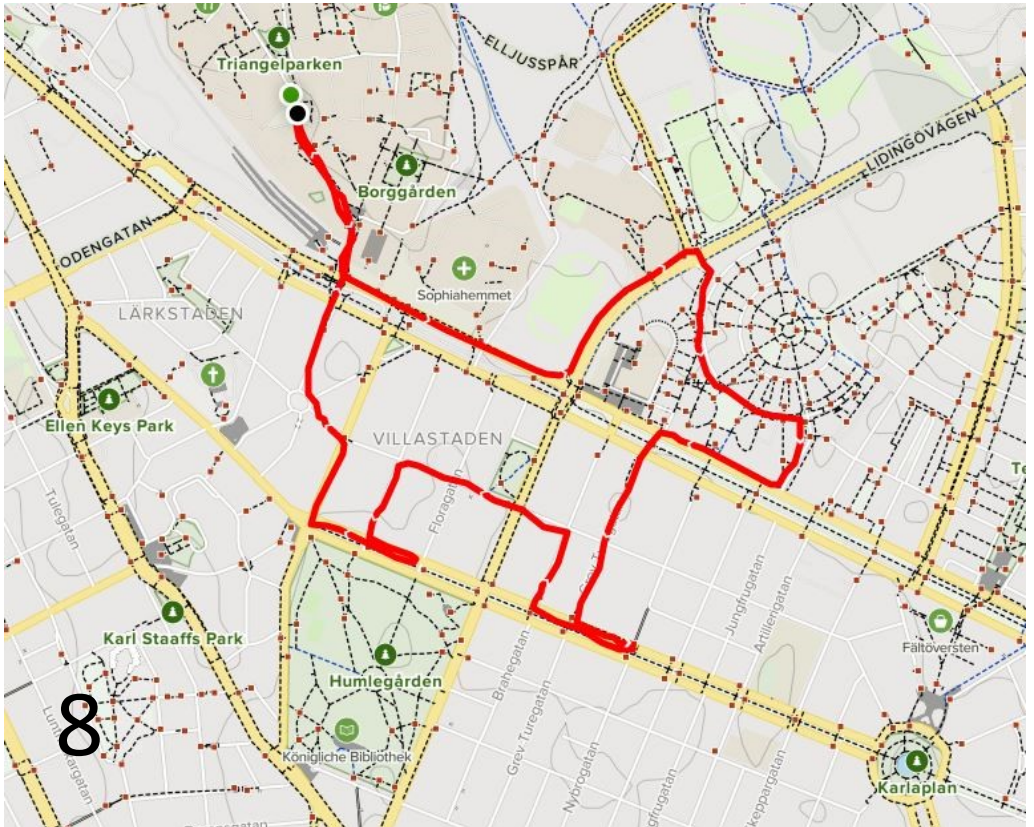
Durlacher Dackel mit Luftballon



Urmel aus dem Eis



Spricht für sich :-)



