

**I WANT TO RUN**  
**- Das härteste Rennen der Welt**

ein Film von Achim Michael Hasenberg  
Dokumentarfilm, Deutschland 2011, 89 Minuten

**Pressebetreuung**

mm filmpresse  
Schliemannstr. 5 | D-10437 Berlin  
Tel.: 030. 41 71 57 23  
Fax: 030. 41 71 57 25  
E-Mail: [info@mm-filmpresse.de](mailto:info@mm-filmpresse.de)  
Bilderdownload: [www.mm-filmpresse.de](http://www.mm-filmpresse.de)

**Verleih**

Zorro Film GmbH  
Astallerstr. 23 | 80339 München  
Tel.: 089. 452 352 90  
Fax: 089. 452 352 911  
E-Mail: [info@zorrofilm.de](mailto:info@zorrofilm.de)  
[www.zorrofilm.de](http://www.zorrofilm.de)

## - Synopsis -

Der Trans-Europalauf ist der härteste und längste Dauerlauf der Welt: 4.500 km von Südtalien bis zum Nordkap. Pro Tag 70 Kilometer in 64 Etappen ohne Pausentag. Übernachtet wird in Turnhallen, Kindergärten, Schwimmbädern. Jeder ist dabei allein mit sich, seinen Kräften und Ängsten. Während Lavendelfelder in Gebirgsschluchten übergehen, stellt sich heraus, wer mental am stärksten ist, seinen Körper unter Kontrolle hat und sich weder von Selbstzweifeln noch von kurzfristigem Erfolg verführen lässt. Zwischen Konkurrenz und Unterstützung entsteht in 64 Tagen eine Leidens- und Triumphgemeinschaft. Und doch zählt am Ende auch hier: wer erreicht das Ziel als erstes?

Regisseur Achim Michael Hasenberg begleitet 7 Extremläufer auf dieser Odyssee durch Europa und an die Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit. Der vormalige Gewinner Robert Wimmer, Profi-Läufer Achim Heukemes, ein Friseur aus Toulouse, ein an Multipler Sklerose erkrankter Familienvater, eine der schnellsten Ultra-Marathonläuferinnen der Welt, eine Hausfrau aus Tokio und zwei schwedische Offiziere – sie alle vereint ein starker Wille, die Leidenschaft für das Laufen und unbeugsame Disziplin. Gemeinsam gehen sie an die Grenzen des Menschenmöglichen. „I Want To Run“ dokumentiert ihren langen, manchmal harten, oft energischen, aber immer bereichernden Weg zum Ziel.

## - Die Protagonisten -

Achim Heukemes

Der Ex-Kaufmann, Ex-Trucker und Ex-Motorradfahrer (in dieser Reihenfolge!) hat sich erst relativ spät für eine Profi-Karriere als Läufer entschieden. Er ist jetzt 60 Jahre alt. Als einziger der Protagonisten hat er bisher nahezu alle Kontinente durchlaufen, nur Asien und die Antarktis fehlen in seiner Sammlung. 2011 durchquerte er die USA gleich zwei Mal – von Ost nach West mit dem Fahrrad, zurück zu Fuß. Er gilt als schnellster Läufer, d.h. er legt pro Tag die längste Strecke zurück. Weil beim Europalauf aber auch auf Geschwindigkeit gesetzt wird und die Etappen vergleichsweise kurz waren, brach er zunehmend ein und beendete den Lauf auf dem 13. Platz.

Stéphane Péliissier

Der französische Friseur lebt in einem Dorf bei Toulouse, ist mit einer Malerin verheiratet und leidenschaftlicher dreifacher Familienvater. Nach dem Europalauf 2009 wurde bei ihm eine durch das Laufen verursachte Verknöcherung diagnostiziert und er konnte lange Zeit nicht mehr aktiv Sport treiben. Stéphane sieht sich allerdings als Abenteurer und wird auch beim nächsten Europalauf 2012 dabei sein.

