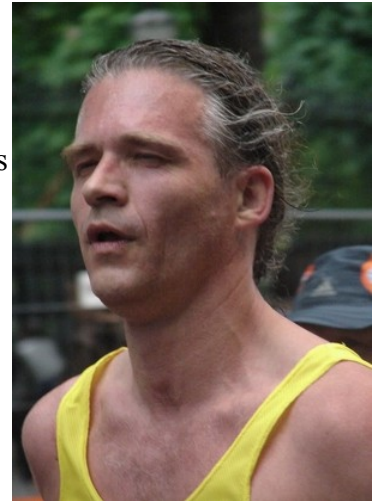


Wien City Marathon 29.4.2007
Gottfrieds Staffellauf B und D

Endlich sind alle 7, die für die Staffelstrecke B eingeteilt sind da. Es ist 9:15. Wir steigen in die Strassenbahn am Friedrich Engels Platz, bis zum Schottenring haben wir keine Probleme mit den Absperrungen. Weiter geht es mit der U4 bis zur Haltestelle Schönbrunn zur 1.Übergabestelle. Dicht gedrängt stehen die Staffelläufer in ihrem zugewiesenen Nummern-Bereich auf dem Gehsteig. Die Ordnungskräfte haben Mühe, die Laufstrecke freizuhalten, jeder drängt nach vorne und will sehen, ob sein A-Läufer schon angelaufen kommt. "Bitte auf dem Gehsteig bleiben, halten Sie die Laufstrecke frei, passen Sie auf mit Ihrer Fahne".



Damit sind wir gemeint. Unsere Multiracing-Fahne ist nicht zu übersehen, 3,5m hoch und trotzdem mit einer Hand zu halten, ideal um bei der Staffelübergabe (einmal kurz abklatschen) gefunden zu werden. "I stäh do bei dea Fahnä wo Muidiräsing draf steh duad", die kleine Frau dicht neben uns gibt ihren Standort per Handy durch. Soll uns recht sein, an den zwei weiteren Übergabestellen haben wir auch Fahnen plaziert, da steht allerdings dann "Muididäst" drauf. Das Feld der Läufer wird dichter, jetzt wird es langsam ernst für uns. Da tauchen auch schon unsere ersten Marathonläufer auf. Wir sind bei Kilometer 16, die Jungs haben nicht einmal 90min für diese Strecke gebraucht "Bravo, Super weiter so" wir feuern sie an, noch lachen sie, hoffentlich halten sie durch. Ob sie ihr Tempo richtig eingeschätzt haben, wird sich erst nach 30km zeigen, da wird's dann meistens hart. Jetzt ist auch schon Stefan, unser erster Staffelläufer da, Thomas übernimmt die nächsten 6km, "viel Glück" und schon ist er weg. Ich muss aufpassen, dass ich den Zeller Hans nicht übersehe. Er wollte unbedingt die 16km Startstrecke übernehmen, damit er dann die 21km Halbmarathon durchlaufen kann. Oh, da ist er ja schon, unglaublich, so kurz hinter Stefan hätte ich ihn nicht erwartet.

Die ersten zehn Minuten locker einlaufen und dann langsam schneller werden, wäre mein Plan gewesen. Hat sich was, ich versuch mit dem Hans Schritt zu halten, OK dann eben Plan B. Die Geschwindigkeit ist grad mal so, dass ich noch einigermaßen Luft habe, um mich mit ihm zu unterhalten. "Unruhig ist es", sagt er, "und schwer den eigenen Rythmus zu laufen". Bei 25.000 LäuferInnen ist das auch kein Wunder. Rekordbeteiligung beim VCM und wir mittendrin. Das Feld der Marathonläufer würde sich auseinanderziehen, ein jeder in gleichschnellen Läufergruppen seinen Platz finden, wenn die Staffelläufer nicht wären. Nach der ersten Etappe von 16km kommen frische Staffelläufer, die "nur" 6km vor sich haben. Sie können eine höhere Geschwindigkeit riskieren als die Marathonis. Ebenso gibt es "langsamere" Staffelläufer, die halt nicht mehr als 6km schaffen, aber so die Gelegenheit haben auch dabei zu sein. Es ist ein ständiges "Überholen und überholt werden". Auf den vierspurigen Strassen findet man leichter eine Lücke zwischen den Grüppchen die sich gemeinsam "ihren" Marathon erlaufen, doch manchmal wird es eng, dann muss man links oder rechts rauf auf den Gehsteig, wieder runter, aufpassen bei den Strassenbahnschienen und ja keinen rempeln.

