

# BASST SCHÖ!



EIN BERICHT VOM WIEN-MARATHON ALS RUNDUMSORGLOS-PACKET · VON RAINER HAUCH



# BASST SCHÖ!

EIN BERICHT VOM WIEN-MARATHON ALS RUNDUMSORGLOS-PACKET  
VON RAINER HAUCH

**E**s war kurz vor Mitternacht in Barra, dem sogenannten Saint Tropez Brasiliens, ein Hochhaus nach dem anderen reiht sich an der Avenida Pepe, einer doppelspurigen kilometerlangen Strasse entlang der südamerikanischen Küste. Wir sassen auf Plastikstühlen am letzten Kiosk, der uns noch mit Caipirinha versorgte und neben uns lieferten sich die Kakerlaken spektakuläre Rennen auf dem Gehweg zwischen Strasse und Strand. Ausgerechnet hier begann für mich der Wien Marathon 2013. Fast ein Jahr zuvor also. Lut hatte mich bereits in Iguazu gefragt, ob ich mit ihr den Wien-Marathon laufen würde. Das war bereits über eine Woche zurück und sie hatte Angst, ich möge mich nicht mehr daran erinnern. Kein Wunder, war sie sich da nicht mehr so sicher, denn der Caipi-Turm, den Reto, Ralf, Franziska, Lut und ich damals auf dem Tisch stehen hatten, nahm bereits erschreckende Ausmasse an. Allerdings konnte ich mich noch sehr wohl daran erinnern und so versprach ich ihr, das Projekt anzugehen und schliesslich an der Donau den Marathon an ihrer Seite zu laufen. Unter 4 Stunden, meinte Lut, ob die Krabbeltiere neben und unter uns auch so lange laufen würden? Während Reto, Nikolas und Lut die Nacht weiterhin in die Länge zogen und Ralf in Abwesenheit zum Schwiegervater wurde, machte ich mich damals auf den Weg ins Hotelzimmer. Zum Glück!



Nun war es soweit, fast ein Jahr ist dahingeflogen und Lut geht mit ihrem Pacemaker in Richtung Reichsbrücke. Bea ist auch dabei, sie möchte den Marathon zum ersten Mal in 4:30 Stunden absolvieren. Bis zum Start des Marathons ist es vom Hotel aus gerade mal einen guten Kilometer. Lut ist logischerweise nervös, das muss vor einem Marathon so sein, dann nimmt man die Sache auch ernst. Eigentlich muss sie sich gar nicht sorgen, denn sie hatte ihren letzten langen Lauf bravurös gemeistert. Den hatten wir in Lucca noch zusammen gemacht, wunderschöne 35 Kilometer in der Toskana und Lut war so fit, dass sie die letzten Kilometer gar deutlich schneller als ihre Marathonpace lief, wow!

Was mir an diesem Morgen allerdings etwas Sorgen machte, das war das Wetter. Strahlendblau war der Himmel über der Donaumetropole, Kaiserwetter nennt man das hier, der langersehnte Frühling war auch in Wien angekommen. Auf dem kurzen Spaziergang über die Reichsbrücke spürte man deutlich, was das zu bedeuten hatte: Es war bereits am frühen Morgen schon sommerlich warm. Kaum vorstellbar, dass ich eine Woche zuvor noch bei gerade 6 Grad in Freiburg gelaufen bin.

Kurze Zeit später erreichen wir das Startareal und zum ersten Mal spüren wir, dass hier mehr als 40.000 Läuferinnen und Läufer am Start sind. Die Meisten von ihnen befinden sich bereits in den einzelnen Blocks. Ich beruhige Lut und Bea, das wir da schon eine Lösung finden. Die beiden

schlimm, denke ich mir, die haben jetzt eine tolle Aussicht auf die Donau und Wien und sicherlich dafür auch beim Kauf der Wohnung bezahlt, und dann das. Jetzt sehe ich auch, das sie ein Protestschild gebaut hat, um beim Marathon darauf aufmerksam zu machen. Recht hat sie. Als unsere

«Kaum vorstellbar, dass ich eine Woche zuvor noch bei gerade 6 Grad in Freiburg gelaufen bin»

müssen noch auf das allen bekannte Örtchen, aber wie soll man das jetzt noch schaffen? Lut fragt kurzerhand eine Frau, die aus einem Konferenzraum eines nahegelegenen Hochhauses kommt und freundlich begleitet sie die Beiden zur Eingangstür. Die Frau ist wirklich sehr nett, wie alle Wiener, auf die wir so treffen. „Uns wollen sie ein riesiges Hochhaus vor die Nase bauen“, erklärt mir die Dame, die eine Eigentumswohnung in dem Gebäude besitzt. Das ist wirklich

zwei Läuferinnen zurück sind, wünsche ich ihr viel Glück!

