

Laufstrecken und Läufe die man mal probiert haben muss

Beitrag von „Kapa“ vom 2. September 2025 23:31

Zitat von Ichbindannmalweg

Wow, 55 oder 100km Gehen wäre für mich selbst zu den Zeiten ein Albtraum gewesen, in denen ich locker 30km gelaufen oder 200 Rad gefahren bin. Einfach schon weil ich mir mit Sicherheit furchtbare Blasen gelaufen hätte. Nein danke, ich finde alles über 30km zu weit. Selbst ein Marathon würde mich nicht reizen, wozu soll ich mich so lange quälen? 

Zitat von Kathie

Irgendwann mach ich auch mal einen Mammutmarsch, aber ich glaube, ich setze mir erstmal 30 als Ziel, ich bin nicht so die Durchbeißerin, obwohl ich mich eigentlich schon als fit und sportlich bezeichnen würde.

100 km am Stück zu gehen stelle ich mir schier unmöglich vor, Respekt an alle, die das können!

Ab KM 30 wird es in der Regel zur Kopfsache. Und der Kopf entscheidet ob man durchbeißt oder nicht. Ich kenn ultrasportliche Leute die einen Mammut abgebrochen haben und ich kenn gleichzeitig infitte die ohne Vorbereitung mal eben 55km abreißen.

Das warum ist da entscheidend und könnte nicht individueller sein.