

## Helge Rakow vom VTB meistert Halbmarathon

**VAREL/SR** – Helge Rakow vom Vareler TB hatte sich Anfang des Jahres das Ziel gesteckt, beim Halbmarathon in Hannover unter zweieinhalb Stunden zu bleiben. Nun setzte er das Vorhaben in die Tat um.

Nach der erfolgreichen Teilnahme in der VTB-Laufanfängergruppe hatte Rakow beharrlich weiter trainiert und absolvierte in den vergangenen Wochen einige Volksläufe über 10 km. Nun trat er beim „TUI-Marathon“ in Hannover an. Dort waren rund 15000 Athleten aus über 70 Nationen über verschiedene Distanzen wie Marathon, Halbmarathon oder 10 km am Start.

Am stärksten frequentiert war dabei der Lauf über die 21,0975 km mit 6000 Teilnehmern – unter ihnen Rakow, der letztlich nach 2:28:28 Std. (622. Platz M40) überglücklich das Ziel erreichte.