

# TEMPÖLÄUFER



**Name:**  
Stephan Sommerfeld

**Alter:**  
40

**Wohnort:**  
Barum

**Pace:**  
1:30



**Was macht den Haspa Marathon Hamburg für dich besonders?**

**Laufen mit Sightseeing-Bonus! Wo sonst gibt's Elbfeeling, City-Vibes und Gänsehaut-Atmosphäre in einem?**

**Was ist deine Halbmarathon-Bestzeit?**

**1 Stunde 16 Minuten – schneller als die HVV-Bahn im Stau!**

**Was ist dein Geheimitipp für die Halbmarathonvorbereitung?**

**Dranbleiben, aber mit Spaß! Nicht jede Einheit muss perfekt sein – Hauptsache, die Richtung stimmt. Und für alle Erstlinge: Genießt es! Die Zeit ist Nebensache, der Stolz bleibt.**