

## Ulrike Held auf Podest beim Paavo Nurmi Marathon in Finnland



Strahlende Silbermedaillengewinnerin

12 Wochen nach ihrem 1. Marathon in Hannover erfüllte sich Ulrike Held vom Lauftreff des Vareler TB einen weiteren Läufertraum. Beim traditionsreichen Paavo Nurmi Marathon am 2. Juli 2016 in Turku konnte sie ihre Ausdauer wieder einmal erfolgreich unter Beweis stellen.

Paavo Nurmi (1897 – 1973), geb. in Turku, als “Flying Finn“ bekannter, legendärer Läufer und Olympiasieger, wird als Nationalheld in Finnland verehrt. Zwischen 1920 und 1928 gewann er bei Olympischen Spielen 9 Gold- und 3 Silbermedaillen.

In diesem Jahr fand der Paavo Nurmi Marathon Lauf zum 25. Mal statt.

“Als Finnlandfan und begeisterte Läuferin wollte ich mir diesen Jubiläumslauf natürlich nicht entgehen lassen und mit solch einem Highlight in den Sommerurlaub starten“, berichtete Held.

Fast 2700 Läuferinnen und Läufer nahmen erfolgreich an dieser Veranstaltung über drei verschiedene Distanzen (10 km 652, Halbmarathon 1513 und Marathon 508) teil.

Start und Ziel befanden sich in der Nähe des Paavo Nurmi Stadions direkt am Fluss Aurajoki und die Strecke über die Halbmarathondistanz führte an vielen Sehenswürdigkeiten Turku vorbei, über eine Brücke auf die Insel Ruissalo.

Für die Marathondistanz (42,195 km) musste die Strecke zweimal gelaufen werden.

“Vor dem stets heftig wehenden Wind vom Bottnischen Meerbusen her, dem hügeligen Gelände mit langen An- und Abstiegen und den langen geschotterten Wegstrecken auf Ruissalo hatte ich ordentlich Respekt, obwohl ich gut vorbereitet war“, so Held.

Hochsommerliche Temperaturen waren für den Tag des Rennens angekündigt und pünktlich zum Start um 12.00 Uhr erreichte das Thermometer dann auch die 30 Gradmarke.

“Auf der ersten Runde fühlte ich mich topfit, umgeben von so vielen laufbegeisterten Finnen war auch für beste Stimmung gesorgt. Auf der zweiten, zunehmend kräftezehrenden Runde halfen die Anfeuerungsrufe der vielen Zuschauer über die eine oder andere Durststrecke hinweg!“, beschreibt Held den Verlauf ihres Rennens.

Überglücklich darüber, auch diesen Marathon unter 4 Stunden geschafft zu haben, konnte Ulrike Held nach 3:53:22 als 129. von den insgesamt 508 Marathonläufern die Ziellinie überqueren. Sie belegte Platz 23 von 150 Frauen und für den 2. Platz in ihrer Altersklasse (2. von 9 in W55) erhielt sie die begehrte Paavo Nurmi Silbermedaille.

