

TEMPOLÄUFERIN



NAME

Petra Goebel

ALTER

54

WOHNORT

Hamburg

ZIELZEIT

02:00:00 h



WAS MACHT DEN HASPA HALBMARATHON HAMBURG FÜR DICH BESONDERS?

Durch meine schöne Heimatstadt Hamburg laufen zu dürfen, ganz ohne Ampelstopps – so schön.

WAS IST DEINE HALBMARATHON-BESTZEIT?

01:51:00 h

WIE SIEHT DEIN MORGEN VOR DEM HALBMARATHON AUS?

Ich frühstücke gemütlich und fahre mit dem Fahrrad zum Start.

HAST DU SCHON ERFAHRUNGEN ALS TEMPOLÄUFER GESAMMELT?

Ja, habe ich – sowohl beim Halbmarathon mit der 2:00 Stunden Pace, als auch beim Marathon mit einer Pace von 4:00 Stunden.

TEMPÖLÄUFERIN

WAS IST DEINE STRATEGIE, UM LÄUFER IN IHRER ANGESTREBTEN ZEIT ÜBER DIE ZIELLINIE ZU BRINGEN?

In einer gleichmäßigen Geschwindigkeit fröhlich über die Strecke zu laufen.

WAS IST DEIN GEHEIMTIPP FÜR DIE HALBMARATHONVORBEREITUNG? HAST DU TIPPS FÜR DIE LÄUFER, DIE ZUM ERSTEN MAL EINEN HALBMARATHON LAUFEN WERDEN?

Freude an jedem Lauf zu empfinden und stolz auf jeden bewältigten Kilometer zu sein.

