



<https://biz.li/43t2>

## SANDY ZAHIR SKATET VIRTUELLEN HALBMARATHON

Veröffentlicht am 01.07.2020 um 15:35 von Redaktion LeineBlitz

Immer nur trainieren, ohne die Leistungen bei Wettkämpfen abrufen zu können, ist langweilig. Das gilt auch für die Aktiven des TKJ - Lauftreffs, für die Corona-bedingt keine Wettbewerbe angeboten werden. Zumindest "virtuelle Läufe" werden allerdings nun zunehmend angeboten - und davon machen auch die Lauftreffler Gebrauch. Janine Thürnau, Spitzenläuferin vom Lauftreff, bestritt einen 24 Stunden-Lauf als "Trost" für den ausgefallenen Hannover-Marathon, bei dem sie starten wollte. Björn Bartels, Alexander Maus sowie Helge Stetefeld nahmen am "Lauf in den 1. Mai" teil (wir berichteten darüber). Sandy Zahir vom TKJ-Lauftreff hatte im Internet entdeckt, dass sie anstelle des ebenfalls abgesagten Stuttgart-Marathons aber einen virtuellen Halbmarathon auf Inline-Skatern laufen konnte. Und für ihre Anmeldung erhielt sie dann auch eine Startnummer. Die 21,1 Kilometer absolvierte sie, indem sie den Maschsee in Hannover auf den Inlinern



**Sandy Zahir vom Sarstedter TKJ-Lauftreff hat im Internet entdeckt, dass sie anstelle des abgesagten Stuttgart-Marathons einen virtuellen Halbmarathon auf Inline-Skatern laufen kann.**

mehrmals umrundet. Nach dem Lauf berichtete sie: "21,10 Kilometer zu skaten ist eigentlich nicht das Problem, wenn man zwischendurch immer einen Hinweis über die gelaufene Zeit und die Kilometer bekommt. Die Mika Timing App - zugesendet vom Veranstalter - hat die Startzeit und Zielzeit festgehalten. Leider ist die App nicht ausgereift für Skater. Man kann laut Veranstalter in der App sehen, wo man sich auf der Strecke gerade befindet (km), aber als Skater mit 20 km/h Geschwindigkeit habe ich aus sicherheitstechnischen Gründen Angst, während der Fahrt mein Handy aus der Tasche zu holen. Hilfreich wäre auch ein Zielcountdown gewesen, um Orientierung zu haben. So habe ich die ganze Zeit auf die Stimme in der Adidas App gewartet, die mir sagt: "Sie haben das Ziel erreicht". Denn über die Running App von Adidas bekomme ich nach jedem gefahrenen Kilometer eine Ansage, wie schnell ich bin und der wievielte Kilometer das war. Glücklicherweise hat diese App auch ein Training "Halbmarathon". Ungünstig sei es auch gewesen, dass der Zieleinlauf direkt am Maschsee-Nordufer auf der Strecke vom Sprengel Museum zum Courtyard Hotel war. Dieses Stück war nicht ideal, um zum Schluss noch einmal alles zu geben, denn die TKJlerin musste einem Fahrrad-Fahrer ausweichen, um am Courtyard Hotel um die Kurve skaten zu können. Bilanz von Sandy Zahir: "Einen Halbmarathon zu skaten ohne direkte Konkurrenz, ist etwas schwierig, denn es gibt keine Motivation von Außen. Ich wusste also nie, ob ich gut bin oder mittelmäßig. Am frühen Sonnabendmorgen waren noch zwei andere Skater am Maschsee unterwegs, die ungefähr mein Tempo hatten, die sind aber leider in die entgegengesetzte Richtung gelaufen. Positiv hingegen ist, dass die Verletzungsgefahr wesentlich geringer ist, als mit 300 Leuten die gleiche Strecke zu laufen. Ich erinnere mich auch an heikle Situationen beim Hannover-Halbmarathon 2016, die mich einige Sekunden gekostet haben, weil ich eine Notbremsung einlegen musste". Insgesamt sei sie mit ihrer Leistung sehr zufrieden gewesen, so Sandy Zahir, da sie bei ihrem letzten Halbmarathon 2016 nach Abzug der Toleranz 1:02:09 Std. gefahren ist - diesmal 1:02:29 Std.