

## **Fitnesslauf Östringen**

Adrian Zanki und Sohn Lucas waren am 03.10.2016 beim Fitnesslauf in Östringen und nahmen dort am Halbmarathon teil. Für Lucas war es sein erster Halbmarathon. Dafür hat er sich mit dem Fitnesslauf Östringen einen schwer zu laufenden Kurs ausgewählt. Es gab viele Steigungen und teilweise enge Wege im Wald, wo es durchaus Wurzeln und Stöcke zu überspringen galt... :-). Das Wetter war nicht so schön; es war recht frisch, windig und es hat teilweise geregnet.

Lucas ist den Lauf diszipliniert angegangen, hat sich das Rennen gut aufgeteilt und konnte daher komplett durchlaufen. Schlussendlich hat er mit 01:58:52 h die 2-Stunden-Marke deutlich unterschritten, während Adrian 02:01:30 h etwas darüber lag. Herzlichen Glückwunsch!