

## **Ausgerechnet Berlin..**

Ein Start in Berlin ist scheint ein Muss zu sein, wenn man in Deutschland Marathon-Läufer ist. Wie oft wurde ich schon gefragt: „Bist du auch schon in Berlin gelaufen?“ Nein, der Hype war mir zu groß, aber wie es so kommt, wenn man Spaß an kreativen Dingen hat, der Wettbewerb auf Facebook, sich mit einem Bild der läuferischen Vergangenheit für die Teilnahme zu bewerben, reizte mich. Im Shirt mit der Rückenaufschrift „Nicht Laufen ist auch keine Lösung“ posierte ich also mit je einem gewonnenen Pokal in der Hand vor der Medaillengalerie an der Wand... Ich hatte es fast schon vergessen, da erhielt ich Ende Juli die Nachricht, dass ich einen Startplatz gewonnen hätte. Nun gut, dann sollte es also doch sein! Ich schickte wie gefordert meine persönlichen Daten ein und bekam tatsächlich die Bestätigung – ich war dabei. Nur noch sieben Wochen waren es bis dahin – gut dass ich das Training (eigentlich für den Start auf Mallorca Mitte Oktober) schon begonnen hatte!

Unsere Freunde, denen ich es erzählte waren begeistert und beschlossen spontan, mitzukommen und so schlugen wir die Einladung von Berliner Freunden diesmal aus und buchten zwei „Marathonpakete im Doppelzimmer“.

Die Vorbereitungen liefen gut, der Termin kam näher und am Freitag machten wir uns nachmittags auf den Weg. Die Autobahn war natürlich voll, einige Staus bzw. zähfließenden Verkehr kosteten uns Zeit, aber gegen 19.00 Uhr steuerten wir dann die Marathonmesse auf dem Flughafen Tempelhof an. Es war noch viel los, eine Stunde hatten wir Zeit, aber auch die Wege sind lang dort.. Beeindruckend, es gab wie überall reichlich Angebote neuer Laufziele, Trainingskleidung, Schuhe und alles zur Optimierung der athletischen Körper – von außen mit Tape oder Bandagen, von innen mit diversen Nahrungsergänzungsmitteln - und natürlich die eigens für diesen Event produzierten Shirts, Hosen, Jacken, Socken, Stirnbänder, Kappen, Mützen und Erinnerungsstücke jeder Art vom Becher bis zum Schlüsselband. Mehr habe ich glaube ich nur in New York gesehen! Und wer auf günstige Messepreise spekuliert hatte, hatte sich wohl ein wenig verrechnet... In der Menschenmenge bei der Anmeldung traf ich, als ich für die Startunterlagen anstand aber tatsächlich eine Bekannte aus Braunschweig, später am Stand eines Laufschuhanbieters noch einen Mitläufer aus der Cup-Serie. Dann war es aber auch schon acht Uhr und es kam die Durchsage, dass man das Gelände zu verlassen hatte. Also ging es endlich zum Hotel und glücklicherweise bekamen wir im dort Restaurant ein leckeres Abendessen – vom „Weide-Burger“ bis zu Leberkäse blieb kein Magen leer.

Am nächsten Morgen hatte ich mir eine kleine Runde ausgeguckt, die ich traben wollte – da ich den Weg zum Volkspark Friedrichshain nicht ganz direkt fand und auch den falschen Ausgang aus dem Park nahm, wurde diese etwas verlängert, aber nach gut sieben Kilometern erreichte ich wieder das Hotel.

Nach einem sehr leckeren und ausgiebigen Frühstück gingen wir in Richtung Ostbahnhof zur S-Bahn-Station. Berlin ist schon etwas gewöhnungsbedürftig in manchen Gegenden, stellten wir auf dem Weg dorthin fest: Nicht nur die Gruppe von Punks, auch deren „Partymeile“, die recht kreativen Bettler und Flaschensammler oder die Bahnhofsgegend selbst sind etwas speziell...