Er ist ein alter Hase, der Zeller Hans, aber Haken schlagen mag er nicht, jaja mit "66 Jahren". Ich bleib an ihm dran so gut es geht, das zieht einen, das "Miteinander Laufen", mal ist er vorne, mal ich. Auf einmal entdeck ich Thomas zwischen all den Läufern. "Thomas, Thomas" brüll ich so laut es geht. Die Dame neben mir macht einen Satz zur Seite. Soll ich mit Thomas mitlaufen? Nein, ich muss noch einige km absolvieren, hab mich gut eingelaufen, bissl schneller wär jetzt recht. Es geht leicht bergab, ich versuch den Schritt etwas weiter zu machen, länger in der Luft zu bleiben, den Schwung aus den Armen mitzunehmen. Macht so richtig Spass. Nur nicht übermütig werden. "Hallo Gottfried" hör ich jemanden rufen. Bin ich schon an der

Übergabestelle? Nein kann gar nicht sein. Oh da sind Franz, Renate und Andrea am Strassenrand und winken mir zu. Tolles Gefühl, wenn man so angefeuert wird. Schon bin ich an ihnen vorbei. Nun müsste Übergabestelle 2 aber langsam in Sicht kommen. Die Allee ist ziemlich breit, wo ist die blaue Multitest-Fahne links oder rechts? Ah ja, da am linken Rand, ist nicht zu übersehen. Kaum ist das Ziel in Sichtweite, wird man automatisch schneller. Da ist der Leinenbach Ted. Ein kurzer Handschlag, dann ist er auch schon unterwegs. Das letzte Stück bin ich doch etwas ausser Atem gekommen.

Mit rotem Kopf drück ich mich durch die dichte Zuschauermenge zum offiziellen Stand, an dem die grossen hellblauen Beutel für die Staffelläufer ausgegeben werden. "Gratulation" sagt das Mädchen, wahrscheinlich zum 999. Mal und überreicht mir freundlich lächelnd mein Marathongeschenk. Ich nehme mir das Mineralwasser und die Banane heraus und gebe ihr den Beutel wieder zurück. Verdutzt schaut sie mich an, weil ihre automatische Beutelausgaberroutine so abrupt unterbrochen wurde. Ich dreh mich um und lass sie stehen, für Erklärungen habe ich keine Zeit.

Gestern Abend, als ich beim Fieglmüller den anderen bei ihren Riesenschnitzeln geholfen hatte, wusste ich auch noch nicht, was mich erwartete. Später im Prater beim Eisessen und dann bei Mondschein am Stephansdom beim Kaffee und einer ordentlichen Portion Sachertorte war ich immer noch der Meinung, nur die 11km Zieleinlauf absolvieren zu müssen. Bei dieser Distanz wären die kulinarischen Attraktionen Wiens am Vorabend auch kein Problem gewesen. Aber wenn man mit 7 Staffeln mit je 4 Läufern antritt, kann es eben leicht zu Ausfällen kommen, was mir zusätzlich die 6km Staffeltrecke bescherte. Diese hatte ich jetzt hinter mir, nun musste ich so schnell wie möglich zur Übergabestelle 3 kommen.

Also los. Halt! Wo ist die U-Bahnstation? Bis jetzt war ich nur zusammen mit den anderen Multiracern in Wien unterwegs, da hatte ich solche Probleme nicht. Na toll, Gottfried allein in Wien. Ich frag den nächstbesten. "Nein, genau in der anderen Richtung". Auf geht's. Die Zuschauer sind zu dicht gedrängt, auf dem Gehsteig würde es zu lange dauern. Ich versuch's in Richtung Laufstrecke. "Entschuldigung bitte, ich muss da durch". Auf einmal geht nichts mehr. Eine beliebte Mama streckt mir entschlossen ihren verlängerten Rücken entgegen. Sie weicht keinen Zentimeter und hat auch überhaupt keine Zeit mich eines Blickes zu würdigen, da sie ihrer Tochter helfen muss, den Computer-Chip am Schuh einzufädeln. "Kruzifünferl" es hilft nichts, ich quetsch mich vorbei. Schon bin ich auf der Laufstrecke und nehm die Beine in die Hand. Einer der Gründe warum man läuft ist immer noch, nicht mit einer wütenden Mutter diskutieren zu müssen.

