

Lindenseelauf am 13. November 2010

Endlich ist es soweit: der erste Laufwettkampf meines Lebens! Gut, die Bundesjugendspiele mal ausgenommen, aber die habe ich bis heute mehr oder minder erfolgreich zu verdrängen gesucht.

Ich bin sogar ein bisschen aufgeregt, (was mir später noch zum Verhängnis werden sollte) aber die nette familiäre Atmosphäre vor Ort und die Tatsache, dass auch meine Leidensgenossen aus der Anfängergruppe so zahlreich erschienen sind, machen mir wieder etwas Mut.

In der Turnhalle schnell nachgemeldet, Startnummer abgeholt und zurück zu den anderen. Die haben in der Zeit schon mal das Büfett und die Teeausgabe gecheckt: „Ich glaube, wir sollten uns auch Kuchen reservieren lassen, die machen das alle. Sonst gibt's hinterher keinen mehr!?“ „Nee, das ist ja wie Liegen Blockieren auf Mallorca!“ (Na, zum Glück war zumindest nach dem 5km-Lauf noch genügend Essen da.) Vom Tee lasse ich allerdings nach einmaligem Nippen die Finger, auch wenn alle anderen ihn toll finden: „Allein schon gegen die Kälte und so...“

Schließlich geht es zur Start- und Ziellinie, wo Harry uns mit Anfeuerungsrufen noch mal so richtig einheizt. Spätestens beim Countdown ist sie dann auch wieder da, die Aufregung! - Kurzer Blick auf die Pulsuhr: „Sch****! 120 Schläge und ich bin noch nicht mal losgelaufen!“

Dann der Schuss und innerhalb einer Sekunde wird mir klar, dass ich mich als Anfänger nie wieder in die erste Reihe stellen werde: Links und rechts schießen durchtrainierte Männer an mir vorbei. Gerade will ich mich nach meinen Anfängern umgucken, da merke ich, dass die gleich mit vorbeigezogen sind und denke mir: „Na, ihr seid mutig, wir sollten doch nicht so schnell loslaufen. Lasst euch doch nicht von denen da vorne so anstecken! Ihr werdet schon sehen, was ihr davon habt. Spätestens bei Kilometer 3 steht ihr doch kotzend hinter ‚nem Baum!“ Etwa zur gleichen Zeit (also nach etwa 200 m) bemerkte ich ein unangenehmes, beidseitiges Ziehen am unteren Bauch, das fängt ja gut an...Bei Kilometer 1 stellte ich dann fest, dass ich mit 7 Minuten pro Kilometer doch tatsächlich noch zu schnell für meine Verhältnisse unterwegs bin und das, obwohl mich mittlerweile fast alle Läufer überholt haben. Dann geht es in den Wald hinein und bei Kilometer 2 kommt dann auch die erste Steigung: „Och nö, oder?!“ Unterdessen wandert das anfangs noch leichte Ziehen weiter nah oben und wird stärker, mein Puls bewegt sich bereits bei 182 Schlägen und ich sehne die Markierung jedes weiteren Kilometers herbei. Die Zeit bis zu Kilometer 4 scheint ewig zu sein. Auf den letzten 500 m immerhin noch mal ein Erfolgserlebnis: Ich ziehe in einem schier endlosen Überholmanöver an einer mir unbekanntem Läuferin vorbei. Als mir Helfer am Rand zurufen: „Da vorne, ist gleich das Ziel!“, schieße ich noch einmal los, will unbedingt Zeit gutmachen. Aber das Ziel kommt und kommt nicht in Sicht und ich muss wieder Tempo rausnehmen. Denn das Ziel ist nicht „gleich da vorne“, sondern vier Straßen weiter. Als ich den weißen Türrahmen, durch den alle Läufer ins Ziel traben sollen, endlich sehe, kann ich mich doch noch einmal zum Endspurt aufraffen. Mit einem Puls von über 190 komme ich nach 38:26 min. und meiner persönlichen Bestzeit auch endlich an. Meine „Anfänger“ stehen bereits erholt und lächelnd hinter der Ziellinie und erwarten die letzten Läufer.

Fazit: Super Zeit für mich persönlich, wenn da nur nicht die anderen Läufer gewesen wären, die an mir vorbeigezogen. Und: Ihr ward doch alle gedopt! Das nächste Mal trinke ich den Tee auch, und dann lauf ich euch allen davon!