

OL Saisonstart

Vergangenen Sonntag kam es zum nationalen Saisonstart der Elite am Waschberg nördlich von Stockerau. Die Staatsmeisterschaften über die Mitteldistanz wurden ausgetragen. Startberechtigt waren nur Nationalkadermitglieder sowie AthletInnen, die in den letzten zwei Jahren ein Mindestmaß an Punkten in den Elitekategorien erreicht hatten. Für mich ging sich diese Hürde ganz knapp aus und war somit gemeinsam mit unserem Spitzentrio Wolfgang, Franzi und Marius für die Staatsmeisterschaft qualifiziert.

Die Karte am Waschberg ist klein aber Nico Kastner und Dirk Deubel haben eine würdige Bahn in das Gebiet gezaubert. Der Anfang fand in einem detailreichen und dornendurchzogenen ehemaligen Steinbruch statt. Verfolgt von zwei ORF Filmteams und einer Kameradrone kamen hier selbst die Top Läufer ordentlich ins Straucheln. Weiter ging es mit einer spannenden Routenwahl in den bärlauchbewachsenen Wald mit Senken, Hügel und Grabenpostenstandorten. Die zweite Routenwahl führte schließlich ins finale Grabensystem, die letzten Posten steil bergauf ins Ziel.

Wie ist es bei mir gelaufen? Ich habe die tolle Bahn sehr genossen. Leider lief der Beginn des Wettkampfes zu gut (3:30 Rückstand auf den späteren Sieger) nach knapp der Hälfte der Siegerzeit. Auf der ersten Routenwahl hab ich ordentlich in den Wald hinein gepusht. Danach hat mich meine kognitiven Fähigkeiten phasenweise verlassen (von P8 zu P11 gelaufen, komplett falsche Richtung zu P10). Der von mir beliebte P11 stellte sich nach dem Rennen als Posten der Damen Elitebahn heraus, weshalb ich mit einem klassischen "Fehlstart" in die nationale Saison starte.

Persönliche Conclusio: Physisch top, O-Technik ganz gut, Tempo - Hirn Verhältnis passt noch nicht, Mental und Motivationswirkung tipitop, OL Freunde wiedersehen tipitipitop

Staatsmeisterin wurde Anika Gassner, 6 Sekunden vor Anja Arbter und 12 Sekunden vor Jasmina Gassner. Bei den Herren siegte der Altmeister Gernot Ymsen vor Jannis Bonek und Robert Merl. Hier kann man zusammenfassen, dass die österreichischen Topleute und Kaderathleten wirklich gut drauf sind.

[WINSPLITS](#)

Unsere Jungväter Wolfi und Franzi schlugen sich in diesem Feld ganz beachtlich. Vor allem Franzi war mit seinem Lauf sehr zufrieden (+6:10). Meinen Insiderquellen zufolge hat er auch wirklich brav trainiert über den Winter. Ich bin gespannt was da noch kommen wird diese Saison.

Ebenfalls sehr gut trainiert hat Marius, der bei der Staatsmeisterschaft nicht angetreten ist, in Graz, wo er sich sehr wohl fühlt und seine Runden mit schnellen Trainingspartnern zieht. Ich, der in den letzten zwei Jahren viel mit ihm trainieren durfte, falle da aus seinem Beuteschema schon raus. Anschreiben konnte er schon Mitte März mit einem dritten Platz in der U23 bei der steirischen Cross MS.