Da ist die U-Bahnstation, runter geht's mit der Rolltreppe. Zeit für einen Bissen Banane und einen Schluck Wasser. Das kleine DIN A5 Multiracing-Infoheft ist jetzt eine grosse Hilfe. Ich habe es mir zwischen die zwei Startnummern gehängt, die ich übereinander am Laufhemd befestigt habe. Es enthält die Strassen- und U-Bahnpläne mit den markierten Übergabestellen. U2 bis zum Volkstheater und dann U3 Richtung Simmering, "I wui wida ham, vui mi do so alan". Brauch ich jetzt eigentlich eine Fahrkarte, oder sind Läufer heute frei? Auf der VCM-Web gab's darüber keine Info. Wegen €1,50 überleg ich nicht lange. Ich habe einen €5.- Schein dabei. Wieso kapiert man Gebrauchsanleitungen eigentlich nie, wenn man nur 10sec. Zeit zum Lesen hat? Steck ich den Schein halt einfach mal irgendwo rein. Der Automat weigert sich erfolgreich. Der gleiche Automat daneben hat Mitleid. Jetzt habe ich in der linken Hand eine halbe Banane, das Wechselgeld und das Ticket - in der rechten Hand die Wasserflasche und das Infoheft. Jetzt bloss nichts verlieren. Zeit zum wegstecken habe ich auch nicht, da ich in der Menge einige D-Läufer entdeckt habe, an die ich mich unbedingt dranhängen muss. "T'schuldigung kennt ihr euch aus?" Super, soweit passt's. Während ich hinter ihnen hermarschiere, kommt mir die Idee das U-Bahnticket in einer Socke zu verstauen. Ich bück mich, da plätschert auf einmal neben mir Wasser von irgendwoher. Ach Mist, ich habe vergessen die Wasserflasche wieder zuzudrehen.

Egal, wo sind die anderen? Schnell ihnen nach, runter mit der Rolltreppe und rein in die U-Bahn. Bis zur Station "Schlachthausgasse" ist ein wenig Zeit zum Verschnaufen.

Dort angekommen wird es ziemlich eng auf den Treppen nach draussen. Die anderen bleiben etwas zurück. Ich schau auf die Uhr, das könnte knapp werden, der Ted ist trotz Verletzung nicht zu unterschätzen. Ich wünsch den anderen noch alles Gute und drück mich dann durch den Menschenstrom zum Ausgang. Draussen fang ich zu joggen an, die Oberschenkel sind ein bisschen hart geworden, leichte Bewegung schadet jetzt nicht. Automatisch nehme ich die Richtung, in die alle gehen, bis ich merke, dass einer den anderen fragt, wo es hier denn zur Übergabestelle 3 geht. Lieber mal im Multiracing-Infoheft nachschauen. Es ist schon ziemlich ramponiert, klitschnass vom Schweiss und arg zerfleddert, aber es erfüllt seinen Zweck. Da vorn, das müsste die Stadionbrücke sein, locker weiterjoggen dann klappt's. Halt, was ist denn jetzt los? Wieso bleiben alle stehen Was soll denn das? Ach so eine rote Fussgängerampel! Drüben steht ein Gendarm an der Umleitung "Wegen Marathon gesperrt" und wacht mit Adlerauge über seine Verkehrskreuzung. "Weisst du wo die Übergabestelle 3 ist?" fragt mich ein ortsunkundiger Einheimischer, stolzer Besitzer einer D-Staffelnummer. "So ungefähr" ist meine Antwort und da die Ampel auf Grün springt, laufen wir zur anderen Strassenseite, wo uns der diensthabende Verkehrs-Kreuzungs-Meister Auskunft erteilen muss. Gemeinsam joggen wir unserem Etappenziel entgegen. Mein neuester Laufkollege ist das erste Mal dabei, ich erzähl ihm von Multiracing und wie toll es schon 2004 in Wien war.