Elke Streicher

Die Stuttgarterin hat mit ca. 30 Jahren mit dem Laufen angefangen. Sie galt zu Zeiten des Europalaufs 2009 als eine der schnellsten Frauen weltweit und belegte den zweiten Platz bei den Damen. Sie war viele Jahre als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität Stuttgart im Bereich Solarforschung beschäftigt, ist inzwischen promoviert und lebt und arbeitet heute in Abu Dhabi.

Joachim Hauser

Der Vater von zwei Töchtern ist mit einer Heilpraktikerin verheiratet, lebt in der Nähe von Tübingen und leidet seit über 15 Jahren an Multipler Sklerose. Den Europalauf bewältigte er streckenweise hinkend und hauptsächlich durch enorme psychische Willenskraft. Immer wieder wurde er von seiner Krankheit gebremst. Seiner Krankheit, zu deren Symptomen auch Muskelschwund gehört, setzt er ganz bewusst das Laufen entgegen. Derzeit läuft der Lagerist nur noch Strecken unter 10 Kilometern.

Robert Wimmer

Der Augenoptikermeister aus Nürnberg ist verheiratet und hat zwei Kinder. Er ist der Gewinner des Europalaufs 2003 und belegte 2009 den vierten Platz. Sein großer Traum ist ein Lauf um die Welt. Robert Wimmer ist Filialleiter bei einer kleinen Optiker-Kette. Er läuft täglich zu seinem Arbeitsplatz und wieder zurück nach Hause. Für ihn ist das Laufen also nicht nur Leidenschaft, sondern auch ganz praktisch in den Alltag integriert.

Er wird auch 2012 wieder am Europalauf teilnehmen.

Hiroko Okiyama

„I want to run“ - das sagt Hiroko, den Tränen nahe, nach ihrem Ausscheiden kurz vor dem Ziel. Die Japanerin lief bis dahin unglaublich schnell und war immer weit vorn in der Gesamtwertung, verletzte sich jedoch und wurde wegen einer zu langsamen Tagesgeschwindigkeit disqualifiziert. Hiroko ist verheiratet, lebt in Tokio und ist Hausfrau und Schwimmlehrerin für Kinder. Seit nimmt bis heute regelmäßig an Marathonläufen in der ganzen Welt teil.

Andreas Falk und Mattias Bramstäng

Die beiden schwedischen Offiziere wurden von der Armee zum Europalauf beordert und das mit der Auflage, sich nie voneinander zu trennen. Es stellte sich jedoch heraus, dass beide sehr unterschiedliche Läuferqualitäten haben. Zu allem Überfluss verletzte sich Andreas sehr früh. Dennoch kamen beide - durch die Fürsorge von Mattias und ihren Zusammenhalt - gemeinsam ins Ziel.

### **- Der Trans-Europalauf 2009 -**

Der Startschuss fiel am 19.4. in Bari (Italien). Ins Ziel liefen die Sportler am 21.6. am Nordkap (Norwegen) nach ca. 4500 Kilometern und 64 Etappen. Damit ist der Trans-Europalauf das derzeit anspruchsvollste und härteste Läuferrennen weltweit. Die Etappenlänge liegt zwischen 44 und 97,2 Kilometern, im Schnitt bei 69,7 Kilometern täglich. Im Verlauf des Rennens gibt es keinen Ruhetag.

65 Teilnehmer hatten sich für das Rennen qualifiziert, davon 53 Männer und 12 Frauen, zwischen 28 und 69 Jahre alt und aus 11 Nationen. Erstmals fand der Trans-Europalauf 2003 von Lissabon nach Moskau statt. Der Wettbewerb wird regelmäßig im Abstand von sechs Jahren ausgetragen.

