

## 04.08.2018 Barmer Women's Run Köln

### Phoenixen trainieren für Wüstenlauf

#### 5 km Laufen

	Name	Vorname	Zeit	Altersklasse	Platz
1.	Backes	Anita	Ohne	W60	
2.	Vordy	Dany	Ohne	W55	
3.	Reiter	Manuela	Ohne	W55	

#### 8 km Laufen

	Name	Vorname	Zeit	Altersklasse	Platz
1.	Reis-Barrois	Gabi	50:23	W55	7
2.	Cloos	Marion	50:23	W50	21
3.	Marx	Fabiola	56:07	W55	20
4.	Bender-Rauguth	Agnes	Ohne	W60	
5.	Lauer	Ellen	Ohne	W50	



Phonixen Glitzerflitzer vor dem Start



Endlich war es wieder soweit, acht Phoenix-Frauen haben sich mit „kleinem“ Gepäck auf den Weg nach Köln gemacht.

Nachdem wir 2014 von der Veranstaltung am Kölner Tanzbrunnen total begeistert waren, wurden wir in diesem Jahr enttäuscht. Es wurde an vielen Ecken gespart und zur Krönung kostete eine kleine Flasche Wasser 5 €.

An die Hitze hatten wir uns in den letzten Wochen ja schon gewöhnt, doch dann ging es bei 37 Grad im Schatten über die staubige Rheinpromenade und durch die Kölner Innenstadt. Der Lauf wurde zwar von der BARMER Gesundheitskasse organisiert, jedoch gab es beim 5 km Lauf schon an der ersten Stelle kein Wasser mehr. Die mutigen Läuferinnen bettelten bei den Zuschauern um Wasser, die anderen kämpften sich zur nächsten Station weiter.

Unsere Läuferinnen liefen alle der Hitze angepasst und kamen gut ins Ziel.

Wir haben drei schöne Tage in Köln verbracht und freuen uns schon auf die nächste Tour mit neuem Ziel!

Bericht: Starterinnen des Kölner Frauenlaufs vom LT Phoenix