Wir verabschieden uns von Bea, die in einem anderen Block steht und vor allem noch ihren Kleidersack abgeben muss, 15 Minuten vor dem Start und 42000 Menschen zwischen ihr und den Abgabestationen! Sie sollte aber eine Lösung finden. Die hatten wir noch nicht gefunden, was unseren Weg zum richtigen Startblock betraf. Nein, das konnten wir völlig

vergessen, da gibt es kein Durchkommen mehr. Gut 100m nach der Startlinie stecken wir in der Läufermasse fest. Nun denn, schlecht war das ja nicht unbedingt und wir nisten uns irgendwo am Strassenrand ein. Der Zaun, der die Blocks nach aussen abspernte, besitzt nur noch eine Höhe von gut einem Zentimeter, so niedergestampft ist er. Von da droht also keine Gefahr mehr. Die kommt zur Zeit mehr von oben, denn deutlich spüre ich im Nacken, wie die Sonne bereits brennt. Lut steht im Schatten eines Baumes und merkt das zum Glück nicht.

Die Masse wartet gebannt auf den Start und wir irgendwo ziemlich weit vorne. Die Kronenzeitung sollte am Montag mit einer grossen Schlagzeile aufwarten: Wien schlägt New York, grösster Marathon der Welt! Wie schlecht doch der Journalismus geworden ist, erschreckend schlecht. Wenn man die Staffelläufer und Halbmarathonis abzieht, bleibt noch ein Grüppchen von ungefähr 4300 echten Marathonis übrig. Das in New York ausschliesslich 42195 Meter am Stück gelaufen werden, hat das Schmierblatt wohl übersehen. Irgendwie erinnert mich das doch an einige unserer lieben Manager, die reissen doch in ihren schlechten Powerpointpräsentationen genauso das Mundwerk auf und berufen sich auf Zahlen aus der Welt der Fantasterei. Schaut man sie sich genauer an, bleibt oft einfach nahe nix übrig. Wie sich die Welten doch gleichen. Aber wir sind ja jetzt beim Marathon und der unterscheidet sich ganz gewaltig von der Welt der Wirtschaft, zumindest aus Sicht der Läufer. Denn da ist nichts mit Luftpumpen zu holen, da muss man echte Leistung bringen, sonst erleidet man bitterbösen Schiffbruch.

Das hat Lut jetzt noch vor sich, ihre Loki natürlich auch. Pacemaker zu sein ist keine so ganz leichte Aufgabe, das wird oft unterschätzt. Auch da muss man darauf vorbereitet sein und vor allem muss man fast 4 Stunden lang geistig voll da sein, schliesslich will man das ja der Sportlerin abnehmen, damit die sich ganz auf



ihren Lauf konzentrieren kann. Man ist quasi ihr Rundumsorglos-Paket, wenn Frau richtig trainiert hat. Rundumsorglos-Paket sein bedeutet akribisch auf die Uhr zu schauen, jeden Kilometer von Hand zu stoppen und die Zeit mitzuteilen, 1 Flasche Coki, 1 Flasche Wasser, Gels und Pulli und mehr im Rucksack mitzuschleppen und natürlich auf Bedarf aufzureissen und gefühlvoll und unkompliziert der Sportlerin zu reichen. Verpflegungsstationen anzulaufen und die Sportlerin mit dem Becher in der Hand wieder einzuholen und ihr zu übergeben, während sie das Gedränge problemlos umlaufen kann und natürlich auch die Zuschauer anzufeuern, damit diese wiederum die Sportlerin zu Bestleistungen bringen. Hinzu kommt noch das Freihalten der Laufstrecke, wenn möglich und dadurch vorausschauendes Laufen, also nix Grind ab und Säckle! Ah ja, Fotos macht man dann zwischendurch auch noch, damit schöne Erinnerungen bleiben. Und möglichst sollte man das Alles nicht gerade auf dem Zahnfleisch absolvieren sondern immer Mann der Lage sein. Also einfaches Mitlaufen ist es nicht, wenn man es richtig macht.

Für mich war das nichts Neues, schliesslich war ich Loki für Laura bei ihrem ersten Marathon in Amsterdam und das funktionierte damals problemlos und sie lief ihre erste

Königsdistanz in einer tollen Zeit, das ich danach genauso kaputt war wie sie, störte nicht, danach ist alles egal. Aber was natürlich noch hinzukommt, ist auch bei mir ein gewisser Druck aus sportlicher Sicht, schliesslich habe ich Lut den Trainingsplan gemacht und ihre Eltern sind extra nach Wien mitgekommen. Eine gewisse Erwartungshaltung ist da natürlich vorhanden und der will auch der Pacemaker und Trainer gerecht werden. Also Eines war klar: Lut musste es auf den 42195 Metern durch Wien so gut wie möglich haben, das stand ausser Frage und mir jetzt in wenigen Augenblicken bevor.



