



Das war MüMa on Tour in Lüdinghausen am 25. August 2024 – ein Bericht des veranstaltenden Teams des „Lauftreff Lüdinghausen“

Bei bestem Laufwetter, nahezu idealen Marathonbedingungen, fanden am frühen Sonntagmorgen etwa 45 Läuferinnen und Läufer den Weg in die Stever- und Burgenstadt Lüdinghausen, um gemeinsam mit dem Lauftreff Lüdinghausen den siebten von acht Läufen zur Vorbereitung auf den Volksbank-Münster Marathon zu absolvieren. Genauer gesagt zum Zeitpunkt der heißen, finalen Phase der Marathonvorbereitung, der „Crunch-Time“, zwei Wochen vor dem Volksbank-Münster Marathon am 08 September. Gelaufen wurden zwei landschaftlich anspruchsvolle, idyllische und wunderschöne Strecken über 21,1 und 30 km, mit über 100 Höhenmetern, durch die Stadt- und Dorfkerne bzw. die Bauernschaften von Lüdinghausen und Seppenrade, mit Start und Ziel am Sportplatz von Union 08 Lüdinghausen. Die vom Lauftreff Lüdinghausen gestellten Pacemaker hielten ihr zuvor angepeiltes Tempo von 5:00 min/km, 5:30 min/km und 6:00 min/km auf beiden Distanzen, sodass alle Läuferinnen und Läufer, zusätzlich zu den visuellen Streckenmarkierungen, rundum betreut und begleitet wurden. Gut versorgt durch die insgesamt 2 bzw. 3 Verpflegungsstationen beider Laufrouen erreichten alle Sportbegeisterte und angehende Marathonis glücklich und zufrieden ihr Ziel in ihrer angepeilten Wunschzeit. Nach einer warmen Dusche in den Räumlichkeiten von Union Lüdinghausen begaben sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur gemeinsamen Abschlusslocation. Ausgeklungen wurde der Sonntagmittag in geselliger Runde und in „Renntaktikgesprächen“ bei Softgetränken, alkoholfreiem Bier, einer Wurst im Brötchen

und diversen Snacks. Nach intensiven Gesprächen, mit voller Vorfreude auf den MüMa sowie mit einem gut gefüllten Bauch machten sich die angereisten Sportlerinnen und Sportler auf den Heimweg, nicht aber ohne sich bei den Ausrichtern für die gelungene Veranstaltung und Organisation zu bedanken und den ein oder andere Euro im aufgestellten „Sparschwein“ zu hinterlassen.