

TEMPÖLÄUFER



Name:
Michael Strelow

Alter:
51

Wohnort:
Hamburg

Pace:
5:00



Was macht den Haspa Marathon Hamburg für dich besonders?

Die Strecke vor der eigenen Haustür zu genießen, ist nicht nur ein sportliches Frühjahresereignis, sondern begeistert auch durch die einzigartige Stimmung entlang der Laufstrecke.

Hast du schon Erfahrungen als Tempoläufer gesammelt?

Ja, bereits zum siebten Mal in Hamburg. Dazu kommen weitere offizielle und inoffizielle Tempobegleitungen.

Was ist deine Strategie, um Läufer in ihrer angestrebten Zeit über die Ziellinie zu bringen?

Man nennt mich auch die „Zeitmaschine“. Exaktes Tempo und kein Überpacen! An den Wasserstellen nicht stehen bleiben und ich versuche, meine Läufer immer wieder auch mental zu stärken. Es wird hart – aber leider geil!