Alles ist gut, bis ich das Schild mit KM36 sehe. Wieso KM36? Die Übergabestelle müsste doch vor KM31 sein. Ach so, ist ja logisch, hier kreuzen sich die Meiereistrasse und die Hauptallee. Die Strecke ist in zwei Schleifen verlegt. Einmal die Meiereistrasse rauf, einmal runter, dann die Hauptallee runter und wieder rauf, alles klar. Nein, nichts ist klar. Ich seh nur Läufer, die nach links nach rechts nach vorn und zurücklaufen. Also wieder durchfragen. Erst der vierte Schlachtenbummler versteht, was wir eigentlich wollen und deutet auf eine Menschenmenge neben der Strasse, aus der vereinzelt D-Läufer auftauchen. Wir drängen uns durch die Zuschauer, wünschen uns gegenseitig viel Glück und suchen ein jeder seine Staffeltruppe. Die Staffelübergabestelle 3 wurde seitlich, parallel neben die Strasse, hinter eine Hecke verlegt, um die Marathonläufer nicht zu beeinträchtigen. Bei der ersten Übergabestelle hatten die Ordnungskräfte alle Hände voll zu tun, um die Laufstrecke frei zu halten. Hier gibt es überhaupt keine Ordnungskräfte. Das Ergebnis ist, dass nur ein schmaler Kanal frei bleibt, gerade gross genug, um einen Läufer oder eine Läuferin durchzulassen. Es ist ein tolles Getümmel, aber die grosse blaue Multitestfahne, die da aus der Menge ragt, gibt mir das unvergleichliche Gefühl, meine persönliche "Wien-Orientierungs-Staffel-Etappe" erfolgreich gemeistert zu haben.

Ted ist noch nicht da. Zeit um etwas Wasser zu trinken. Meine Wasserflasche ist bereits leer, aber die anderen geben mir gern etwas ab. Wer viel trinkt, muss auch mal müssen. Hm, vielleicht ist der Moment jetzt besser als dann unterm Laufen. Wo ist denn die nächstbeste Gelegenheit. Nichts in der näheren Umgebung und Ted könnte jeden Moment da sein. Ach was soll's, erstens schaut eh niemand und dann ist es nach dem neuesten Knigge eigentlich eh nur wichtig, dass richtig ist, was man selbstbewusst macht. Also stell ich mich ungeniert an die Hecke und versuch den Druck etwas runter zu regulieren, da auf der anderen Seite der Hecke die Marathonis vorbei laufen. Kaum steh ich da, bin ich schon nicht mehr alleine. Aha, die Jungs haben auch den neuesten Knigge gelesen.

Erleichtert dreh ich mich um. Ein C-Läufer irrt laut schreiend durch die Menge. "Martin, Martin, verdammt das gibt es doch nicht. Wo ist denn der Martin?" Diese Staffel hat ganz sicher nicht solche 3,5m hohen Fahnen wie wir. Von der anderen Seite erscheint einer, der die gleiche Staffelnummer hat wie der, der Martin sucht. "Bist du der Martin, dann hau bloss ab, da sucht dich einer." Martin lässt sich das nicht zweimal sagen und startet los auf die 11km Ziel-Etappe. Sein Vorläufer irrt weiter suchend durch die Wartenden. Sowas kann unseren Multiracern nicht passieren und da ist der Ted auch schon da.

