

Erlebnisbericht Rotterdam Marathon



Nach drei Frühjahrsmarathons in Zürich in den Jahren 2004 bis 2006 wollte ich in diesem Jahr einmal etwas anderes sehen und erleben. Nach Konsultation des internationalen Marathonkalenders habe ich mich im tiefsten Winter für den Klassiker von Rotterdam entschieden, auf dessen Strecke auch schon mehrere Weltrekorde erzielt worden sind.

Bekanntlich hat uns der Wettergott pünktlich auf Ostern schönes und schon eher sommerliches als frühlinghaftes Wetter geschickt. Ein etwas ungutes Gefühl hatte ich deshalb schon, als ich am Freitag den 13. den Weg in die holländische Metropole antrat. Dort angekommen, musste ich feststellen, dass es in Holland sogar noch wärmer als bei uns war. Aprilwetter wäre mir angesichts des Grundes meiner Reise lieber gewesen... Schlafen mit offenen Fenstern und auf statt unter der Decke war angesagt :-)

Die Organisatoren warnten bei der Startnummernausgabe und vor dem Rennen eindrücklich vor den hohen Temperaturen von bis 28 Grad am Schatten (und Schatten gab es wenig auf der Strecke); sie richteten zusätzliche Getränkeposten ein und forderten die Teilnehmenden auf, ihre zeitlichen Ziele zu revidieren und das Rennen in einem etwas gemächlicheren Tempo anzugehen. Aber Hand aufs Herz: Wer tut das schon, wenn er sich wochen- oder monatelang auf diesen Tag X vorbereitet hat?

Nach dem Start, der leider erst um 11 Uhr erfolgte und die knapp 8000 Läuferinnen und Läufer auf den Weg in die Mittagshitze schickte – lief vorerst alles wie geplant. Allerdings nicht für sehr lange. Bereits nach etwa 15 Kilometern musste ich feststellen, dass mein Körper noch eher auf winterliche Kühle denn auf sommerliche Hitze eingestellt ist. Trotz mehreren Bechern Flüssigkeit, die ich an jedem Posten zu mir nahm, gingen die Kräfte schon bald zur Neige. Wahrscheinlich hätte ich das Ziel nicht erreicht, wenn ich in diesem Moment nicht entschieden hätte, einen Gang – und später weitere Gänge – zurückzuschalten. Ein Warnzeichen waren auch die Krankenwagen, die man entlang der Strecke regelmässig sah und hörte. Ich nahm mir deshalb vor, einfach irgendwie und irgendwann ins Ziel zu kommen. Alles andere spielte spätestens ab Rennhälfte nur noch eine Nebenrolle. Ich war wohl auf jedem Longjog schneller unterwegs als jetzt. Und so wurde es denn statt mein schnellster mein bisher langsamster Marathon (oder auch mein längster Lauf überhaupt...). Aber bestimmt einer derjenigen, die ich nie mehr vergessen werde. Nachdem ich mich nach Kilometer 40 noch übergeben musste (wahrscheinlich hatte ich im Übereifer sogar zu viel getrunken!), ging es ganz zum Schluss wieder etwas besser und ich konnte doch noch – wie es Viktor Röthlin immer sagt – mit einem Lächeln über die Ziellinie laufen. Erschöpft, zufrieden, aber trotzdem nicht ganz glücklich.

Wie ich nach dem Rennen erfahren habe, entschieden die Organisatoren „to protect the runners against health problems“, alle Teilnehmenden zu stoppen, die nach 3 Stunden 30 einen bestimmten Punkt der Strecke noch nicht passiert hatten. So erreichten denn nur etwa 55% aller Gestarteten überhaupt das Ziel.

Niggi