

## Deutsche Crosslaufmeisterschaften in Ingolstadt 14.03.2009

Ingolstadt Nachdem er bisher vorwiegend auf der Bahn Erfolge gefeiert hatte, etablierte sich Wurie Bah (LG Reinhardswald/SV Espenau) bei den deutschen Meisterschaften in Ingolstadt auch im Crosslauf in der erweiterten nationalen Nachwuchsspitze.

Platz 15 war die Zielsetzung im Vorfeld gewesen, am Ende wurde es sogar ein toller zehnter Rang im Rennen der männlichen Jugend A über 6100 Meter für Bah.

"Eigentlich wollte wollte ich in die Top Sechs", sagte Bah nach dem Rennen. Doch auch wenn er seinen eigenen hohen Ansprüchen nicht ganz gerecht wurde, kann er mit dem Ergebnis zufrieden sein. Im Dezember hatte er beim EM-Qualifikationsrennen beim Darmstadt-Cross mit Rang 37 gegen die selben Konkurrenten wie jetzt in Ingolstadt eine bittere Niederlage eingesteckt. Jetzt zeigte er sich enorm verbessert.

Nach seinem eigentlichen Saisonhöhepunkt im Winterhalbjahr, den deutschen Hallenmeisterschaften, hatte sich Bah kurzfristig entschieden, in die Crosssaison einzusteigen. Mit nur vier Wochen Crosstraining schaffte er es, sich den hessischen Meistertitel zu holen.

Auf der anspruchsvollen Strecke in Ingolstadt mit mehreren Anstiegen und drei künstlichen Hindernissen auf jeder der sechs Runden hielt sich Bah anfangs in einer fünfzehnköpfigen Spitzengruppe. Als hier zur Hälfte des Rennens die Post abging und sich die Gruppe nochmals aufteilte, verpasste Bah den richtigen Moment nachzusetzen. In der ersten Verfolgergruppe lief er aber ein starkes Rennen und holte den zehnten Rang.  
(zah)

