



Pressemitteilung

26.9. 2013

Christian Gerhardt vom Spiridon Oldesloe erfolgreich bei den Men's-Health-Urbanathlon

Die wahren Helden trifft man in der heutigen Zeit bei den großen Extremsport-Wettbewerben dieser Welt.

Dazu zählen nicht nur Ultra-Marathons, Wüstenläufe oder Bergbezwingungen, sondern mit wachsender Resonanz auch urbane Wettbewerbe, bei denen zahlreiche schwierige Hindernisse zu bezwingen sind.

Der Hamburger Men's-Health-Urbanathlon ist einer von diesen Wettbewerben, der am 17. August in seiner 4. Auflage gestartet wurde.

Dabei ging es vor einer grandiosen urbanen Kulisse zwischen Fischmarkt und Övelgönne auf die harte Tour über Hamburgs schönste Laufstrecke. Ausdauer, Kraft und Abenteuerlust sind unabdingbare Voraussetzungen, um hier zu bestehen.

In diesem Jahr wurde der Men's-Health-Urbanathlon sogar weiter verschärft: So erwartete die über 4.000 Teilnehmer ein herausfordernder Mittelstreckenlauf über 12 Kilometer. 13 Hindernisse unterbrechen immer wieder den Laufrhythmus und mehr als 1.000 Treppenstufen mit rund 250 Höhenmetern gilt es zu überwinden.

Damit ist der Urbanathlon der längste und ambitionierteste deutsche Urbanathlon aller Zeiten.

Christian Gerhardt, Mitte 40, vom Spiridon Club Bad Oldesloe, hat sich dieser Sportart schon seit längerem verschrieben und absolviert ein hartes Trainingspensum, um vorn mithalten zu können.

In Hamburg gelang ihm mit einer Zeit von 1:04:16 Stunden ein hervorragender 69. Platz unter ca. 4.500 Teilnehmern!

Wie ist er dazu gekommen?

„Ich lauf eigentlich schon immer gern durchs Gelände, Single Trails mag ich am liebsten. Jedes natürliche Hindernis nehme ich gern mit (umgefallene Bäume, Gräben, tiefer Sand, möglichst viele Hügel usw.). In der Stadt suche ich mir auch gern Hindernisse, wie Zäune, Mauern, Treppen.

In 2011 habe ich dann das erste Mal bei einem echten Hindernislauf, dem Urbanathlon teilgenommen und wurde 33. von ca. 3.000 Startern, obwohl ich mir 1,5 km vor dem Ziel noch beim Unterqueren eines LKWs das rechte Knie dermaßen geprellt hatte, dass ich nur noch humpeln konnte.“

Christian Gerhardt hat schon 3x am Urbanathlon teilgenommen und 1x am Survival Run. Darüber hinaus macht er auch Triathlon seit zwei Jahren. Aber nur wenige Wettkämpfe (Poggensee und Elbe Triathlon-Olympische Distanz). Beim Elbe-Triathlon war er sehr zufrieden, für die erste Olymp.Distanz mit Gesamtplatz 24, 8. AK, 2:12:33 h (10. schnellster auf der Radstrecke).

SPIRIDON-CLUB BAD OLDESLOE
Laufgemeinschaft Trave e.V.



Pressemitteilung

Ein weiteres Ergebnis von Christian Gerhardt: Beim tierische Hindernis-Fun-Run rum den Serengeti-Park Hodenhagen gilt es, auf einer Streckenlänge von ca. 8 bzw. 16 Kilometern läuferische Herausforderungen der besonderen Art zu überwinden

- Mehr als 20 natürliche und künstliche Hindernisse
- Hüfttiefes Wasser in der „Schlangengrube“, qualvolles rauf und runter im weichen Sand der „Sandkuhle“, schwimmen durch das "centrovital - das Mee(h)r", überwinden der "Räuberwand", springen über bzw. waten durch die Schlammgräben beim Hindernis „Drunter und Drüber“, krabbeln durch den "Fuchsbau". Definitiv – kein gemütlicher Waldspaziergang!
- <http://survival-run.de/strecke>

Mit seiner Zeit von 37:22 min belegte er Platz 13 und Platz 2 in der Teamwertung in 2:02:59 h zusammen mit Rebecca Meins und Karsten Dose. Gestartet sind 1.400 Läufer und 180 Teams über die 8 km.

Volker Evers
Pressewart Spiridon Bad Oldesloe
Tel. 0172 80 65468