



Ganz locker absolvierten Johann Spieker und Jürgen Lehmann (vorne, von links) die 126,6 km lange Strecke. Foto: privat

Drei Marathons an einem Stück

Spieker und Lehmann absolvieren Triple

Von Eelde in den Niederlanden bis nach Wardenburg bei Oldenburg – das Grafschafter Duo absolvierte diese 126,6 km lange Distanz in 15,5 Stunden.

ha **EMLICHHHEIM**. 126,6 Kilometer in drei Etappen hintereinander an einem Tag zu laufen, das klingt nahezu unrealistisch, und doch stellten sich die beiden Niedergrafschafter Johann Spieker und Jürgen Lehmann dieser Herausforderung. Den 2. internationalen Triple, der vom niederländischen Eelde bis nach Wardenburg in der Nähe von Oldenburg führte, bewältigten sie in 15½ Stunden.

61 Laufbegeisterte hatten sich beim Start in Eelde um 5 Uhr eingefunden, um die eigenen Grenzen auszuloten. Blijhan war nach 42,195 Ki-

lometern erster Zielort, der in 5:45 Stunden erreicht werden musste. Jürgen Lehmann benötigte 5:10:40 Stunden, Johann Spieker traf zwei Minuten später ein.

Es folgte ein kurzer Bus-transfer, um pünktlich 10.45 Uhr die zweite Etappe, die über die niederländisch-deutsche Grenze nach Esterwegen führte, zu starten. Jürgen Lehmann und Johann Spieker blieben mit ihren Zeiten von 5:10 und 5:13 Stunden deutlich unter der Zielzeit, die mit 6:15 Stunden angesetzt war.

Um 17 Uhr erfolgte der Start zum letzten Teilstück nach Wardenburg. Nach einer Laufzeit von 15:32:44 Stunden erreichte Lehmann, der 60 Jahre alt wird, als 29. das Ziel. Fünf Minuten später folgte Spieker, Jahrgang 1939, als 30. des Gesamtklassiments. 45 der 61 Starter erreichten das Ziel.

Beide Niedergrafschafter waren besonders froh darüber, nicht von Krämpfen geplagt zu werden. Diese Herausforderung zu bewältigen, dazu gehört eine große Portion Leidenschaft, die bei beiden Ultralangstrecklern jedoch keine Leiden schaffte. Dabei kam ihnen auch ihre große Erfahrung zu Gute. Sie hatten sich in den vergangenen zwei Monaten intensiv auf dieses Laufereignis vorbereitet und wöchentlich teilweise bis zu 125 km zurückgelegt. Außerdem hatten sie in den Niederlanden an Landschaftsläufen über 40 und 50 km teilgenommen. Während des Triple hatten sie ihr Tempo entsprechend dosiert und auf die nötige Flüssigkeitszufuhr geachtet. „Es war eine wunderbare Veranstaltung und es ist optimal für uns gelaufen“, sind beide von diesem Laufevent begeistert.