Angekommen in der Innenstadt, Bahnhof Friedrichstraße, ging es an Reichstag und dem teilweise bereits abgesperrten Areal für den Lauf vorbei, durch Brandenburger Tor und die gerade erst eröffnete ‚Mall of Berlin‘ zum Checkpoint Charly, wo wir das dortige Museum besuchten, zum Teil fassungslos die Bilder betrachteten, Berichte lasen und über die Kreativität der Leute staunten. Unglaublich, welche Gefahren sie auf sich nahmen, um dem ungeliebten Staat zu entfliehen! Auf dem Weg zurück kreuzten wir an der Leipziger Straße die Marathonstrecke, wo in Kürze die ersten Skater erwartet wurden, deren Wettkampf bereits am Samstag lief und schauten eine Weile zu. Dort stießen Falk und Silke zu uns und gemeinsam tranken wir noch einen Kaffee auf dem Gendarmenmarkt bevor sie zum Jogmap-Treffen im Tomasa aufbrachen.

Wir hatten unser Pasta-Buffer im Hotel, sodass wir wieder heimfuhren und uns dort Antipasti, Salate, diverse Nudelsorten, -saucen und Beilagen sowie die Nachtischauswahl schmecken ließen. Im Zimmer gab es dann noch ein Glas Wein und die Planung für die Treffpunkte und Fahrstrecken, damit wir uns auch nicht verfehlten. Die Startnummer wurde auf's Trikot gepinnt, Squeezy verstaut, Schuhe und Kleidung zurechtgelegt und dann war schlafen angesagt – natürlich lag ich noch eine Weile wach und hing meinen Gedanken nach.

Am Morgen weckte mich das Handy um 5.45 Uhr und als wir um 6.15 Uhr im Frühstückraum erschienen waren wir natürlich nicht die Einzigen. Brötchen mit Honig, Käse und ein Knuspermüsli - ich aß mich satt und dann wurde es langsam Zeit, sich auf den Weg zu machen. Während in der Partyzone noch die Bässe wummerten, stieg ich in die Bahn und fuhr bis zum Hauptbahnhof. Natürlich waren Läufer im Zug, aber die Masse der Menschen erwartete mich erst als ich am Hauptbahnhof ausstieg. In der Menge bewegte ich mich mit zum Startbereich, wo die Schlangen vor den ersten Dixi-Klos wirklich beeindruckend lang waren. Ging man jedoch weiter in Richtung Abgabezelte für die Kleiderbeutel wurde der Andrang etwas geringer. Hinter dem (separat gelegenen) Damenbereich dafür wurde man durch den Tiergarten in Richtung Startblocks geführt. Auch hier gab es noch diverse Möglichkeiten „auszutreten“ und so stellte ich mich an. Weiter ging es zu meinem Block F, zusammen mit G wurde dieser in der zweiten „Welle“ zehn Minuten später gestartet. Im Block war es noch recht übersichtlich, ich hüllte mich in meinen Plastikumhang und beobachtete eine Frau, die ausgiebig noch Kräftigungs- und Streckübungen machte, lauschte den Lautsprecheransagen und stimmte dem Sprecher gedanklich zu, der empfahl in sich hineinzuhören: Es gibt unzählige Marathons – aber man hat nur ein Leben! Dann unterhielt ich mich noch eine Weile mit einem Bekannten aus Braunschweig, der zufällig fast neben mir stand, während sich der Startblock zusehends füllte. Etwa eine Minute vor dem ersten Start, ich hatte

inzwischen den Umhang und das Shirt, welches ich übergezogen hatte abgelegt, beschloss ich, noch einmal das „Örtchen“ aufzusuchen – Schlangen gab es nun keine mehr. Zahlreiche Läufer drängten weiterhin in den Block und als ich ebenfalls wieder hineinging wurden wir langsam zum Start durchgelassen, da die Welle der Blocks A bis E inzwischen losgelaufen war. Und dann ging es auch los...

Nach ein paar hundert Metern erreicht man die Siegestsäule und ich erinnerte mich an die Empfehlung von Falk rechts zu bleiben, konnte jedoch keine bekannten Gesichter entdecken. Meine „Supporter“ wollten in der Nähe der Station Tiergarten stehen und dort entdeckte ich sie gleich, lief auf sie zu und überraschte Tommi mit einem Kuss, was die Umstehenden zu dem Kommentar veranlasste: „Na, die hat ja Zeit..“ Klar, noch lagen ein paar Kilometer vor mir!