#### LINKS

*Es kann losgehen.*

#### RECHTS OBEN

*Kurz vor dem Start auf der Reichsbrücke.*

#### RECHTS UNTEN

*Das Startareal befindet sich in der neuen Donau City, hier der DC Tower 1, das höchste Gebäude Österreichs und bald fertig.*



Der Wienerwalzer ertönt über die Musikanlage des Startgeländes und dann ein lauter Hupton. Das war der Start, selbst der Sprecher muss dies nachträglich erklären, denn so ganz klar war das wohl den Wenigsten. Warum man in Wien nicht runterzählt, wie bei jedem anderen Marathon auch, das wissen wohl nur die Wiener selbst. Uns sollte es nicht stören, denn wir müssen ja eh warten, bis sich die Menge in Bewegung gesetzt hat. Das geht überraschend schnell und ich mache Lut gleich mal auf die vielen Pullis und Plastikplanen auf dem Boden aufmerksam, eine Stolperfalle, die man besonders im Auge haben muss. Ich erinnere mich da an den Hamburg Marathon, wo ich noch gerade einen Sturz vermeiden konnte. Ich weiss ja nicht, wer die Sachen dort hinschmeisst, aber ich bin überrascht, wieviele Kleinhirne an einer solchen Veranstaltung teilnehmen. Wer hier stürzt, hat schon fast verloren, die heikelste Situation des ganzen Marathons. Dank unserer nicht ganz freiwilligen Startposition im ersten Block gelingt uns der Start perfekt und nach wenigen Metern können wir schon richtig laufen. Hin und wieder rennen deutlich schnellere Läufer an uns vorbei, es sind die Startläufer der Marathonstaffel, auf die komme ich noch zurück, keine Angst, da kommt noch was.

«Naja, den Mädels beim Ausziehen zu helfen, ist ja sicherlich keine schlechte Sache»

Nach problemlosen ersten Kilometern erreichen wir den Praterstern und unweit der Strecke das berühmte Riesenrad der Donaumetropole. Viel Zeit zum Schauen bleibt uns nicht, denn das Läuferfeld ist immer noch recht eng zusammen und gleich folgt der Zusammenschluss! Dieser ist notwendig, da die 42000 auf zwei breite Fahrstrassen verteilt wurden, die wegen der unterschiedlichen Kurvenführung strikt voneinander getrennt sind, damit nicht abgekürzt wird. Und gleich kommen die beiden Lindwürmer zusammen und verdichten sich nochmals auf der Praterallee. Höchste Konzentration also. Die Zeiten sind übrigens zu schnell, die wir beide angegangen sind, ich muss Lut bremsen, ein übliches Prozedere als Pacemaker, kenne ich noch zu gut von Ralf in Prag und Laura in Amsterdam.

Der Zusammenschluss ist problemloser,

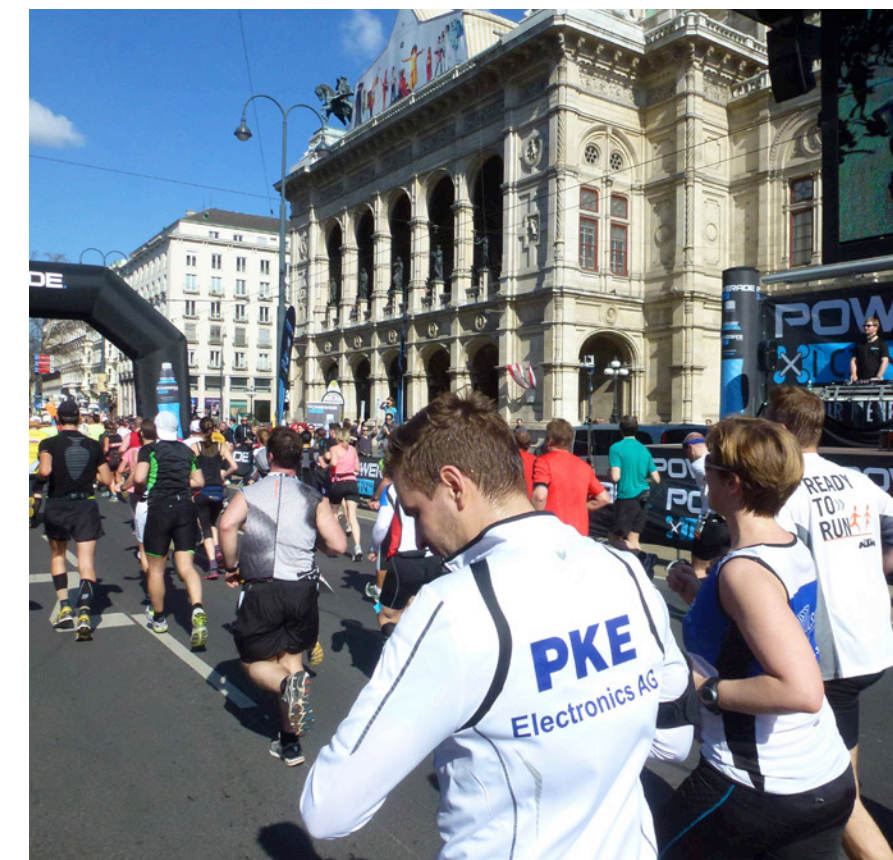
als erwartet und das Feld normalisiert sich bereits wieder nach wenigen Metern und bei Kilometer 4 stimmt die Pace dann! Perfekt, lasse ich Lut wissen, jetzt nur noch 38 Kilometer so weiter laufen, sie lacht. Ich hoffe sehr, dass sie das im Ziel auch kann, besorgt spüre ich die Wärme, Schatten gibt es auf der Allee nur wenig, denn die Bäume haben noch keine Blätter, die Natur ist auch in Wien Wochen hinterher.

