

LAUF-LÖTSE

Haspa Marathon Hamburg 2020

**Name**

Ansgar Weck

Alter

33

Wohnort

Duisburg

Anzahl Haspa Marathon Hamburg

Dreimal

Das Beste am Haspa Marathon Hamburg ist...?

Einfach die Stimmung. Es ist der Wahnsinn, wie die Menschen dich am Streckenrand motivieren. Also ich bin ganz klar der Meinung, dass Hamburg Marathon beherrscht 😊 Die Strecke ist so abwechslungsreich und bietet jede Menge Spaß.

Verrätst du uns noch deinen emotionalsten #runtheblueline Moment?

Das Emotionalste und Schönste was ich je bei einem Wettkampf gespürt habe, war in Hamburg auf der Blue Line 😊 Als ich über die Außenalster in Richtung City blickte und mir bei leichtem Nieselregen dachte: „Deine Freundin läuft gerade ihren ersten Marathon und genießt es einfach...“ Dieser Moment brachte mich so in Euphorie und motivierte mich so sehr, dass ich ab da beschlossen habe, alles noch mehr zu feiern und zu genießen. Die Stadt, das Publikum und selbst das Wetter. Es wurde sogar eine PB, die gar nicht geplant war. Im Ziel habe ich mich schnell umgezogen und bin ab zum Streckenrand, wo ich auf meine Freundin gewartet habe. Mega happy sind wir zusammen die letzten 1,5 km bis ins Ziel gelaufen. Danke Hamburg für diesen Augenblick!

Was sind deine (Geheim-)Tipps rund um den 19. April 2020?

Feiert euch einfach und genießt dieses Wochenende! Die Strecke und die Menschen sind der Hammer. Zur Vorbereitung gehe ich gezielt auf Wettkämpfe, um so Tempohärte und Ausdauer zu erreichen. Drei Wochen vorher absolviere ich noch einen schnellen Halbmarathon. In meiner Marathonvorbereitung gibt es keine Longruns, mit Ausnahme eines 30 km-Laufes.

Ihr findet Ansgar auf:

Instagram: www.instagram.com/running_weck_1902

Facebook: www.facebook.com/ansgar.weck

Strava: www.strava.com/athletes/18982242