Es war sonnig und ich lief in der Masse mit, meist etwas schneller als die anderen Mitläufer. Am Ernst-Reuter-Platz bogen wir rechts ab Richtung Moabit – hier wurde es etwas übersichtlicher am Straßenrand, aber grundsätzlich gab es fast auf der ganzen Strecke viel Zuspruch, Anfeuerung und Anerkennung. Natürlich kannte ich nicht alle Ecken, beobachtete auch zum Teil die anderen Läufer und konzentrierte mich darauf, niemandem in die Quere zu kommen. Mittlerweile waren wir wieder in Mitte angekommen, liefen am Kanzleramt und Hauptbahnhof vorbei und über die Spree und ich begann mich auf den nächsten Treffpunkt zu freuen. Zehn Kilometer lagen inzwischen hinter uns und in Friedrichshain waren ebenfalls Menschenmassen am Straßenrand. Ich entdeckte eine Läuferin, die auch in Rünigen beim 24-Stundenlauf gewesen war und sprach sie an, aber sie war gerade auf der Suche nach einem Dixi – leider ging es ihr nicht so gut.

Am Strausberger Platz stand die Menge dicht gedrängt und machte mächtig Stimmung und ich versuchte, mich wie abgesprochen rechts einzuordnen, um meine Begleiter nicht zu übersehen. An der Jannowitzbrücke wollten sie stehen und diesmal entdeckten sie mich auch selbst. Wieder gab's ein Küsschen, „Doping“ wie es von den Nebestehenden genannt wurde und weiter ging es durch Kreuzberg. Ich erkannte das Kottbusser Tor, bei dem ich mich noch auf der Anfahrt gefragt hatte, warum es mit K geschrieben wird und freute mich, meine Leute bald wiederzusehen – bei der Halbmarathonmarke wollten sie das nächste Mal warten. Ich erkannte die Stelle, wo wir vor zwei Jahren eine Freundin angefeuert hatten, grinste über ein Damenkränzchen, das bei Kaffee, Kuchen und Sekt an einem extra aufgestellten Campingtisch saß, aber meine Begleiter fand ich nicht. Immerhin hatte ich nun die Hälfte hinter mir, die Matte laut meiner Uhr bei etwa 1:51 überlaufen und fing an zu rechnen, bei welcher Endzeit ich etwa landen könnte – vorausgesetzt es ginge mir weiterhin so gut. Die Straßen in Wilmersdorf und Steglitz kannte ich nicht, guckte mir aber gern die Bands am Straßenrand an, staunte über riesengroße gestapelte Boxen auf einem Balkon, aus dem die Bässe dröhnten und freute mich über die Kreativität der Verwandten und Freunde vieler Läufer, ausgedrückt durch Plakate und Kreidezeichnungen auf der Straße. Ein Schild informierte alle, die unterwegs auf der Strecke waren, dass die Profis schon im Ziel waren – und über die neue Weltrekordzeit von 2:02:57. Aber wir hatten noch ein paar Kilometer vor uns...

Irgendwann sprach mich jemand an dem ich vorbeilief an, ich hätte den Lauf wohl auch gewonnen. Er habe das Shirt erkannt, welches mein „Sponsor“ mir zugeschickt hatte und das ich unter meinem Trikot trug. Während wir weiterliefen berichtete er, dass er erst beim zweiten Versuch (es gab verschiedene Wettbewerbe) angenommen worden war und es im Team Erdinger auch vergeblich versucht hatte. Da war meine Bewerbung wohl doch gut angekommen! Kurz darauf sah ich ein bekanntes Logo vom TrendSport Ultralaufteam, den Läufer kannte ich nicht, aber grüßte als Braunschweigerin und erinnerte mich daran, dass es Zeit wurde, das Squeezy rauszuholen. Es war überall viel los und ich hatte den berühmten „Wilden Eber“ erst einige Kilometer später vermutet, so verpasste ich ihn wohl, denn mittlerweile näherten wir uns schon dem Ku-Damm und der Gedächtniskirche. Ich freute mich auf diesen Streckenabschnitt, wo wir einen letzten Treffpunkt ausgemacht hatten. Zum Glück war es nach dem Gedränge der Bülowstraße auf der Potsdamer Straße etwas leerer – ich entdeckte meine Begleiter von Weitem und hob winkend beide Arme. Endlich sahen sie mich, nachdem ich bestimmt fünfzig Meter so gelaufen war und mit dem Bewusstsein, dass es nur noch vier Kilometer waren, der Aufmunterung und der überraschten Gesichter, wie gut ich noch aussähe (wahrscheinlich auch im Vergleich zu vielen anderen Läufern in diesem Streckenabschnitt) lief ich euphorisch weiter.