Als zum ersten Mal so eine kleiner Anflug von Langeweile auftaucht, am Anfang ist halt noch nicht viel zu tun, erkenne ich vor mir eine hübsche Läuferin. Zumindest was die Ansicht von Hinten betrifft, bleiben meine Augen recht schnell an ihr hängen. Es ist noch schwierig zu sagen, was eine Frau beim Laufen von hinten ansehnlich macht. Klar, ihren Po ganz sicher, aber wohl auch die Gesamterscheinung, die Art wie sie sich bewegt und die Haare. Sie ist damit beschäftigt, sich auszuziehen, zumindest mal ihren Pulli und dabei hat sie einen Umhängegurt in der Hand. Die Arme tut mir leid, wie verkrampft und schwierig sie arbeitet. Ich laufe neben sie und biete ihr an, den Laufgurt so lange zu tragen, damit sie sich stressfrei ihrer überschüssigen Kleidung entledigen kann. Naja, den Mädels beim Ausziehen zu helfen, ist ja sicherlich keine schlechte Sache. Sie lacht freundlich und ist sehr froh über meine Hilfe. Verdammt, und die Frau ist von Vorne noch hübscher und hat ein dermassen sympathisches Lachen. Sie ist aus Wien und läuft die Staffel als Vorbereitung auf ihren ersten Marathon in der Wachau, lässt sie mich wissen. Sie hat Angst, mir die Pace zu versauen, aber ich beruhige sie, sie könne sich ruhig Zeit lassen. Und so gelingt ihr auch der Startnummernwechsel aufs Unterhemdchen und weiter geht's.

“Sind wir noch in der Pace?” Lut holt mich auf den Boden der Tatsachen zurück und das bedeutet Loki-Job! Ich verabschiede mich schweren Herzens von der hübschen Wienerin und konzentriere mich wieder auf meine Aufgabe. Einen kurzen Moment bereue ich mein Versprechen, aber andererseits wäre ich ja gar nicht hier. Und zudem, bei Kilometer 15 biegt sie ja ab und hängt noch ein paar Kilometer dran.

Wir erreichen nach wenigen Augenblicken das Schild mit km 36 und Lut ruft: “Wären wir nur schon dort”, denn eigentlich sind wir ja erst bei km 9, diese Stelle wird aber zweimal durchlaufen. Der Kurs ist zwar kein Rundkurs, aber es werden dennoch ein paar wenige Teile wiederholt. Wir befinden uns mittlerweile kurz vor dem Stadtzentrum und es ist zum Glück ein ganz leichter Wind aufgekommen, der kühlt etwas. Sobald Schatten auftaucht schicke ich Lut dorthin, jeder Meter ohne Sonne ist heute wichtig!

Der Schottenplatz ist erreicht, hier ist mächtig was los, tausende Zuschauer stehen am Streckenrand, auch die Eltern von Lut erkennen wir zum ersten Mal, ganz kurz nur und schon sind wir vorbei. Die Strecke verläuft nach km 10 in Richtung Schloss Schönbrunn, ganz leicht steigend, kaum spürbar, Lut hält ihre Pace trotzdem bravourös, ja mittlerweile sogar auf die Sekunde genau! 5:39! Super, rufe ich ihr zu! Mittlerweile ist das Leben als Pacemaker überhaupt nicht mehr langweilig! So eine Läuferin hat ganz viele Wünsche! Pace halten, klar, aber nun kommt Gel dazu, leider auch in meinen Händen, denn ich reisse natürlich das Beutelchen vor der Verköstigung auf. Mein Fotoapparat, den ich die ganze Zeit in der Hand halte, ist davon wahrscheinlich nicht so begeistert. Und nach Gel braucht meine Läuferin logischerweise direkt Wasser! Anlauf an die Verpflegungsstelle, einhändig Becher schnappen, Gedränge durchdringen und nichts wie Lut hinterher. Und schnell die Uhr drücken, das Kilometer Schild gerade noch erkannt, uff. Natürlich dann wenn Lut am Schild vorbeiläuft, nicht ich, inklusive Fotoapparat und Plastikbecher und alles im Laufen natürlich! Zum Gel kommt Wasser, auch in meinen Händen. Nochmals 5:39!



#### LINKS

Das berühmte Riesenrad bei km 3.

#### MITTE

Hinten läuft Eckhard, ein Zufallsfoto bei km3, wir bemerkten ihn beide nicht, erst auf dem Bild. Welch ein Zufall bei 42000 Startern!

#### RECHTS

In der Innenstadt stimmt die Pace.





