

2. Kölnpfad nonstop 171 Km 03. - 04.09.2011

Geschrieben von: Steffen Kohler

Donnerstag, den 08. September 2011 um 11:57 Uhr

...und plötzlich war alles anders und es wurde ein völlig neuer Lauf mit ganz unerwarteten Herausforderungen und mit Problemen, auf die ich absolut nicht vorbereitet war und die es ständig neu zu lösen galt....und eigentlich war ich bereits nach 26 Km schon völlig am Ende und es konnte ab hier nur noch darum gehen, mich irgendwie halbwegs gesund durchzuschlagen....und so durchlief ich die läuferische und mentale Hölle....



Freitag Mittag fahren wir los und kamen fast ohne Stau gegen 18:40 Uhr in der Grundschule "Am Portzenacker" in Köln - Dönnwald, dem Start/ Zielbereich an. Dort gab es erst einmal eine ganz herzliche Begrüßung mit Wolfgang Olbrich und Dagmar Liszewitz, den Organisatoren und Ausrichtern dieses Ultras.

2. Kölnpfad nonstop 171 Km 03. - 04.09.2011

Geschrieben von: Steffen Kohler

Donnerstag, den 08. September 2011 um 11:57 Uhr

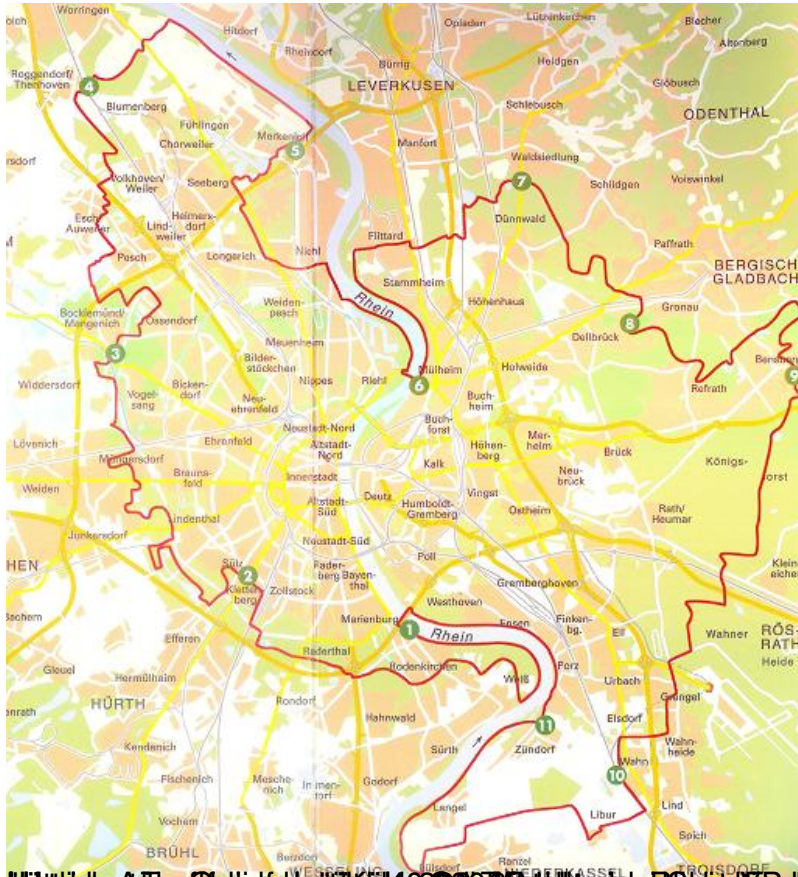


Wenige Minuten später ging es dann zur Brücke hin, wo wir von Wolfgang nochmals auf

2. Kölnpfad nonstop 171 Km 03. - 04.09.2011

Geschrieben von: Steffen Kohler

Donnerstag, den 08. September 2011 um 11:57 Uhr



2. Kölnpfad nonstop 171 Km 03. - 04.09.2011

Geschrieben von: Steffen Kohler

Donnerstag, den 08. September 2011 um 11:57 Uhr



gesehen sind. Die Frühstückstheke ist das Zentrum für alle Interviews und von der



So sehen Sieger aus. schokolade



Wie sind die Bilder? Hier ist die Urkunde