

Marathon und Halbmarathon auf der 400 m-Laufbahn in der Hatzfeldtallee

Ein Marathon- oder Halbmarathonlauf wird üblicherweise auf der Straße, manchmal auch Waldwegen und für ganz Verwegene auch über "Stock und Stein" gelaufen. Es geht aber auch anders!

Die Leichtathletikabteilung des VfL Tegel organisierte am 7. März einen Lauf auf der 400 m-Laufbahn über die oben genannten Distanzen.

52 $\frac{3}{4}$ Runden ergeben exakt 21,1 km und 105 $\frac{1}{2}$ Runden sind dann 42,2 km.

Insgesamt 24 Läuferinnen und Läufer hatten sich angemeldet, von denen dann auch 20 starteten. Wie im Frühling so üblich, war es am Morgen noch ziemlich frisch mit minus 1 Grad Celsius, aber der strahlendblaue Himmel sorgte für rasche Erwärmung auf bis zu 16 Grad. Da es praktisch windstill war, stellten sich bald zufriedene Mienen ein.

Der Start erfolgte um 9 Uhr und jede bzw. jeder musste seine zurückgelegten Runden selbst zählen. Zum Glück unterstützen dabei die modernen Laufuhren und Smartphones über GPS-Messung, es gab aber durchaus auch Läufer, die lieber per "Fingerzählung" und sogar mit Hilfe von biologischen Hilfsmitteln (Walnüsse!! oder Schokoladestückchen) ihre Runden zählten.

Es gibt mehrere große Vorteile eines Laufes auf der 400 m-Laufbahn: man kann sich nicht verlaufen, alle 400 m gibt es einen (immer denselben!) Verpflegungspunkt, geselliges Laufen (man trifft sich immer wieder), auch bei der Bekleidungsfrage ist es günstig, denn abgelegte Kleidungsstücke können nach dem Wettbewerb leicht wieder eingesammelt werden.

Dem steht ein großer Nachteil gegenüber: die vielen, vielen Runden, die zur vorzeitigen Aufgabe verführen könnten!

Zugegeben: ein Bahnlauf über diese Distanzen ist nur etwas für psychologisch starke Naturen. Und tatsächlich waren es auch Läuferinnen und Läufer, die sich aus vielen anderen Langstreckenwettbewerben kannten und während des Rennens so viel "Quasselstoff" hatten, um die Stunden unterhaltsam zu verbringen. Für die meisten war es eher ein schneller Trainingslauf mit geringem Wettkampfcharakter.

3 Läuferinnen und 4 Läufer eroberten sich die Halbmarathon-Medaille, weitere 4 Läuferinnen und 8 Läufer waren auf der Marathondistanz unterwegs und hatten in Summe 1635 abgspult.

Alle Ergebnisse können <https://my.raceresult.com/377782/> gelesen werden und zugehörige Urkunden ausgedruckt werden.



Autor: Karl Mascher