Vor mir taucht Batman auf, ist es schon soweit? Hat die Sonne schon solch eine Wirkung? Ein Läufer läuft in schwarzen Plastikklamotten inklusive Maske, wow, der hat sicher nicht gerade frisch. "Schau mal, Spiderman!" schalmeit es von links in die Läufermenge! 6 setzen! Würde ich am liebsten zurückrufen. (6 ist in Deutschland die schlechteste Note, also umgekehrt wie in der Schweiz). Bat Spiderman wird noch sein Halleluja von ganz oben bekommen, man kann es förmlich riechen, heisser Plastik!

Lut zieht derweil konsequent ihren Lauf durch, bravo, denke ich, so langsam beginnt nämlich der Marathon, denn wir haben in der Nähe von Schönbrunn gedreht und befinden uns auf dem Rückweg zur Innenstadt, leicht bergab jetzt, die Pace zieht daher an, kein Grund zur Sorge. Zwei Schweizer laufen auf uns auf und sind neidisch auf Lut's Rundumsorglos-Paket, wollen mich auch gerne buchen. Die Menge an Caipirinhas könnt ihr gar nicht zahlen, erwidere ich. Die Beiden begleiten uns noch kurz und sind bald wieder verschwunden.

Irgendwohin gewünscht hätte ich mir dagegen lieber ganz Andere, die Staffelläufer nämlich! Die bringen dermassen Unruhe ins ansonsten homogen und gleichmässig laufende Marathonfeld. Ein übermotivierter Minusdistanzläufer



überrennt meinen Vordermann fast, gerade so kommt es nicht zum Sturz der Beiden. Unglaublich! Und an der Wechselstelle ist dermassen Gedränge! Ich finde ja den Staffellauf an und für sich eine tolle Sache, aber bitte nicht im Marathon! Da hat er überhaupt nichts verloren, liebe Veranstalter! Ein absolutes NoGo, finde ich! Neben der Unruhe kommt ja noch dazu, dass sich die Minusdistanzler mit den Federn der Marathonis schmücken, die Halbläufer übrigens auch. Der Zuschauer erkennt den Unterschied nicht. Jetzt fällt mir gerade die hübsche Wienerin vom Beginn wieder ein, die war ja auch Staffelläuferin, ok, für sie mache ich mal ne Ausnahme, die darf mitlaufen, grins.

5:03 zeigt plötzlich meine Uhr bei km 17, das Horrorgespens eines jeden Zugläufers hat zugeschlagen! Die Kilometerschilder stimmen nicht! Au Backe, das wird schwierig, jetzt ist Tempogefühl angesagt! Die Uhr im Moment sinnlos, auch das GPS der Garmin nutzt nichts mehr, denn das hat bereits seit einer ganzen Weile eine Differenz zu den Schildern von mehr als 300 Metern, deutlich zu viel und damit unbrauchbar! Ich mache Lut darauf aufmerksam, will sie aber nicht verunsichern. Ich hab das im Griff, gebe ich ihr zu wissen, na hoffentlich stimmt das! Für mich ist es irgendwie unerklärlich, wie solche Markierungen falsch sein

können, die Wiener machen das doch zum 30. Mal! Ich kann doch nicht noch am Tag vorher die Strecke selbst markieren! Und was ist mit all den anderen Schildern, die jetzt noch kommen?

Lut sieht man nun kurz vor der zweiten Zentrumsdurchquerung zum ersten Mal die Anstrengung etwas an, nicht besorgniserregend, aber es darf noch nicht mehr werden, denn wir sind erst kurz vor der Halbzeit. Auf die freue ich mich schon besonders, denn dann trennt sich Spreu vom Weizen, Halbleiter von Starkstromern, Memmen von Männern, Kuschelkätzchen von Frauen. Und da ist sie, die Abbiegemöglichkeit für all Diejenigen, denen ganze Sachen zu viel sind, die Halbmarathonscheide.

Jetzt wird es doch deutlich leerer auf der Strecke, das tut gut, denn von nun an brauch man sich nicht mehr so auf die freie Laufbahn achten, endlich ist Platz. Die Kilometerschilder stimmen scheinbar wieder und Lut sieht entspannter aus, alles bestens also! Die letzten beiden Kilometer

waren wir sogar deutlich zu schnell, aber es ging ja auch leicht bergab! Kein Problem!

Wir verlassen die Innenstadt wieder und wir nähern uns erneut der Praterallee und der Todesschleife, so nenne ich die bei km 28 beginnende lange Geraden mit anschliessendem U-Turn und das Ganze wieder zurück! Hier werden alle die sterben, die zu Beginn überzogen haben. Wer da mental nicht parat ist, ist weg. Aber soweit sind wir noch nicht. Auf der Strecke ist immer noch was los, die Zahl der Krankenwagen hat deutlich zugenommen, immer wieder werden Läufer von den Sanitätern abtransportiert. Ich hoffe, Lut lässt sich davon nicht irritieren. Der Irrtum, ein Marathon sei einfach nur zweimal der Halbe, hat wieder erbarmungslos zugeschlagen. Viele geben jetzt auf, humpeln am Strassenrand, liegen unter Bäumen, der Marathon hatte nun für uns begonnen, keine Frage. Das nächste Kilometerschild ist wieder falsch postiert, egal, wir laufen nach Gefühl weiter, was Anderes können wir eh nicht tun.

