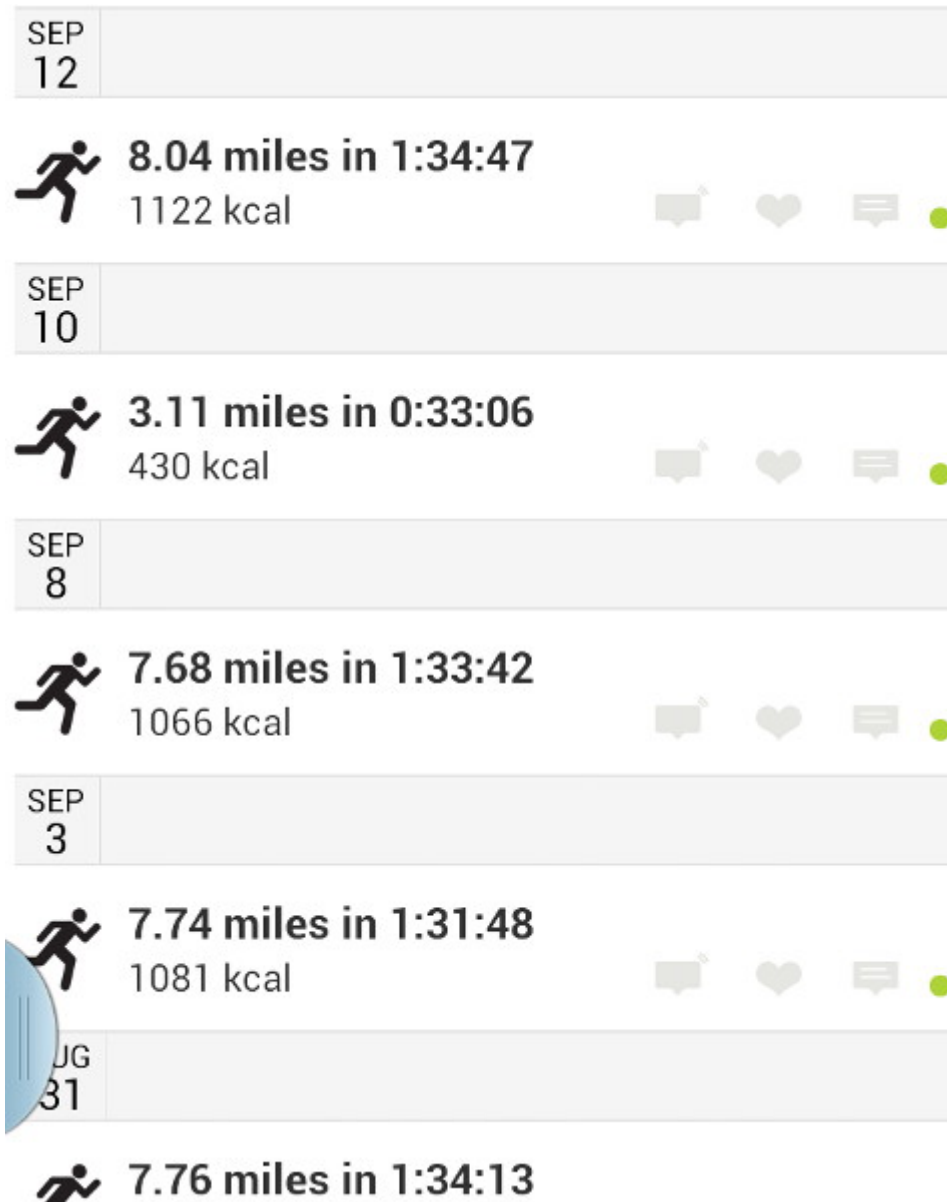


Homöopathisch schneller



Der zehnte September galt nicht wirklich, da es in Strömen regnete und ich froh war, noch schnell rennend nach Hause zu kommen, um eine Erkältung zu umgehen. Bei den drei Meilen habe ich natürlich den Geschwindigkeitsrekord gebrochen. War fast Sprint.

Leider schaffe ich es nicht, auf meiner 12-13-Kilometer-Kurzstrecke signifikant schneller zu werden. Ich denke beim Laufen so vor mich hin, weil der Kopf klar wird, und schmiede Pläne gegen meine Feinde in realen und virtuellen Welten. Ich müsste mich aber mehr konzentrieren.

Ich habe mich entschlossen, jetzt, wenn irgend möglich, alle zwei Tage zu laufen. Vielleicht hilft das. In der nächsten Woche werde ich auch wieder mal den Halbmarathon versuchen.