Jetzt bin ich wieder dran. Ich laufe los und um etwas Platz auf der schmalen Laufstrecke zu bekommen, mache ich Schwimmbewegungen. Manche gehen einen Schritt zur Seite bei den anderen kann ich noch Schwung holen und dann bin ich auf der Hauptallee und habe freie Bahn. Zwei km lang ist die Schleife auf der vierspurigen Strasse. Es sind mächtige Lautsprecherboxen am Rand aufgebaut. Toll, sie spielen Disco-Klassiker. Bei einer anderen Laufveranstaltung habe ich mal erlebt, wie eine Band Jazz neben der Strecke spielte. Vielleicht versteh ich zuwenig davon, aber beim Laufen unrhythmisches Saxophongejammer um die Ohren gehaut zu bekommen, wenn man schon genug von den schweren Beinen gequält wird, ist eine Aufmunterung der negativen Art. "Gottfried hates Jazz", wenigsten beim Laufen. Das hier ist allerdings die Musik, die den Rhythmus direkt von den Ohren in die Beine schickt. Jetzt heisst es aufpassen, nur nicht zu schnell werden. Zu spät, die Beine federn wie von selbst im Takt, die Laufschriffe werden weiter und höher. So zu springen werde ich später sicher wieder bereuen, aber jetzt ist halt einfach jetzt.

Je weiter ich von den Musikboxen weg bin, je leiser der Bass wird, desto langsamer werde ich wieder. Ich muss nachschnaufen, das ist kein Tempo, das ich lange durchhalten kann. Ich habe noch gute 9km vor mir, ich sollte mehr darauf achten konstant zu laufen. Am Ende der Hauptallee geht es rund um ein Gebäude herum. Der Streckenposten mustert mich argwöhnisch. Die Matte über die ich laufe, hat meine zwei Chips in den Schnürsenkeln registriert, was ihm anzeigt, dass ich zwei Personen bin. Schon bin ich wieder auf dem Weg die Hauptallee zurück. Kaum bin ich in Hörweite der Boxen, ist mein guter Vorsatz auch schon vergessen und ich lass mich wieder von der Musik antreiben.

Da vorne ist eine Versorgungsstation. Viele nutzen die Möglichkeit um etwas zu trinken und sich ein Banane zu schnappen. Ich springe auf einzelne weggeworfenen Plastikbecher, das gibt so ein nettes schrappendes Geräusch. Auch die Bananenschalen werden einfach weggeworfen. Die Strasse ist übersät damit. Irgendwie absurd, wenn man an den Witz mit der einzelnen Bananenschale denkt. Die vorderen Läufer werden damit wahrscheinlich keine Probleme gehabt haben. Vielleicht sollte man einen Bananenschalen/Marathonzeit Faktor einführen, so nach dem Motto: "Sag mir wieviel Bananenschalen auf deiner Laufstrecke lagen und ich sag dir wie lange du gebraucht hast."

Spanische Gitarrenklänge verjagen die seltsamen Gedanken. Eine Gitarrenspielerin sitzt am Strassenrand und singt, um uns anzufeuern. Das ist jetzt schon schade, dass man hier nicht einfach stehen bleiben und zuhören kann. Musik zum Laufen ist schon etwas Tolles, aber auf die Idee mit einem MP3-Player zu laufen, so wie der Läufer neben mir, bin ich noch nicht gekommen. "Was hörst du da?", frag ich ihn. Anscheinend nichts, weil ich keine Antwort bekomme. Probier ich's halt nochmal und beim drittenmal bekomme ich tatsächlich ein "Hä?" als Antwort. "Was hörst du da?", frag ich ihn, nachdem er sich den Ohrknopf herausgezogen hat. "Kylie Minogue", sagt er und steckt sich den Ohrknopf wieder rein, womit sich meine nächste Frage, ob ich denn mal Reinhören könnte, erübrigt hat.

Was soll's, es gibt auch so genug Abwechslung. Da ist z.B. der schlaksige Österreicher, der mich gerade locker überholt und mit seinen langen Armen die Zuschauermenge zu mehr Applaus animiert. Ich lauf ihm nach, weil ich wissen will, ob er Staffel- oder Marathonläufer ist. Er hat keinen Buchstaben in seiner Nummer, also läuft er die ganze Strecke. Respekt, wie locker er das angeht. Das ist kein Runners-High-Lächeln, dem macht es einfach nur Spass zu laufen und nebenbei noch ein paar lustige Sprüche loszuwerden. Wir kommen wieder in Hörweite einer Musikeinlage. Eine rüstige Rentnerband intoniert voller Inbrunst, als ob der Ambross selbst dabei wäre: "Weilst ah Herz host wia a Bergwerk, weilst der Wahnsinn bist für mi steh i auf di". Der lustige Läufer neben mir singt kräftig mit: "Weilst bei mir bleibst, wenn der beste Freund si schleicht". Ich fang auch an mitzusingen, aber da ist der Mitläufer auch schon weg. Meine Luft ist auch weg und den Text weiss ich auch nicht mehr weiter, also versuch ich meinem Niveau

entsprechend vernünftig zu laufen. Ich muss ja nicht immer total abgekämpft ins Ziel fallen, entspannt lächelnd und locker laufen ist eh besser.