«Das Horrorgespens eines jeden Zugläufers hat zugeschlagen! Die Kilometerschilder stimmen nicht!»

**LINKS**

*Batman wird sein Halleluja noch erleben*

**MITTE**

*An der Staffellübergabe kurz vor Schönbrunn wird es sehr eng*



### 30. WIEN MARATHON

Das Wasserabholen an den Verpflegungsposten ist mittlerweile bei mir zur Routine geworden, es ist dermaßen viel los, das ich von Hinten an das Wasser laufe, die Leute am Posten sind eh voll überfordert und kommen nicht nach, ich weiss mittlerweile wie es geht und bediene mich selber aus den Bottichen und wieder geht es Lut hinterher. Ich spüre zwischenzeitlich, dass es mir nicht mehr ganz so leicht fällt, sie wieder einzuholen. Aber sehr bald kommen für mich neue Aufgaben hinzu: Motivator und Zuschaueranheizer, das ist vor allem auf den letzten Kilometern enorm wichtig.

Die Todesschleife ist erreicht und vor uns erscheint das sagenumwobene Schild mit der 30 drauf! Was darüber immer ein Hype gemacht wird, ich persönlich hatte eigentlich nie Probleme mit dieser Marke, im Gegenteil, da lief es mir meist gut. Km 40 war da eher meine Problemzone. Bei Lut sieht das zur Zeit genauso aus, sie hält die Pace perfekt und besitzt immer noch eine gewisse Lockerheit, da sehen diverse Mitstreiter schon ganz anders aus! Auffällig ist auch, das Lut mittlerweile immer mehr Leute überholt, das motiviert. Einzig die Hitze macht mir Sorgen, denn die ist auf dieser unendlich langen Geraden wieder etwas angestiegen, das leicht kühlende Lüftchen hat aufgehört und Schatten gibt es hier kaum.

Vor uns erkennen wir Eckhard, er will ebenfalls unter 4 Stunden bleiben, wir kommen ihm mit jedem Schritt ein wenig näher und bei km 32 haben wir ihn eingeholt. Ich versuche ihn zu motivieren, damit er an uns dranbleibt, vielleicht hilft es ihm, so weit ist es ja nicht mehr. Eckhard versucht es.

Die lange Gerade in Richtung Wende zieht sich, sie ist ja nahezu 4 Kilometer lang. Der Veranstalter hat vorgesorgt und die Strecke an dieser Stelle laut beschallt! Mich nervt die Musik, es läuft irgendein Hip-Hop-Scheiss und das mit voller Lautstärke. Also auch ich leide im Moment!

Endlich die Wende und alles wieder zurück. Was jetzt für die Psyche enorm wichtig ist: Wir laufen von hier ziemlich gerade in Richtung Ziel. Auf der Gegenspür erkenne ich Bat Spiderman, die schwarzen Ohren hängen nur noch herunter, der Plastik ist wohl überhitzt und der Junge sieht übel aus. Das wird noch heftig für ihn. Fliegen ist das nicht mehr. Lut fliegt hingegen noch, zumindest macht es den Eindruck, denn ihre Zeiten stimmen auf die Sekunde und sie sieht immer noch richtig gut aus, für km 34!

Ein heftiger Schlag von hinten auf meine rechte Schulter lässt mich zusammensucken und dann sehe ich noch, wie ein Staffelläufer mit grü-

nem Shirt sich zwischen mir und Lut hindurchquetscht. Der spinnt doch völlig, da ist doch Platz genug! Als er das gleiche Spiel bei den Vordermännern wiederholen will, starte ich durch. In wenigen Sekunden bin ich an ihm dran und er merkt das und weiss, was die Stunde geschlagen hat. Er sprintet los, gefühlt wohl auf 3:15, als ich mit Kamera in der Hand und Flaschenrucksack neben ihm auftauche, spürt er, dass er sich definitiv den Falschen ausgesucht hat! Dumm gelaufen, jetzt wisst ihr, wo der Spruch wahrscheinlich herkommt. Ich greife sein Shirt von hinten und mache ihm sein unsportliches Verhalten unmissverständlich deutlich. Er schaut mich ungläubig an und ich habe das Gefühl, das er gar kein Deutsch versteht, egal, der Vollposten weiss was gemeint ist. Sein fanatischer Blick lässt erkennen, dass der Junge nicht ganz richtig tickt.

Auf geht's Lut, rufe ich, Kilometer 36 ist erreicht und wir sehen das Schild zum zweiten Mal! Siehst du, so schnell geht es, rufe ich Lut zu und motiviere sie nun fortlaufend. Interessant, was einem da so alles in den Sinn kommt, nun, das Gehirn ist beim Laufen ja gut durchblutet, das hilft. Ein Österreicher hat das mitbekommen und fragt, ob er bei uns mitlaufen dürfe, ihm gefällt es, wie ich Lut motiviere, er darf natürlich. Eckhard hätte auch gedurft, aber er

«Mich nervt die Musik, es läuft irgendein Hip-Hop-Scheiss und das mit voller Lautstärke. Also auch ich leide im Moment!»