### **- Regiekommentar: Achim Michael Hasenberg -**

Nach einem Läufertreffen für den Trans-Europalauf im November 2008, bei dem ich mich mit mehreren Athleten unterhalten durfte, verstand ich, dass diese Menschen, egal ob Mann oder Frau, unglaublich stark sind, psychisch unglaublich stark. Und das interessiert mich mindestens genauso wie ihre sportliche Leistung: Wie stählen diese Menschen ihren Geist? Gerade durch diese Dauerstrapazen und das Leben fern vom gewohnten Alltag, von der Familie, besteht die Möglichkeit, besonders nah an den Mensch hinter dem Sportler heranzukommen – einen Austausch von großer Intensität zu ermöglichen. Viel intensiver als bei Vordrehen unter Alltagsbedingungen. Im Film beobachten wir unsere Protagonisten bei Höhenflügen und bei tiefen Krisen, bei Problemen mit der Gesundheit oder mit anderen Läufern. „I Want To Run“ ist weit mehr geworden als eine ambitionierte Sport-Reportage mit Hintergrund.

### **- Buch & Regie: Achim Michael Hasenberg -**

2004 hat Achim Michael Hasenberg sein Studium an der Hochschule der Medien in Stuttgart mit den Schwerpunkten Filmregie und Drehbuchentwicklung abgeschlossen. Seine Abschlussarbeit war der abendfüllende Spielfilm SHOTS, der auf mehreren in- und ausländischen Festivals gezeigt wurde.

Vor seinem Studium arbeitete er in Stuttgart am Theater als Regieassistent und inszenierte auch selbst mehrere Stücke. Ein Jahr arbeitete er als Produktions- und Regieassistent bei der Oscar-nominierten Dokumentarfilmproduktion CV Films in Berlin, bei der er auch einen eigenen Dokumentarfilm realisieren konnte. Es entstanden außerdem mehrere Kurzspielfilme, von denen die meisten ebenfalls auf internationalen Festivals gezeigt wurden (z.B. beim Festival du Court Métrage in Clermont-Ferrand). 2002 gründete Achim Michael Hasenberg gemeinsam mit Christoph Rose die Filmproduktionsfirma Filmband.

## - Kamera: Christoph Sebastian Rose -

Seit 2006 arbeitet Christoph Sebastian Rose als selbständiger Kameramann und Cutter für verschiedene Fernsehmagazinbeiträge sowie für Produktionen der eigenen Firma Filmband. Er studierte an der Hochschule der Medien in Stuttgart mit den Schwerpunkten Bildgestaltung und Film- und Videotechnik und unterrichtete dort anschließend zwei Jahre im Bereich Film- und Kameratechnik. In diese Zeit fallen auch die Arbeiten an dem Langspielfilm SHOTS und an einem Dokumentarfilm über den Zerfall der haitianischen Stadt Aquin. Dem schloss sich ein zweiteiliges Portrait über die Ausnahmeathleten Dagmar Großheim und Achim Heukemes an, die bei der ersten 10-fach-Ironman-Weltmeisterschaft teilnahmen und ein Jahr später den Rekord aufzustellen versuchten, Frankreich von Nord nach Süd in weniger als 12 Tagen zu durchlaufen.

### Interview mit dem Regisseur und dem Kameramann

*Was ist Ihr persönlicher Bezug zum Marathon-Laufen?*

Achim Michael Hasenberg: Ehrlich gesagt – keiner. Ich spiele Hockey. Da muss man auch viel laufen, aber das war es dann auch mit den Ähnlichkeiten. Gewissermaßen zur Recherche fing ich aber vor den Dreharbeiten mit dem Joggen an. Vielleicht ließe sich so besser erahnen, was diese Menschen antreibt, so viele Kilometer zu laufen. Am Anfang habe ich nicht mehr als bemitleidenswerte 10 Kilometer geschafft. Aber langsam konnte ich das Pensum steigern - und da hatte es mich: ich wollte jeden Tag ein wenig weiter kommen. Wenn man das logisch zu Ende denkt, läuft man irgendwann den ganzen Tag. Abzüglich der Zeit für Schlaf, Essenaufnahme und andere unaufschiebbare menschliche Bedürfnisse. Genau wie die Läufer beim Europalauf.

