

Kalte Herausforderung: Kenianische Elite kämpft beim Wiener Marathon!

Elite Läufer aus Kenia trotzen kaltem Wetter beim Vienna City Marathon am 3. April 2025. Wer gewinnt den prestigeträchtigen Wettkampf?



Vienna, Österreich - Der Vienna City Marathon, der am 3. April 2025 stattfindet, verspricht spannende Wettkämpfe unter herausfordernden Bedingungen. Das Elitefeld wird von talentierten Läufern aus Kenia dominiert, darunter der schnellste männliche Läufer Justus Kangogo mit einer Bestzeit von 2:05:57 Stunden und die schnellste weibliche Läuferin Vibian Chepkirui, die mit 2:20:59 Stunden einen Streckenrekord aus dem Jahr 2022 hält. Beide Athleten erwarten einen intensiven Wettkampf und streben nach weiteren Erfolgen.

Die Wetterprognose für den Renntag ist alles andere als optimal. Kalte Temperaturen um den Gefrierpunkt sowie ein starker Nordwind mit Böen bis zu 50 km/h werden erwartet. Zudem

besteht die Möglichkeit von Graupel- oder Schneeschauern, während Plusgrade erst im Laufe des Tages eintreten sollen. Chepkirui, die bereits zweimal in Wien siegte, hofft auf ihren dritten Triumph. Ihre Konkurrenz, darunter Rebbeca Tanui und Faith Chepkoech, wird alles daran setzen, dies zu verhindern.

Strategien der Elite

Im männlichen Elitefeld haben die Athleten eine klare Taktik: die erste Gruppe soll den Halbmarathon in 62:30 bis 62:45 Minuten angehen. Kangogo und Chepkirui, die Schwager und Schwiegertochter des berühmten kenianischen Läuferfamilien, profitieren von der gemeinsamen Erfahrung und den Tipps, die sie erhalten haben. Kangogo hat auch starke Herausforderer in Asbel Rutto und Stanley Kurgat, die Bestzeiten von 2:06:24 und 2:07:05 Stunden vorweisen können.

Eine aktuelle Studie der Universität Bayreuth, die die Dominanz kenianischer Langstreckenläufer untersucht, könnte einige Einblicke in ihren Erfolg geben. Die Forschung umfasst zehn kenianische Läufer und eine deutsche Kontrollgruppe und zeigt, dass die Kenianer bei Geschwindigkeiten über 18 km/h eine überlegene Laufökonomie aufweisen. Dies bedeutet, dass sie weniger Sauerstoff benötigen, was ihnen hilft, in den entscheidenden Phasen eines Rennens konkurrenzfähig zu bleiben. Die Laufökonomie wird durch verschiedene Faktoren beeinflusst, darunter der Body-Mass-Index und der Wadenumfang.

Forschung und Herausforderungen

Die Studie hat gezeigt, dass die Hämoglobinkonzentration der kenianischen Athleten im Vergleich zur deutschen Kontrollgruppe in den untersuchten Zeitraum nicht signifikant abweicht. Dennoch bleibt der Unterschied in der Laufökonomie ein Schlüsselfaktor für den Erfolg der kenianischen Läufer. Das Training der Athleten, das in der Eldoret Region auf etwa 2000 Metern Höhe erfolgt, könnte ebenfalls eine Rolle spielen, da die

Region ein ganzjährig moderates Klima bietet.

Am 3. April wird sich zeigen, wie sich die beschriebenen Bedingungen und Strategien auf die Leistung der Athleten auswirken. Die Herausforderungen der Kälte und der starken Winde werden vor allem die kenianischen Läufer auf die Probe stellen. Der Vienna City Marathon wird also nicht nur ein Rennen um die besten Zeiten, sondern auch um die Überwindung widriger Umstände.

Details	
Ort	Vienna, Österreich
Quellen	• www.vienna.at • unique-sportstime.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at