

LAUF-LÖTSE

Haspa Marathon Hamburg 2019

**Name**

Janine Eichfelder

Alter

35

Wohnort

Wedel bei Hamburg

Wie oft bist du schon den Haspa Marathon Hamburg gelaufen?

1x Staffel (2016), 1x Women`s Run (2017), 1x Marathon (2018)

Das Beste am Haspa Marathon Hamburg ist...?

Die einmalige Stimmung, der Lauf vorbei an den schönsten Orten Hamburgs.

Was sind deine (Geheim-)Tipps rund um den 28. April 2019?

Die Messe ist ein toller Ort, um viele Läufer zu treffen. Ich decke mich noch mit Gels und Riegeln ein. Am besten möglichst früh zur Messe gehen, damit man am Tag vor dem Marathon die Füße hochlegen kann. Dann schwöre ich auf mein bewährtes Rennfrühstück: Porridge mit Joghurt, Früchten, Honig, Nussmus. Nie etwas Neues ausprobieren! Die Vorfreude steigt, wenn die ersten Schilder für Straßensperrungen aufgestellt werden. Und dann erblickt man auf den Straßen die berühmte blaue Linie 😊 Mehr geht nicht! Wichtig am Renntag: viel Zeit einplanen – für Toilettengänge, Startbeutelabgabe, Startblock suchen, Freunde verabschieden.

Ihr findet Janine auf:

Instagram: www.instagram.com/janinegoesrunning

Facebook: www.facebook.com/JanineE8311

Strava: www.strava.com/athletes/20506158