*Im Verlauf der 64 Tage des extremen Dauerlaufens erleben Sie die Protagonisten in ihren schwächsten, verzweifeltsten, aber auch glücklichsten Momenten. Was hat Sie dabei persönlich am meisten berührt und beeindruckt?*

Achim Michael Hasenberg: Dass jeder Läufer seine eigene Lebensphilosophie mitgebracht hat. Warum er an diesem Lauf teilnimmt, was er erreichen möchte und was es ihm bedeutet, so viele Kilometer zu bewältigen. Diese 64 Tage sind ja auch so etwas wie ein Mikrokosmos oder ein Mikroleben. Die Geburt war in Bari und das „Leben endete“ – ja, bedauerlicherweise – nicht bei jedem am Nordkap. Aber die Läufer haben sich über die lange, lange Zeit und die riesigen Distanzen hinweg verändert, teilweise stark – und nicht nur körperlich (sie haben natürlich alle einige Kilos abgenommen). Aber auch charakterlich hat sich da viel verändert – eben genauso wie im wirklichen Leben. Der Film trägt den Untertitel „Das härteste Rennen der Welt“ – den wir immer auch doppeldeutig verstanden. Auch als *Lebenslauf*.

Christoph Sebastian Rose: Mich beeindruckte am meisten, dass der spätere Sieger Rainer Koch am vorletzten Tag nach der 90-Kilometer Etappe noch 10 Kilometer auf einen Berg wanderte, um sich einen Stempel in seinem Wanderpass zu holen.

*Sport ist ja immer ein Drama – es geht um Sieg oder Niederlage. Was macht den Ultramarathon so besonders und so besonders spannend im Vergleich zu anderen (Extrem)Sportarten?*

Achim Michael Hasenberg: Dass es über ein – alle Sportler mögen mir das jetzt verzeihen – einfaches Ranking weit hinausgeht. Es gewinnt beim Europalauf eben nicht der- oder diejenige, die den durchtrainiertesten Körper hat. Sondern der Geist muss mindestens ebenso stark „trainiert“ sein. Der Lauf ist viel mehr eine psychische als eine physische Herausforderung, auch wenn das vor dem Hintergrund von 4.500 zu bewältigenden Kilometern ungläubwürdig klingt. Aber mit der eigenen Psyche kommt ein Gegner ins Spiel, der unberechenbar, stark launisch und erbarmungslos ist. Deshalb können weibliche Läuferinnen oder auch ein 60jähriger, mit zweifelsohne geringerer körperlicher Leistung als beispielsweise ein 26jähriger Mann, durchaus ernsthafte Gegner sein. Das hat mich unglaublich fasziniert. Bei welcher anderen Sportart gibt es so etwas?

*Zum Extrem-Marathon gehört nicht nur die Leistung, sondern auch die soziale Gemeinschaft, die sich im Lauf der Zeit bildet. Wie habt Ihr euch als Filmteam in diese Gemeinschaft eingefunden und wie wurdet Ihr auch von den anderen Läufern und Läuferinnen aufgenommen?*

Achim Michael Hasenberg: Sehr unterschiedlich. Es gab Läufer, die wollten diesen Lauf ganz für sich bewältigen und von den Filmjungs nichts wissen. Andere waren, während sie liefen, sehr offen und kommunikativ, als wir sie aber am Abend in der Halle auf ihrer ISO-Matte und mit ihren wenigen Habseligkeiten um sich herum filmen wollten, wiesen sie uns zurück. Auch wenn es seltsam klingt. Aber bei einem Lauf, bei dem jeder Tag und Nacht beobachtet werden kann, war diese kleine Parzelle in einer riesigen Halle mit über 70 Anderen ihre kleine Privatsphäre, in der sie von keiner Kamera behelligt werden wollten. Wir erkannten, dass etwas Privatsphäre täglich ähnlich wichtig für die Läufer war, wie die allabendliche körperliche Regeneration. Desto mehr möchten wir uns bei den Läufern bedanken, die uns über viele Tage Einblicke in ihr kleines Reich gewährten.

