

Halbmarathon in Kopenhagen 2021



Gregor Migas unterbietet persönliche Bestzeit

Kopenhagen | 19.09.2021

Das Eintracht Warden nicht nur Fussball kann, zeigte am vergangenen Sonntag Gregor Migas in Kopenhagen.



Vor dem Lauf noch ganz entspannt

Bei gutem Wetter trat unser technischer Beisitzer im Jugendausschuss an, seine persönliche Bestzeit von 1:42:27 h im Halbmarathon zu unterbieten.

Bei Startbedingungen von 14°C, Sonne und leichtem Nord-Ost-Wind, ging es pünktlich um 11:15 Uhr los. Insgesamt gingen 15208 Läuferinnen und Läufer auf die 21,095 km lange Strecke durch Kopenhagen.

Gregor hatte seine Renntaktik auf eine Zeit von 1:40 h ausgelegt und begann die ersten 5 km mit 23:46 Min, vorausschauend vorsichtig und eigentlich unter der benötigten Pace. Die beiden folgenden Splits lagen bei 23:22 Min und 23:24 Min. Damit war die avisierte Endzeit locker zu erreichen. Auch der abschließende 5 km Split lag mit 23:28 Min im Plan, sodass die Rechnung aufging und Gregor seine persönliche Bestzeit mit einer hervorragenden Endzeit von 1:38:54 h im Ziel deutlich unterbieten konnte.

Im Gesamtklassement belegte Gregor Platz 3166 von 15055 Läuferinnen und Läufern, die das Ziel erreichten.

„Ich bin schwer beeindruckt und freue mich riesig für Gregor.“ gratuliert Jugendleiter Thomas Hütte im Namen des ganzen Vereins zu dieser fantastischen Leistung.



Glückwunsch und Respekt, Gregor Migas



Fotos: Veranstalter





Foto: Veranstalter

Nation	Germany	SPLIT KM	SAMLET TID	SPLIT TID	TEMPO
Klub/Team	-	5 km	23:46	23:46	4:46 min/km
Klasse	Mænd 35-39 År	10 km	47:07	23:22	4:41 min/km
01:38:54 tid		15 km	1:10:31	23:24	4:41 min/km
		20 km	1:33:58	23:28	4:42 min/km
21,1 km distance	4:42 min/km	21.097 km	1:38:54	4:56	4:30 min/km
3166 Samlet	2753 Køn				
	392 Klasse				
Live Billeder Diplom Share					

