

LAUF-LÖTSE

Haspa Marathon Hamburg 2023



Name
Andreas Jach

Alter
46

Wohnort
Hückelhoven

Anzahl Haspa Marathon Hamburg
2 (2019 und 2022)

Das Beste am Haspa Marathon Hamburg ist...?

Das Gesamtpaket Hamburg ist einfach unvergleichlich. Die Stimmung, die Begeisterung, die in der Stadt und entlang der gesamten Strecke herrschen. Man spürt, dass HH diesen Marathon lebt. Dazu ist dieses Event perfekt organisiert und der Streckenverlauf für mich nahezu perfekt.

Verrätst du uns noch deinen emotionalsten #runtheblueline Moment?

Für mich ist es der Moment, in dem man realisiert, dass man es schafft! Die Ziellinie, DER große Moment rücken immer näher, man wird für alle Mühen und Entbehrungen der letzten Monate belohnt. Ich muss dann immer aufpassen, dass ich vor lauter Emotionen nicht in Schnappatmung verfallende 😊

Was sind deine (Geheim-)Tipps rund um den 23. April 2023?

Eine gute Vorbereitung ist für mich das A und O. Wenn dann noch ein starker Wille dazu kommt, kann eigentlich nicht mehr viel schief gehen 😊

Für mich ist am Marathonwochenende eine gewisse Routine wichtig. Wenn möglich, frühzeitig anreisen, sich mit den Begebenheiten vor Ort bekannt machen (Startunterlagen abholen, Startbereich checken, wo sind Toiletten und die Taschenabgabe).

Am Raceday heißt es dann nur noch, Nerven bewahren. Frühzeitig aufstehen, ordentlich frühstücken, Tasche schnappen (die man natürlich am Vortrag gepackt hat) und ab die Post...

Ihr findet Andreas auf:

Instagram: www.instagram.com/run_jachi_run