Hund an Leine

Distanz

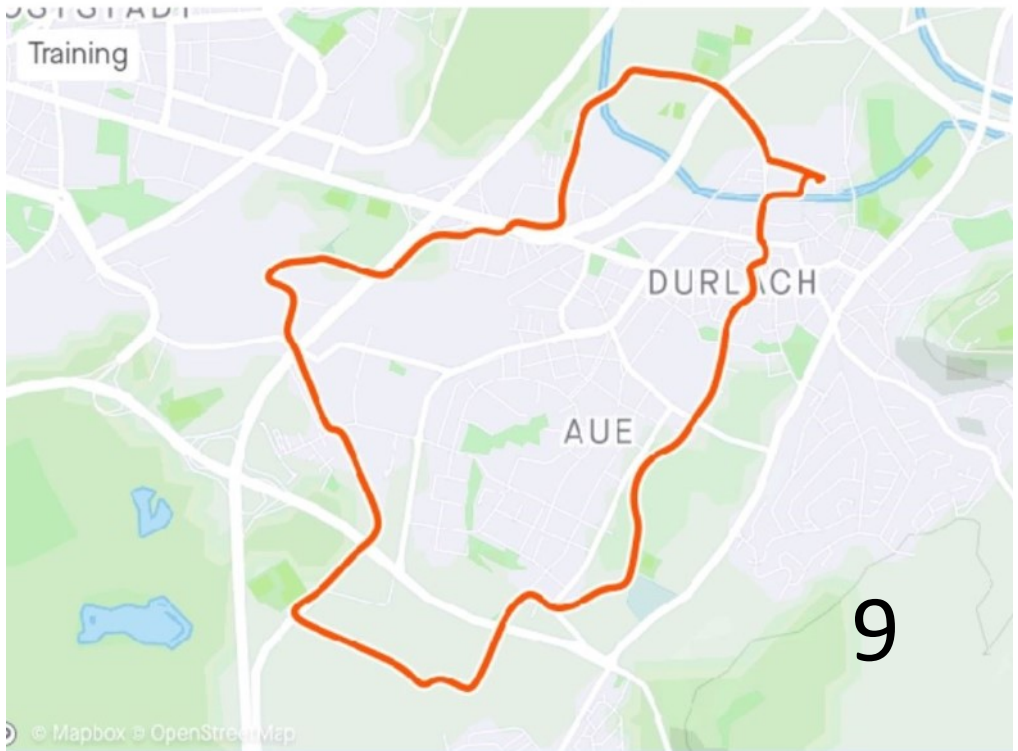
11,00 km

Tempo

5:23 /km

Zeit

59min 16s



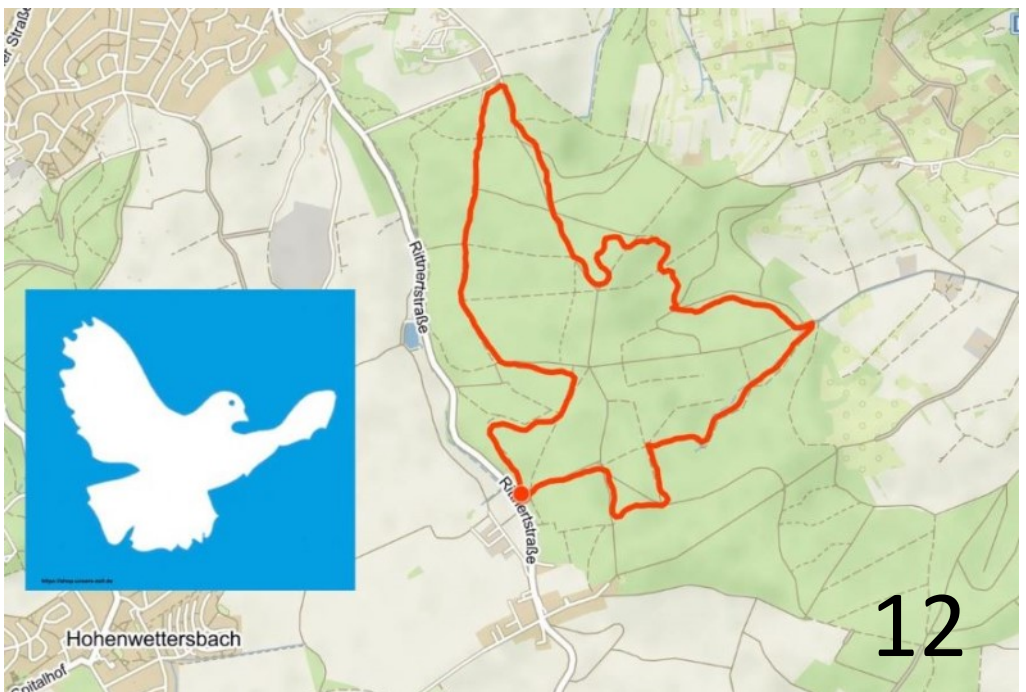
Küken



Eistüte



Schaukelpferd

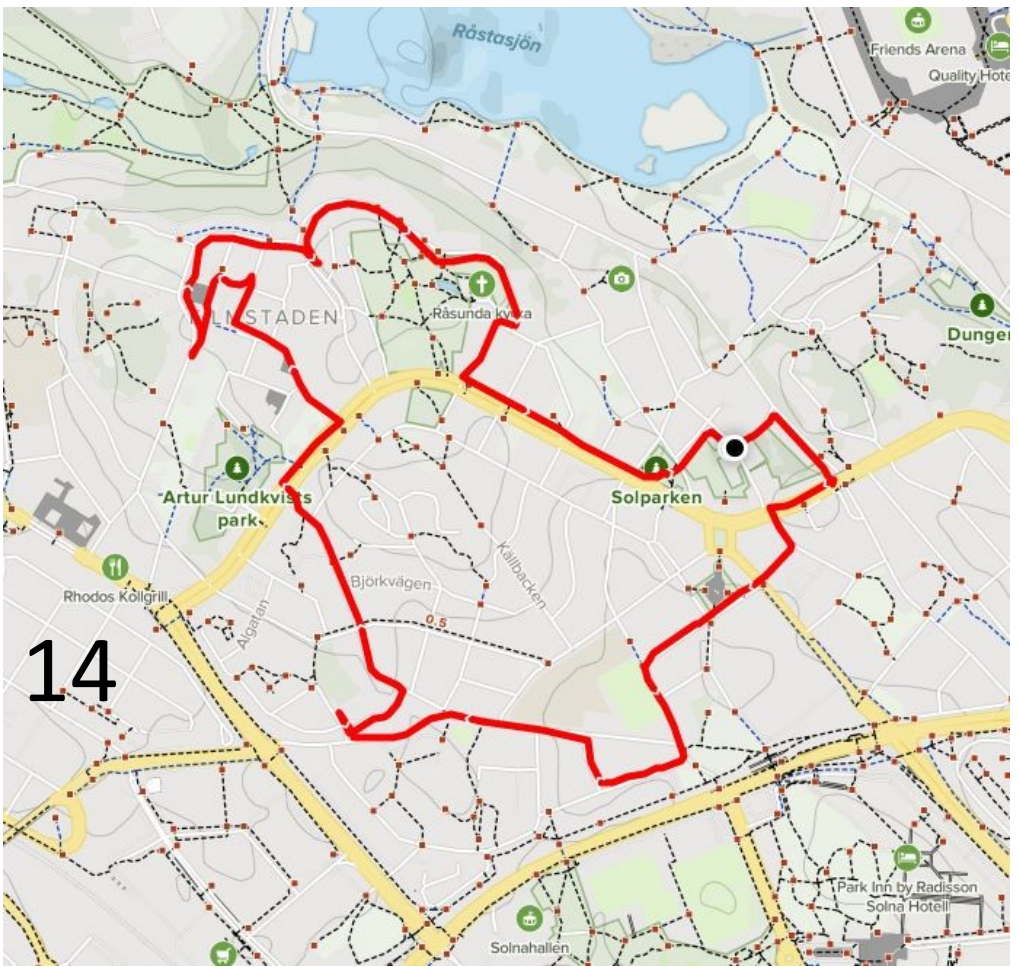


Friedenstaube

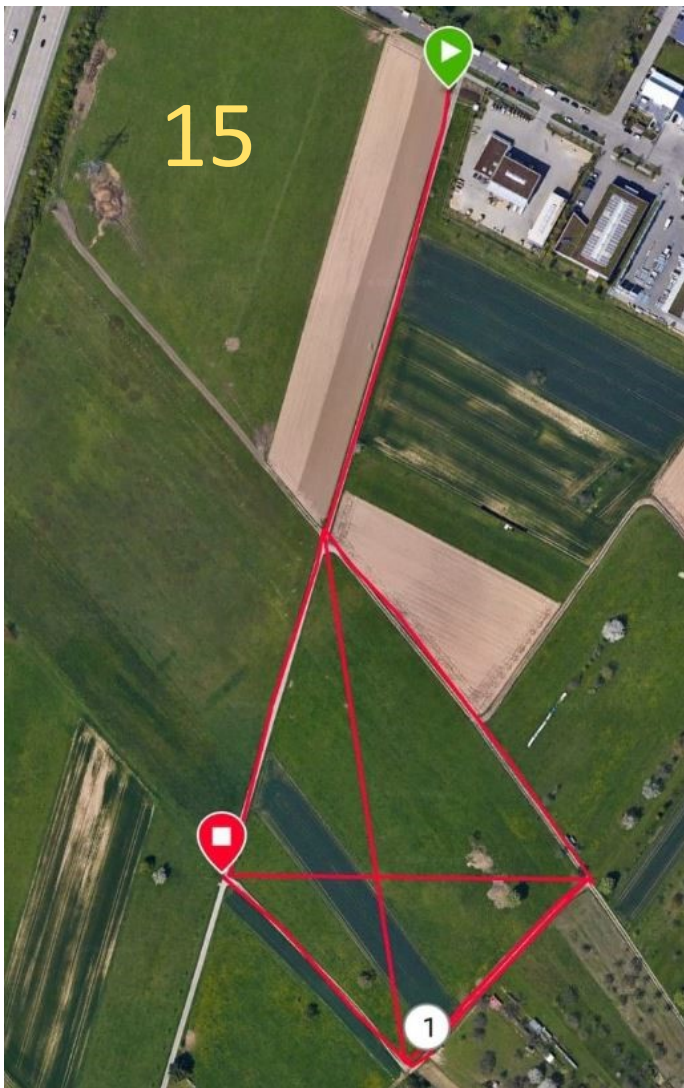


Batman-Symbol (Dark-Knight), unten links: das Christusmonogramm Chi-Rho, unten rechts: ein Fußball mit klassischen Lederpaneelen.





Vogel



Drachen



Messer

So! Das waren sie. Nun Euer Votum. Wir sind gespannt ;-)

Zum Schluß möchte ich Euch noch an den 2. Teil unserer Juni-Challenge erinnern:

**Die Anspruchsvolle: vom 15. bis 28. Juni 2020 (mit Altersbonus)**

Jan Wandel hat die Idee eingebracht, angelehnt an den backyard ultra Lauf, eine Strecke in Stundenabschnitten immer wieder zu laufen. Ich habe die Idee etwas modifiziert, um sie für die meisten von uns, lauffähig zu machen. Darum keine Angst, nicht bis zur letzten Läuferin oder bis zum letzten Läufer wird gelaufen, sondern wir legen die Anzahl der Stunden fest.

7 km und diese 6 mal auf einer von Euch ausgemessenen Strecke +/- 1 %, am besten Start und Ziel vor Eurer Haustür. Das heißt: Ihr würdet in der Zeit einen Marathon laufen. Ihr könnt Euch den Tag und die Startzeit beliebig in dem Zeitraum 15. bis 28. Juni aussuchen, aber alle 6 Läufe müssen dann nacheinander und mit Start zu jeder vollen Stunde durchgeführt werden. **Anspruchsvoll.**

Weitere Infos dazu: Homepage der LSG oder Newsletter Nr. 87