

9. thüringen ULTRA – 4. 7. 2015 *100 km in 13:24 St. bei bis zu 39°!*

Kamen Pawlow, Startnummer 55 = mein Alter

Die Hitzewelle 2015 hatte sich bereits entfaltet, ich ahnte, was uns erwartet. Der Wetterdienst hatte am Wochenende bis +40Grad angesagt und es wurde von körperlicher Arbeit im Freien abgeraten. So schrieb ich im Gästebuch: „Der Lauf wird doch nicht abgesagt?“ Natürlich nicht! Peter Flock antwortete: „Super, endlich spartanische Verhältnisse!“ Dieses Wortspiel hat so gepasst! Peter ist herausragender deutscher Teilnehmer am Spartathlon, dem wohl härtesten Lauf Europas von Athen nach Sparta, 250 Km nonstop bei über 30 Grad!

Vergangenes Jahr hat den Spartathlon auch Gunter Rothe geschafft.

Gunter danke, ohne Deine Lauf-Einladungen würde ich heute nicht mal einen Halbmarathon gelaufen sein!

Doch zurück zum lauen Morgen des 4. Juli 2015. Vor dem Start um 4 Uhr war es noch etwas kühl. Ich hatte verkündet, den Lauf mit freiem Oberkörper zu absolvieren. Als ich das Unterhemd nach 10 km auszog, war es schon vollgesaugt mit Schweiß. Obwohl ich in einem Land mit heißen Sommer aufgewachsen bin, habe ich mich dem rauen Klima hier voll angepasst. Seit gestern weiß ich, ich vertrage keine Hitze mehr!

Bis Floh-Seligenthal (55 km) lief alles normal: fast dieselbe gute Zeit, wie in den vorherigen Läufen (5,50 St.) und dasselbe Zeremoniell:

Die ersten 10 km lief ich scherzend ganz vorn mit Martin Armenat. Bis jetzt hatte das Lauftalent nur den undankbaren 4. Platz – Bei diesem spartanischen Lauf siegte er in 8:53 St., Wahnsinn, herzlichen Glückwunsch!

Daneben lief auch der Senkrechtstarter Rico Bechmann – Bei seinem ersten ULTRA erreichte er den 3. Platz in der AK30!

Peter Flock kam diesmal, erst als die Zwei sich nach vorn verabschiedeten. So musste ich noch eine Weile mit ihm, für meine Verhältnisse viel zu schnell, laufen...

Das war aber nicht das Problem! Wir sind über 60 km durch die kühlen Thüringer Wälder gelaufen und erst in Tambach-Dietharz wurde mir bewusst, dass ich in der Mittagsglut immer mehr gehen werde! Ich verkürzte die Leidensgeschichte, ab Km 95 bei 39°C im Schatten bin ich komplett gewandert. Ich sah auch keinen, der gerannt ist, nicht mal die Staffelläufer!

500 m vor dem Ziel stöhnte ich laut und sprintete mit letzter Kraft! Ich hörte die Stimme vom Staffelläufer und Moderator Horst Reinhardt und sah hinter der Ziellinie die Spartaner Peter Flock und Lauflegende Rainer Löppen, die mich beglückwünschten! Ich hielt spontan dagegen: „Meine schlechteste Zeit!“ Peter erwiderte: „Meine Zeit war auch schlecht und trotzdem bin ich froh, heute 1. in meiner Altersklasse zu sein!“

Ich dachte nach und stellte ein Phänomen bei mir fest: ich hatte die schlechteste Zeit bei allen ULTRA-Läufen, dafür aber die beste Altersklassen-Platzierung: 10, in der Gesamtwertung (64) – ähnlich!

Nochmals vielen Dank für die Katharsis allen: Organisatoren – stellvertretend Sabine und Gunter Rothe – allen Helfern und freundlichen Anwohnern – Ab Friedrichroda waren so viele spontane Verpflegungsstellen, so etwas habe ich noch nie gesehen! – und allen Läuferkollegen, wir versuchten uns gegenseitig aufzumuntern!



P.S.

Eigentlich wollte ich als Untertitel: „Härtester Lauf meines Lebens!“ wählen, doch jetzt, mit 2 Tagen Abstand kommen die bizarren und schönen Momente immer mehr in den Vordergrund:

Beim ersten steilen Anstieg im Wald wurde unser Läuferfeld von Wespen attackiert, die gefühlten 10 Stiche in den Unterschenkeln vergaß ich aber schnell.

Dann:

Zwei herzlich schöne Momente, festgehalten in Fotos von meiner Frau Claudia Krombholz –

Mit unserer Tochter Clara vor der Rast in Tambach-Dietharz und nach dem Zieleinlauf in Fröttstädt –

Kamen nahm an diesem ULTRA-Tag über 4 kg ab