

W

achaumarathon
Ein Weinmaliges Lauferlebnis!
19. September 2010



Jeder, der bereits einmal erfolgreich einen Marathon gelaufen ist, kennt dieses Gefühl der prickelnden Anspannung vor dem Start, das sich sogar auf die Zuschauer überträgt. Erst wenn sich die erste Reihe der Läufer in Bewegung setzt und die nachfolgenden Läufer ihre Strecke beginnen, senkt sich der Adrenalinspiegel und macht Platz für die pure Lust am Laufen.

Herzstück dieser Laufveranstaltung ist wohl der Halbmarathon, der von Spitz nach Krems führt. 5.400 Teilnehmer wählten die Halbdistanz, die auch von den Veranstaltern kräftig beworben wurde, zumal die österreichischen Meister im Halbmarathon ermittelt wurden. Die Rechnung für Organisator Michael Buchleitner ging denn auch auf. Sein Streckenrekord aus dem Jahr 1998 wurde nach zwölf Jahren von einem kenianischen Laufgast mit 1:01:10 eingestellt.



Während ein Adriatief das Grazer Becken bis in die Südsteiermark tagelang mit Regen versorgte, herrschte in der Wachau ideales Laufwetter. Morgens noch mit 13

Grad angenehm frisch, stieg die Temperatur bis zum Zieleinlauf nicht über 20 Grad an.

Ich stand mit rund 600 Läufern am Marathonstart in Emmersdorf. Neben mir Ernestine, die erst am Lauftag anreiste und drei Stunden Fahrzeit hinter sich hatte. Wir nahmen also die Herausforderung der 42,195 Kilometer nach Lubereg und dann zurück nach Krems an.



Es dauerte dann auch eine Weile bis ich nach dem Startgedränge an der Menschentraube rund um den 3:30 Std. Peacemaker vorbeikam, aber dann zeigte sich die Wachau von ihrer schönsten Seite.

Man kann sich während des ganzen Laufes nicht der eindrucksvollen Kulisse entziehen. Die landschaftlich reizvolle Strecke der von der UNESCO 2000 zum Weltkulturerbe ernannten Wachau nicht vom Wasser, sondern von der Straße aus mit den Laufschuhen zu erleben, ist ein unbeschreiblich schönes Erlebnis und im Gegensatz zum Grazmarathon mit seinen 24 Musik und Hot Spots ein stiller Laufgenuss mit nur wenigen Zusehern an der Strecke.

- Durch die Heimat der Venus von Willendorf, die vor mehr als 25.000 Jahren hier entstand, vorbei an der geschichtsträchtigen Ruine Aggstein und dem herrlichen Schloss Schönbühel führt die Strecke nach Spitz. Hier war der Start zum Halbmarathon. Links und

rechts der Strecke stehen die Tafeln mit der Bezeichnung der einzelnen Startblöcke. Es muss in gewaltiges Erlebnis gewesen sein als sich auf der schmalen Straße rund 6000 Läufer in Bewegung setzten.

- Ich dachte an Sabine. Sie ist zeitgleich mit uns Marathonis hier gestartet. Wenn sie so schnell läuft wie ich, ist sie jetzt schon im Zieleinlauf und ich habe schon die Hälfte des Rennens hinter mir. Ich liege gut in der Zeit und fühle mich wohl.
- Nach einiger Zeit tauchte die Ruine Dürnstein auf. Hier wurde 1192 Richard Löwenherz gefangen gehalten und gegen ein hohes Lösegeld wieder frei gelassen.
- Von hier startete Lorenz den Viertelmara. Am Vortag, bei der Streckenbesichtigung haben wir gescherzt wie arm er doch ist. Hat er von hier aus noch das ganze Rennen vor sich, die Sabine nur mehr die Hälfte und ich gar nur mehr ein Drittel.
- Nach Dürnstein machten mir dann Krämpfe in den Beinen zu schaffen. Mein Tempo zu verlangsamen half nichts, ich war gezwungen, kurze Gehpausen einzulegen um meine Muskeln wieder zu lockern. Zwar habe ich hier einige Minuten liegen gelassen, aber der wirkliche Marathon findet im Kopf statt. Ich schaffte den Anschluss und überholte wieder all' jene, die zuvor an mir vorbeiliefen. In der Zielschleife winkte mir schon vom weitem meine Monika zu, verstärkt durch meinen nieder-österreichischen Fanclub. Unsere Urlaubsfreunde aus Kärnten waren über 100 Kilometer angereist, um mir im Zieleinlauf zuzujubeln.

Der Jubel war auch enorm: **zweiter Platz** mit einer Zeit von 3:23:38

Diese Hochstimmung verstärkte sich noch durch die vielen beglückwünschenden SMS und Anrufe meiner Familie, Freunde und Laufkollegen. Auch auf diesem Weg allen einen herzlichen Dank dafür. Besonderen Dank gilt aber meinem Masseur, Manfred W., ohne seine „heilenden Hände“ wäre es mir nicht möglich gewesen ein marathonspezifisches Training durchzuführen.



Auch wenn der Halbmarathon medial spürbar im Vordergrund stand, die Organisation für den Marathon war vom Transport zum Start, über die Streckensicherung bis zur Verpflegung unterwegs, tadellos, und als Siegestrophäe gab es statt Pokale, besten Wachauer Wein in einer ansprechenden Holzkassette.

Gerhard Ertl