

29-Stunden-Lauf in Zehdenick am 15. und 16. Juni

Heißes Sommerwetter und eine anspruchsvolle 1,2-km-Runde, die möglichst oft gelaufen werden soll, garniert pro Runde durch 6 Stufen und 10 Meter Höhenunterschied, lockten 35 Einzelläufer/innen und 9 Staffeln in das Zentrum von Zehdenick.

Die Organisatoren um Saskia und Volker Barth hatten nun schon zum 10. Mal eine interessante Laufveranstaltung auf die Beine gestellt. Viele lokale Sponsoren, die Stadtverwaltung und die Stadtwerke ermöglichten, dass nur die Einzelläufer ein (sehr geringes) Startgeld bezahlen mussten. Staffeln, Kindergruppen usw. starteten kostenlos und erhielten für ihre Leistungen trotzdem schöne und wertvolle Preise!



Bereits am Freitag hatte ein Vorauskommando, gebildet aus dem Quartett Ingo, Udo, Paul und Karl unser Partyzelt aufgestellt und den Bereich darum herum großzügig mit Flatterband abgegrenzt. So konnten wir uns am Samstag dann gemütlich ausbreiten und Tische und Gartenstühle in ausreichender Zahl aufstellen.

Einzelläufer - in unserem Fall Paul Müller und Karl Mascher - durften beliebig viele und lange Pausen einlegen und mussten auch nicht "bis zum bitteren Ende" durchlaufen. Staffeln durften aus beliebig vielen Startern gebildet werden – einzige Voraussetzung war: der Staffelstab musste immer "in Bewegung" bleiben.

Die VfL-Staffel wurde aus unseren Nordic Walkern (nur ohne Stöcke, denn diese waren hier nicht erlaubt) und einigen Läufer/innen gebildet: Ingrid Lohan, Ellen und Hans Menger, Karla Vetter, Sonja Krüger, Karin Fürst und deren Tochter Andrea, Claudia Hausendorf, Anette Stumpf, Annemarie Mascher, Martina Türk und Teamleiter Ingo Balke bildeten die "Stamm-Mannschaft", die überraschenderweise und kurzzeitig durch Hartmut Roloff und Thomas Bolm verstärkt wurde.

Der Start für die Staffeln und Einzelläufer erfolgte um 10 Uhr am Vormittag und es war bereits "brüllend" heiß und ziemlich schwül. Tagsüber erreichten wir locker 30 Grad. Am Samstagnachmittag zogen dicke, schwere Wolken auf und kündigten das versprochene Gewitter an. Blitz und Donner kamen dazu, aber leider blieben die versprochene Dusche und die Abkühlung aus. Am Sonntag war es nicht mehr ganz so heiß mit 27 Grad und wieder sehr sonnig.



Paul konnte leider sein bekanntes Problem nicht überwinden - Wasser oder andere Getränke kann er bei langen Laufwettbewerben meist nicht in seinem Magen behalten und befördert sie umgehend auf gleichem Weg wieder hinaus, was aber bei den extremen Temperaturen absolut "tödlich" ist. So musste er trotz langer Ruhepause (und der Hoffnung, dass sich dabei sein Magen

wieder beruhigt und "mitspielt") bereits nach 40 gelaufenen Kilometer aufgeben!

Auch Karl hatte anfänglich ebenfalls erhebliche Probleme mit der Temperatur und konnte das angepeilte Tempo von ca. 6 Minuten/km nur etwa 60 km halten, immer wieder abwechselnd durch ausgiebige Trink-, Essen- und Toilettenpausen unterbrochen. Die nächsten 50 Runden spulte er dann in einem Mix aus Laufen und Gehen ab, daran anschließend war über viele, viele Stunden nur noch Gehen möglich.

Unsere Staffel hatte die 29 Stunden grob in 3 Blöcke aufgeteilt, damit nicht alle die komplette Zeit in Zehdenick verbringen mussten. Allerdings gab es einige Superharte (Ingrid, Annemarie und Ingo), die 29 Stunden ausharrten und immer wieder zum Einsatz kamen. Die einzige Regel, die konsequent durchgehalten wurde: nach jeder Runde (also 1,2 km) wurde gewechselt. Große Überraschung auch: es gab in unserer Staffel immer wieder "laufende Walker!" Das hat mich (Karl) als Läufer sehr gefreut!



Hartmut und Monika Roloff tauchten am Samstagnachmittag ganz überraschend auf und spontan wurde Hartmut für 3 Runden "zwangsverpflichtet". Am Sonntag erschienen dann Thomas und Beatrix Bolm. Auch Thomas ließ es sich nicht nehmen, ebenfalls 2 Runden für das Staffelteam zu laufen. Vielen, vielen Dank ganz besonders an Thomas! Und so war es

am Ende auch nicht verwunderlich, dass die von Ingo errechnete Rundenzahl für die Staffel DEUTLICH überschritten wurde: 178 Runden ergaben 213,6 km und den 9. (allerdings auch letzten) Gesamtplatz. Alle anderen Staffeln bestanden aus schnellen Läufern und waren mit teilweise deutlich größeren Mitgliederzahlen angetreten. Und sie waren im Schnitt auch noch erheblich jünger. Wir brauchten uns also nicht zu grämen und konnten uns gegenseitig auf die Schultern klopfen.

Karl kämpfte die letzten Stunden gegen Müdigkeit, schwankenden Kreislauf und schmerzende Füße. Während der Nacht hatte er sich auf den 2. Gesamtplatz vorgearbeitet. Der Führende war deutlich jünger, weit enteilt und unerreichbar. Aber hinter ihm gab es einen Läufer, der immer näher rückte und sich von Rang 6 bis auf den 3. Platz heranarbeitete und den er nur mit äußerster Willensstärke hinter sich lassen konnte. Und das lustige daran: sein Verfolger Patrick Ross war vor vielen, vielen Jahren ebenfalls Mitglied in unserer Abteilung gewesen! Karls Endergebnis: 139 Runden und damit 166,8 km, 2. Gesamtplatz und ein ziemlich großer Pokal. Bei der Siegerehrung wurde unser Zelt ganz besonders erwähnt, denn Andrea hatte zum Beginn der Nacht für eine aufwändige und stimmungsvolle Beleuchtung gesorgt, die auch von vielen Teilnehmer/innen mit freundlichen Worten gelobt wurde.



Nach der Veranstaltung waren wir einhellig der Meinung: es hat sehr, sehr viel Spaß gemacht und unsere Truppe noch weiter zusammengeschweißt. Wer weiß: vielleicht gibt es für uns wieder einmal eine Wiederholung!

Karl Mascher

