

Zweimal an der Bestzeit vorbei

Hannes Hähnel hat schon einen Halbmarathon und Marathon in den Beinen

Hannes Hähnel ist – wie einige weitere SC-Mitglieder oder Angehörige – beim Berliner Halbmarathon sowie beim Marathon in Düsseldorf gestartet. Hier eine Zusammenfassung.

Berlin. Unter den zahlreichen Teilnehmern aus Frankfurt (Oder) beim 38. Berliner Halbmarathon am 8. April lief Hannes Hähnel einmal mehr die schnellste Zeit. Mit 1:07:43 Stunden erreichte er als 31. des Gesamtklassements das Ziel.

Beim traditionell international stark besetzten Berliner Halbmarathon über 21,0975 Kilometer – Sieger wurde der Kenianer Erick Kiptani (58:42 Minuten) – platzierte sich Hannes Hähnel als Zehnter der M 30 zugleich als fünftbester Deutscher. Darauf gibt der Frankfurter diesmal jedoch nicht allzu viel: „In Hannover fanden parallel die Deutschen Meisterschaften statt, da fehlten in Berlin ein paar starke Läufer“, bleibt der 31-Jährige realistisch. Ein Start bei der DM war für ihn keine Option, nicht nur, weil er keine Chance für eine vordere Platzierung sieht und der Weg in die Hauptstadt praktisch, weil kürzer ist: „In Berlin laufen immer auch ein paar Kollegen mit. Und weil der Lauf international in der Breite besser besetzt ist, findet man leichter eine Gruppe zum Mitlaufen“, nennt der ambitionierte Hähnel persönliche Gründe.



In einer solchen lief er etwa zehn Kilometer mit und hatte seine Zwischenzeit für einen neuerlichen persönlichen Rekord mit 31:51 Minuten „ziemlich gut getroffen“. Zu diesem Zeitpunkt befand sich auch die für den KSV Kassel startende Äthiopierin Melat Yisak Kejeta in seinem Schlepptau. Für die spätere Siegerin bei den Frauen (1:09:04) war er kurzfristig als Tempomacher angeheuert worden. Hähnel, der im vergangenen Jahr einige Male als solcher für Läuferinnen fungierte (darunter für die deutsche Spitzenläuferin Katharina Heinig), hatte eine Bitte von Renndirektor Mark Milde gern angenommen. Etwa ab km 11 hielt Kejeta jedoch nicht mehr mit. Auch der Frankfurter hatte da den Anschluss an seine Gruppe verloren und lief im Abstand von 20 Metern hinterher.

„Mir ist es in der zweiten Hälfte nicht mehr gelungen, das Tempo hochzuhalten und ich habe je Kilometer zwei, drei Sekunden verloren, konnte aber dennoch drei Läufer überholen“, blickt Hähnel, der für JK Running gestartet, aber auch Mitglied des SC Frankfurt ist, auf den weiteren Rennverlauf. Gründe kann er nicht nennen. Seine Bestzeit von 1:07:11 h hat er um 32 Sekunden verfehlt. „Deshalb bin ich auch nicht ganz zufrieden, aber so weit weg ist die Zeit ja nicht. Und mit Hinblick auf den Marathon in Düsseldorf am 29. April ist sie eine solide Basis.“ Dort will er sein Hauptziel, seine im September in Berlin aufgestellte Bestleistung von 2:23:45 zu unterbieten, in Angriff nehmen.

Unter den schnelleren Frankfurtern im Feld der rund 36 000 Halbmarathonis fanden sich vom MSV Tripoint Thomas Krüger (1:33:00/172. M 40) und Mario Millé (1:32:33/96. M 50), Hähnels Kollegen Nico Gärtner (1:35:07/223. M 40) und Juliane Jung (1:54:12/197./W 35) von den DC/DC Runners. Mit Julia Jurkutat (27) hat sich die zweifache Siegerin des Müllroser Seenlaufs und einstige SC-Athletin

vorn platzieren können. Ihre Zeit von 1:30:21 bedeuteten Gesamtplatz 78 bei den Läuferinnen und in der weiblichen Hauptklasse Rang 37.



Am Start war auch unser Übungsleiter René Bertel, der für die Strecke 1:45:31 benötigte. Das bedeutete Platz 3910 im Gesamtklassement und Platz 558 in der M 40. In der selben AK lief auch Michael Thielemann, Papa von Tim und Tamina mit. Er erreichte das Ziel nach 2:01:00 (8600./1170.).

Düsseldorf. Zu seinem Frühjahrsmarathon reiste Hannes diesmal nach Düsseldorf. Der fand einen Tag nach unserer Bahneröffnung, am 29. April, statt. Für die 42,195 km benötigte er starke 2:23:50 h, war damit Gesamt-25. und kam damit in seiner Altersklasse M30 auf Rang 23. Hannes lief damit nur fünf Sekunden langsamer als beim Berlin-Marathon im September 2017, als er eine neue persönliche Bestzeit aufgestellt hatte.

Zu seinem jetzigen Ergebnis sagte er: „Die Zeit ist okay. Fünf Sekunden beim Marathon sind quasi nichts. Ein bisschen ärgerlich ist es aber schon, weil ich bis Kilometer 39 besser unterwegs war. Danach habe ich eine Minute liegen lassen, weil ich schwere Beine bekam und das Tempo nicht halten konnte. Der Akku war leer und es war nur noch ein besseres joggen.“

Hannes hatte als Vorbereitung auf den Marathon Mitte April am Lauf durch die Rauener Berge teilgenommen (14.4.) und siegte über 30 km mit einer Zeit von 1:55:02. Er war damit fast sechs Minuten schneller als der Zweite. Und am 6. Mai lief er sich beim Bonava-Lauf in Fürstenwalde 19 km lang aus ... Wieder konnte niemand mithalten.

Seine nächsten großen Ziele hat Hannes noch nicht definiert, aber zum Oderpokal in Frankfurt am 27. Mai will er planmäßig wieder antreten. Im Sommer beginnt dann das Training für weitere (Halb-)Marathons.

Text: Kerstin Bechly (Mai 2018)