#### OBEN LINKS

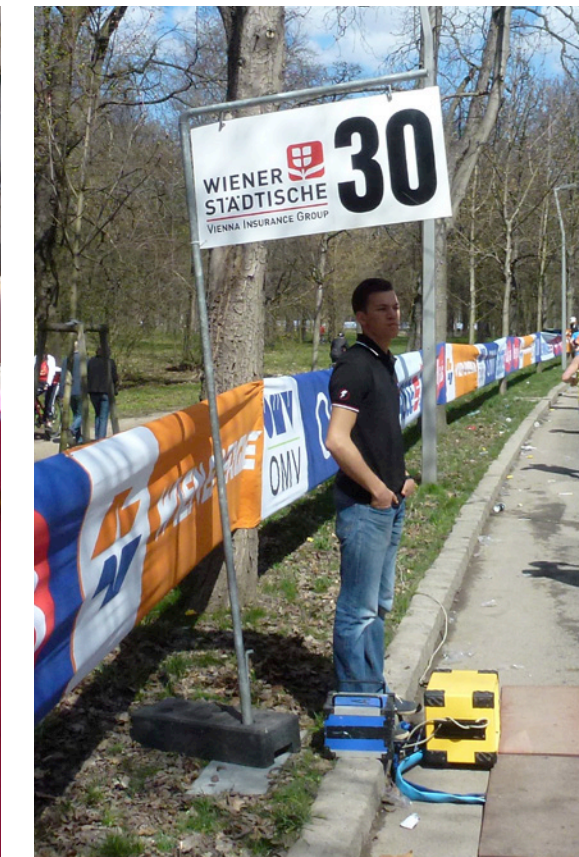
Am alten Transit läuft ACDC! Super!

#### OBEN RECHTS

Ist das der Mann mit dem Hammer?.

#### UNTEN

Im Gleichschritt: Das LSVB-Team bei km 32.



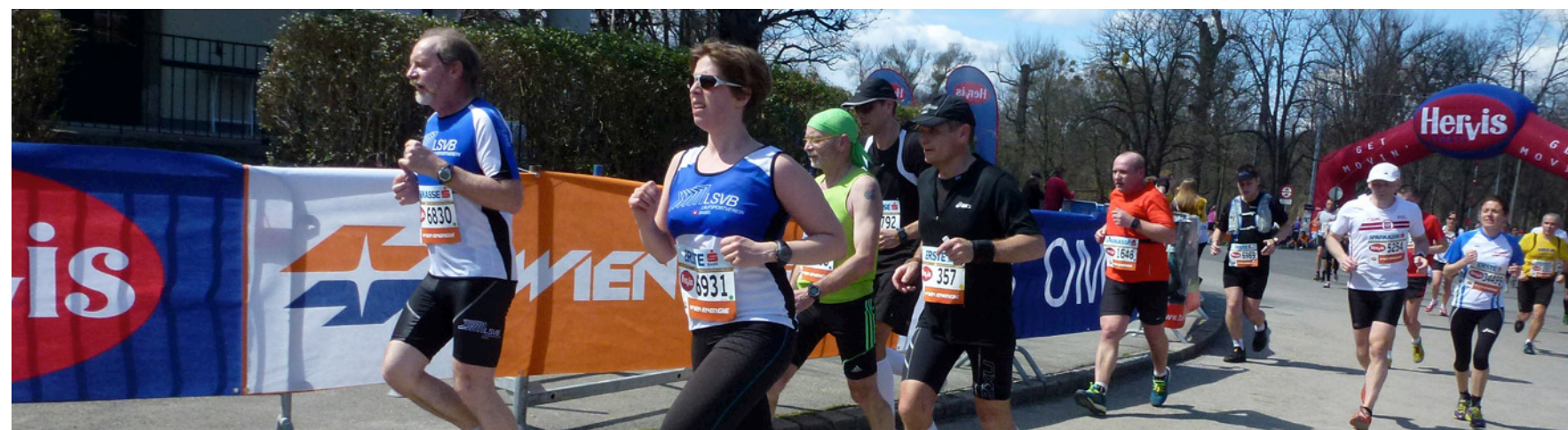




musste am Ende der Todesschleife doch abreißen lassen, Lut war ihm zu schnell geworden.

Längst hatte ich hochgerechnet, was jetzt noch pro Kilometer gelaufen werden muss, meine Läuferin hatte jetzt mehr als 6 Minuten pro Tausender Zeit! Ich hoffe nicht, dass sie das nutzt und jetzt verlangsamt. Aber Lut denkt gar nicht daran, sie hält das Tempo bravourös obwohl sogar leichte Steigungen zu bewältigen sind! Jetzt ist mir klar, das sie das problemlos schaffen wird! Noch knapp 20 Minuten, rufe ich ihr zu, du schaffst das! Das wird ne super Zeit!

