

Spreewald-Marathon am 17.04.2016

Als gemeinsames Event planten Dirk, Ingo und ich, den Halbmarathon in Burg im Rahmen des Spreewaldmarathons zu laufen. Seit Ende Januar hatten wir uns gezielt und zum Teil auch gemeinsam darauf vorbereitet.

Am Freitagnachmittag fuhr uns Dirk in den Spreewald nach Fehrow, wo wir nach einiger Suche auch endlich unsere großzügige Ferienwohnung fanden. Alle Blitzer wurden rechtzeitig erkannt oder beim Überholen der Sichtschutz der LKWs genutzt.

Am Samstag, an dem wir uns etwas von der schönen Umgebung ansehen wollten, war dann leider das Wetter nicht so toll wie es prognostiziert wurde. Immerhin schafften wir die obligatorische Kahnfahrt auf der Spree, bevor der ausgiebige Regen einsetzte. Nach einem ausgiebigen Mittagessen am Hafen in Burg fuhren wir dann erst einmal wieder in unsere Ferienwohnung.

Am späten Nachmittag kam dann doch noch einmal die Sonne heraus, so dass wir unseren kurzen Lauf zur Auflockerung durch den Wald genießen konnten. Danach ging es nochmals nach Burg, wo wir uns den Zieleinlauf der Inline-Skater über die Marathondistanz anschauten.

Am Sonntagmorgen dann die übliche Aufregung vor einen Lauf und das gleich dreimal – das war schon lustig.

Als wir in Burg ankamen, waren alle Parkplätze auf der grünen und aufgeweichten Wiese am Ortseingang nahezu belegt. Zum Glück fanden wir in Burg noch einen bewachten Parkplatz, wo wir für nur 3 € den ganzen Tag parken konnten (kleiner Geheimtipp). Auch alle Parkplätze vor den Einkaufszentren waren am Sonntagmorgen gut gefüllt, obwohl dort normalerweise laut den Hinweisen des Veranstalters längeres Parken verboten ist.

Zu unserer großen Freude hörte der Starkregen, der uns in der Nacht recht unruhig schlafen lies pünktlich eine Stunde vor dem Start auf und damit hatten wir die von uns gewünschten perfekten Bedingungen: trocken und nicht zu warm, die Temperaturen lagen um die 10°C und der angekündigte Starkwind fiel einfach aus.

Am Start herrschte fast erwartungsgemäß das große Durcheinander. Schon in der Turnhalle der Grundschule Burg, in der wir uns umzogen, konnten wir unsere Taschen nicht mehr abgeben, da eine sehr lange Schlange noch 15 Minuten vor dem Start am „Abgabeschalter“ stand. Also mussten wir notgedrungen unsere Taschen mit Handys und Geldbörsen in der Halle stehen lassen.

Alle Läufer, egal ob 10 km, Halbmarathon oder Marathon starteten gemeinsam um 10.30 Uhr. Wir mussten uns gezwungenermaßen ziemlich weit hinten einordnen. Nach vorn gab es kein Durchkommen mehr. Startblöcke im eigentlichen Sinne wie bei anderen Großveranstaltungen üblich waren nicht vorgesehen.

Nach dem Startschuss hieß es besonders für Dirk und Ingo, sich durch die Massen zu schlängeln. Etliche unbelehrbare und langsamere Läufer fanden das natürlich nicht besonders gut. Zum Teil liefen wir auf der Bordsteinkante. Allen Widrigkeiten zum Trotz konnten wir den ersten Kilometer in 4:40 min bzw. 4:45 min ganz ordentlich anlaufen.

Die Strecke war überwiegend asphaltiert und gut zu laufen, bis auf zwei Stellen, wo unbefestigte Wege waren, die sich durch den Regen in der Nacht zuvor in Schlammflöcher verwandelt hatten. Ab Kilometer 3 war das Läuferfeld dann endlich gut auseinander gezogen.

Dirk wollte um die 1:38 h laufen und ging auch dementsprechend das Rennen mit Kilometerzeiten von 4:35 min an. Die 10 km Marke passierte er nach 46 min während Ingo knapp unter 47 min durch ging.

Bei ca. 15 km hatte Ingo dann Dirk aus dem Blick verloren. Nun hieß es, nach Möglichkeit gleichmäßig weiter zu laufen und vor allem das Tempo zu halten. Ingo lief an der 20 km Marke bei 1:34:00 h durch und war sich sicher, endlich mal wieder wie angepeilt unter 1:40 h zu bleiben, denn 6 min sollten für 1,1 km genug Puffer darstellen. Irgendwann tauchte dann ein Schild auf: „noch 1km“. Da hatte er aber schon 1:35:30 auf der Uhr stehen und das Herz

rutschte ihm sprichwörtlich in die Hose. Es folgte auf dem letzten Kilometer auch noch ein stark verschlammter, mit Pfützen durchsetzter 150 m Abschnitt an einem Feldrand, der das schnelle Laufen schwierig machte. Ingo mobilisierte seine letzten Kräfte und sprintete die letzten 100 m förmlich in Richtung Ziel. Zum Glück lohnte sich sein Einsatz, so dass er nach 1:39:58,9 h Nettozeit und 21,25 km die Ziellinie überquerte.

Auch Dirk konnte sein gestecktes Ziel trotz einer ungewollten Pause bei km 19 mit 1:38:15 erreichen.

Bei mir lief es mit 2:21:43 h, nach einer durchwachsenen Vorbereitung, erwartungsgemäß.

Als Medaille gab es für jeden eine recht schwere Spreewaldgurke und essen konnte man die Gurken und andere Spreewaldprodukte im Ziel auch reichlich und sogar gratis. Abgesehen von dem leichten Chaos am Start war es eine sehr gelungene und gut durch organisierte Veranstaltung.

Ein schönes Wochenende, welches mich voll motiviert hat, es beim nächsten Mal besser hinzubekommen und neu anzugreifen.

Grit Burkhardt und Ingo Schmidt