

## Advent Geher-Meeting in Düsseldorf mit Sabine Krantz

Zum Jahresende hatte der Düsseldorfer Sportverein 04 Lierenfeld zum Sprinter- und Gehermeeting in die Leichtathletikhalle in den Arena Sportpark geladen und gut 20 Gehsportler nutzten diese Chance zur Leistungsbestimmung in der wettkampfarmen Spätherbstzeit.

Mit von der Partie war auch Sabine Krantz, die amtierende deutsche Meisterin 2011 über die 3000m- (Halle), 5000m- und 20km-Distanz, die gleich zu Beginn der Veranstaltung mit dem anwesenden Gehernachwuchs einige technische Übungen durchführte.



Erfreut über die Anwesenheit der prominenten Geherin ging es dann für die jungen Geher/innen auch motiviert in die Wettkämpfe über die 1000m- und 2000m-Distanz.



Insbesondere die erst 9 Jahre alte Lea Schulte begeisterte mit einem tollen Gehstil und einer prima Zeit von 5:35min über die fünf 200m-Runden. Aber auch die weiteren Geherinnen des DJK TuSA 06

Düsseldorf und des SV GWR Büberich konnten in heimischer Kulisse über die Kurzdistanzen überzeugen.



Über die 3000m-Strecke gingen neben den heimischen auch Gehsportler aus Frankreich an den Start. Hierbei setzte Priscilla Festor (ASSA) in der Altersklasse W30 mit der Zeit von 15:26min ein Ausrufezeichen.

Im dünn besetzten Feld über die 5000m zeigte dann Sabine eindrucksvoll, dass sie auch außerhalb der Jahreshöhepunkte in der Lage ist, eine Klasse Leistung abzurufen.



12:58,17min hieß es bereits nach 3000m, während die Uhr 21:39,01min nach Absolvierung der 5000m anzeigte. „Mit dieser Zeit bin ich sehr zufrieden“, äußerte sich Sabine nach dem Wettkampf, fehlten doch lediglich ca. 40 Sekunden zu ihrer Siegeszeit im Rahmen der Deutschen Meisterschaften in Kassel im Juli.

Für die Deutsche Spitzengeherin, die aktuell ein Trainingspensum von 130 Kilometern die Woche absolviert, wird es im neuen Jahr insbesondere um die Normerfüllung der 20km-Distanz für die

Olympischen Spiele 2012 in London gehen. Diese soll bereits im April kommenden Jahres im Rahmen der IAAF Race-Walk-Challenge im portugiesischen Rio Maior in Angriff genommen werden.



Die Düsseldorfer Organisatoren um Bernd-Michael Mertin und Hansi Schmidt haben mit dieser schönen Veranstaltung erneut gut organisierte Wettkämpfe in freundlicher Atmosphäre geboten, so dass man sich bereits heute auf das Geher-Pokal Finale 2012 in der Düsseldorfer Leichtathletikhalle freuen kann.