Das da vor mir müsste die Operngasse sein. Nicht, dass ich mich auskennen würde, aber sie spielen Wiener Walzer, auch nicht schlecht. Das hat was, das gehört einfach dazu. Die Strasse ist eine breite Allee mit viel Platz und so schwing ich mich in den Rhythmus ein. Von links nach rechts, fast über die ganze Strassenbreite laufe ich hin und her. Irgendwann hat mir mal jemand etwas über die Ideallinie beim Laufen erklärt, ich habe immer noch keine Ahnung für was sowas gut sein soll, Schunkeln ist viel griabiga. Vor mir begleitet ein Radfahrer einen Läufer. Das ist eigentlich nicht erlaubt, aber hier auf den hinteren Plätzen geht es nicht mehr ganz so streng zu. Mal schaun ob er Spass versteht. Ich laufe hinter ihn, greife an seinen Gepäckträger und schiebe ihn ein Stück weit an. Er weiss überhaupt nicht was los ist. Ich laufe an ihm vorbei und grinse ihn an. Sein Gesichtsausdruck war die Mühe wert. Er schaut total verdattert, dann muss er auch lachen.

Na geht doch ganz gut, das entspannte Laufen. Auf einmal läuft einer an mir vorbei und ruft: "Auf geht's schneller!" Was will denn der jetzt von mir. Ach so, das ist der nette D-Läufer, der mit mir die Übergabe 3 gesucht hat. "Gemeinsam schaffen wir es" ruft er mit einer ansteckenden Begeisterung, "unter vier Stunden, das packen wir!" Ja und was wird jetzt aus meinem entspannten Lauf, aber irgendwo hat er ja recht, unter vier Stunden hat einfach seinen Reiz. Also nichts wie hinterher. Es dauert nicht lange, dann bin ich krebsrot im Gesicht und schnaufe wie eine Lokomotive kurz vorm Ausrangieren. Das geht nicht gut, schon kann ich mit ihm nicht mehr Schritt halten und falle zurück.

Ohne Laufkameraden, der einen zieht, muss ich mit meinem Schweinehund alleine fertig werden. "Komm schon Gottfried", sag ich zu mir selber, "das bisschen Schinden, es sind eh nur mehr zwei Kilometer." Tatsächlich bekomme ich wieder etwas Luft. Der Körper schickt mürrisch die letzten Reserven in die Beine. Unglaublich wie schwer und mühsam jetzt alles ist, das Laufen ist eine einzige Quälerei. Für was mach ich das eigentlich? Komm schon gleich hast du's. "Hallo, hallo, ja, super, toll". Unsere Multiracer stehen am Rand und feuern mich an. Ich kann's gebrauchen, bin total dankbar für die moralische Unterstützung und versuch in die Kamera zu lächeln. Hat sich was, das ist bestimmt wieder so ein Foto geworden, das jeden Hobbyläufer von solch einer Veranstaltung fernhält. Das glaubt mir dann wieder niemand, dass ich hier die meiste Zeit viel Spass hatte. Im Moment müsste ich lügen. Endlich kommt das Ziel in Sicht. Es ist wie ein Magnet. Die Sekunden dehnen sich, das ist dieses unbeschreibliche Gefühl, wenn man sich auf einen einzigen Punkt konzentriert. Aber halt, was ist das? Ein roter Luftballon liegt links seitlich vor dem Ziel. Eine letzte Kraftanstrengung, ich mache einen Schwenk nach links, kick den Luftballon in die Luft, laufe unter ihm durch, wieder zurück nach rechts. Ich habe keine Luft mehr, egal, die paar Meter Sprint gehen auch anaerob, je schneller je besser. ..und ..dann ...binichdurch.