Vorbei an Nationalgalerie und Philharmonie ging es über Potsdamer Platz, alles gesäumt von Menschenmassen an diesem sonnigen Tag und ich passierte die Stelle an der wir am Vortag als Zuschauer gestanden hatten. Kurz vor den Gendarmenmarkt lief ich dann fast Falk in die Arme, der mich ein Stück begleitete und mir seine Trinkflasche anbot damit ich das Gedränge am letzten Verpflegungsstand zu vermied. Er fragte, ob ich Thomas gesehen hätte, nach meinem Befinden, erzählte munter drauflos und lenkte mich ab – eigentlich willkommene Abwechslung, aber irgendwie wollte ich nun nur noch ankommen und das allein durchziehen und bat ihn, doch lieber nach Thomas Ausschau zu halten. Mittlerweile war ich fast Unter den Linden angelangt und nun war das Brandenburger Tor in Sichtweite – war man dort hindurch waren es noch etwa knapp zweihundert Meter. Zieleinlauf: Auf dem Video sieht man, dass kurz vor mir jemand zusammengebrochen war – mir ging es gut, ich genoss die letzten Meter, die glücklichen Gesichter und emporgereckten Arme meiner Mitstreiter – ja, wir hatten es geschafft! Nicht vergessen die Uhr zu stoppen, Zielzeit 3:41:25 – eine Medaille wurde mir um den Hals gehängt, überall waren strahlende Menschen, die Interviews gaben, sich mit ihren Freunden mit denen sie gelaufen sind unterhielten und denen man den Stolz auf ihre Leistung ansah. Selbst wenn sie, wie ich beim Weitergehen bemerkte, erschöpft am Zaun saßen, die Füße hochgelegt, Schuhe ausgezogen, Waden oder Oberschenkel massierend taten sie das mit einem Grinsen im Gesicht.

Vorbei an Plakaten mit den offiziellen Sieger- und Weltrekord-Zeiten ging ich zu den Zelten, wo ich meinen Kleiderbeutel abgegeben hatte, erhielt unterwegs noch einen Verpflegungsbeutel und holte mir ein alkoholfreies Erdinger. Die Helfer hatten meine Startnummer schon registriert, drückten mir meine Sachen

in die Hand und ich zog erst einmal trockene Kleidung an. Und wer lief mir hier zum dritten Mal über den Weg, Frank mit seiner Bekannten, die er begleitet hatte – offenbar waren sie auch gut durchgekommen und zufrieden mit dem Ergebnis. Dann machte ich mich, vorbei an den Massagebänken und der Kleidungsausgabe der Männer auf den Weg zum Treffpunkt an der U-Bahn-Station am Bundestag, wo ich bereits erwartet wurde.

Während wir zum Bahnhof Friedrichstraße gingen, erzählten wir uns gegenseitig unsere Erlebnisse, wodurch meine Begleiter aufgehalten worden waren, was sie gesehen und was ich zwischendurch erlebt hatte. Gemeinsam fuhren wir mit der S-Bahn zurück zum Hotel, wo ich ausgiebig duschen und mich fertigmachen konnte. Das Navi wollte uns auf der Heimfahrt über den weiterhin gesperrten Potsdamer Platz schicken, sodass wir noch eine kleine Stadtrundfahrt machten, aber dann ging es fast staufrei über die Autobahn zurück, sodass wir pünktlich zur Konfirmation kamen, auf die wir eingeladen waren.

Fazit:

Ein schöner Lauf mit negativem Split, für die erste Hälfte hatte ich 1:51:18 Stunden gebraucht, in der zweiten nur 1:50:05 – insgesamt finishte ich offiziell nach 3:41:23 Stunden und war damit als 778. Frau von knapp 7.000 im Ziel und erreichte Platz 49 in der Altersklasse.