Luts Vater läuft ein paar Meter neben mir, er reicht mir eine Flasche zum mitnehmen und ich berichte ihm, wie es seiner Tochter geht, er ist voll dabei und dementsprechend aufgeregt! Und sofort schnappe ich mir wieder die Zuschauer, denn die sind etwas müde geworden! "Sind wir in Wien?" rufe ich, "ich höre gar nix!", und schon schreien sie wieder!



Die Mitläuferinnen und Mitläufer freut es, sie können nichts mehr sagen, aber ein kurzes Lächeln in ihren angestrengten Gesichtern weist deutlich darauf hin, Einer hebt kurz den Daumen nach oben. Ich mache weiter, denn jetzt ist der Streckenrand fast ununterbrochen mit Menschen voll. Ein toller Marathon, keine Frage und die letzten beiden Kilometer laufen für Lut!

Und sie läuft noch immer gut, klar, jetzt beißt sie, aber alles andere wäre Unterforderung. Ab 40 gibt es nur noch das Beissholz! Bei 41 ist die Pace etwas gefallen, aber das ist jetzt völlig egal, für den letzten Kilometer hat sie noch fast 10 Minuten Zeit, da kann nichts mehr passieren, es sei denn, man stürzt, also Aufpassen! Ununterbrochen feuere ich die Leute an der Strecke an, hab fast keine Stimme mehr, in Prag konnte sich ja der eine oder andere LSVBler mal live anschauen, was ich darunter verstehe, Laura kennt es von Amsterdam her auch! Und jetzt naht für Lut die Zielgeraden, noch einmal abbiegen und da ist der Bogen! 3:56! SUPER!

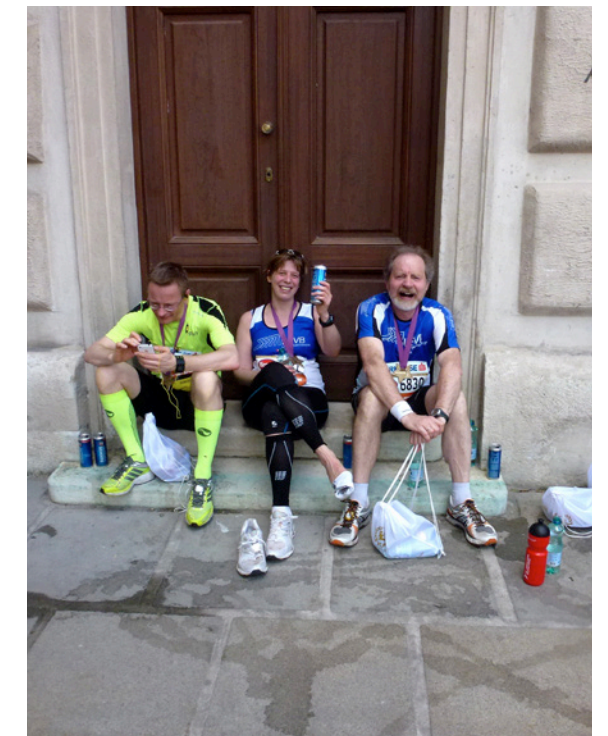
Lut ist glücklich und ich bin es auch, jetzt folgt der schönste Moment eines Rundumsorglos-Packets, die Minuten nach einem erfolgreichen Marathon, dann, wenn man weiss, dass der

Marathon für seine Läuferin oder Läufer ein Erfolg war! Und laufen muss man ihn selbst, da kann auch eine Loki nichts daran ändern!

Unmittelbar nach dem Marathon geht es ins Feiern über, da ist Lut gnadenlos! Gut so, denn Erfolge soll man feiern wenn sie frisch sind! Die Marathonparty endet erst, nachdem wir endlich eine Bar gefunden haben, die Caipirinha mixt! Diesmal aber ohne Kackerlaken, dafür aber mit Wiener Walzer!

Den Marathon selber kann man durchaus empfehlen, wenn jemand Stadtmarathons liebt, dann ist er in Wien goldrichtig. Einzig die reingequetschte Staffel nervt. Die Strecke ist schnell und sehr gut zu laufen. Die Stadt an der Donau ist natürlich der Hammer und die Menschen dort sind mega freundlich!

Am Tag nach dem Marathon öffnen wir noch eine Flasche Schampus, mitten auf dem Riesenrad des Praters und stossen hoch über Wien auf den Erfolg an. Die Gläser bekamen wir von der freundlichen Frau am Kiosk, sie spülte sie sogar extra, obwohl sie keinen Cent daran verdiente. Das ist Wien! Und Barra? Da findet heute Abend der nächste Lauf statt, aber ohne Staffel, das mögen Krabbeltiere nicht. Basst scho!



**LINKE SEITE**

*Impressionen von der Strecke: Links oben Lut und ihr Rundumsorglos-Packet, Rechts oben kurz vor km 40 und Unten an der Wende der Todesschleife mit Eckhard*

**O BEN**

*Es ist vollbracht! Prost!*

**UNTEN**

*Erstaunter Afrikaner bei km 40*