*Wie kam es zu dieser Auswahl der Protagonisten?*

Achim Michael Hasenberg: Abgesehen von Achim Heukemes, der von Anfang an feststand und auch eine sehr gute Wahl war, interessierte uns Elke Streicher sehr, die eine der schnellsten Europäerinnen im Langstreckenlauf war und schon mehrmals bei Wettkämpfen Siegerin in der Gesamtwertung wurde – teilweise Stunden vor dem ersten Mann ins Ziel kam. Und Joachim Hauser faszinierte uns, der mit einem besonders schweren Gegner beim Europalauf rechnen musste – der Multiplen Sklerose, an der er seit 15 Jahren leidet. Außerdem galt es natürlich den Titelverteidiger vom Europalauf 2003, Robert Wimmer, im Auge zu haben. Aber beispielsweise zu Stéphane oder auch Hiroko hat sich erst während des Laufes eine „Beziehung“ aufgebaut.

*Im Film spürt man sehr deutlich die psychologische Kriegsführung, die für jeden der Läufer im Kampf mit sich selbst, aber auch im Verhältnis zur Konkurrenz existentiell wichtig ist. Wie habt Ihr als Filmteam die Entwicklung dieser Psychologien erlebt und wie hat sich das auf Eure Arbeit ausgewirkt?*

Achim Michael Hasenberg: Kriegsführung möchte ich es vielleicht nicht nennen, aber es ist schon richtig: jeder hatte sich so seine Tricks und Bewältigungsstrategien zurecht gelegt. Andererseits waren dies auch verständlicherweise sehr eigene und intime Dinge, die man nicht unbedingt gerne vor einer laufenden Kamera erzählt. Umso glücklicher waren wir, als es uns vereinzelt doch gelang. Wichtig ist dabei natürlich, dass man eine Art freundschaftliche Beziehung aufbaut. Nur ist man als Filmer bei so einem Extremelauf, wo es nicht nur bis an die Grenze der eigenen Leistungs- und Belastungsfähigkeit, sondern immer darüber hinausgeht, immer eine zusätzliche Anstrengung. Man muss sich da zurücknehmen, auch wenn es wehtut, eine wichtige Episode dann nicht filmen zu können. Und natürlich verändern sich die Menschen bei so einem Lauf auch. Mancher hat sich bei der Vorbereitung gerne filmen lassen und hat uns dann während des Laufes strikt weitere Aufnahmen verboten. Auch das kam vor.

Christoph Sebastian Rose: Ich glaube, es war bei der ganz großen Mehrheit der „Krieg“ gegen sich selbst. Letztlich war es nur die Frage, woher nehmen die die Energie, ohne dass man ihnen abends eine Angespanntheit hätte ansehen können. Die Stimmung war eigentlich immer gut.

*Sport ist im medialen Alltag omnipräsent. Wie erklärt sich Ihrer Meinung nach dieses immense Interesse am Leistungssport?*

Achim Michael Hasenberg: Vielleicht ist Sport einfach etwas sehr Schönes, das fast immer ein Glücksgefühl im Zuschauer auslöst. Und da wir im Vergleich zu früher deutlich mehr Zeit haben und uns auch beruflich immer weniger bewegen, ist Sport der passende wie notwendige Ausgleich zu unserem (Büro-)Alltag.

Christoph Sebastian Rose: Ich glaube, es sind zwei Dinge. Einmal breitet sich unser allgemeines Leistungsdenken auch im Freizeitbereich aus. Warum „dürfen“ schon Grundschulkinder im Handballverein nicht mehr zum Spass spielen, sondern haben immer auch die Liga im Kopf? Das andere könnte ein Vakuum im Sinnbezug sein. Wo Menschen ihre archaischen Bedürfnisse nach Bewegung nicht mehr im Alltag umsetzen können, suchen sie

andere Ventile – und gehen von Zeit zu Zeit auch mal über das „gesunde Maß“ hinaus.

*Die Protagonisten kommen hauptsächlich aus einem normalen Lebensumfeld, gehen klassischen Berufen nach etc. Ihr Streben und ihre Ambition haben etwas sehr Bodenständiges, das man beim Zuschauen sofort auf sich selbst überträgt. Was nehmen Sie mit von der Erfahrung mit den Sportlern? Ist Ihr Leben sportlicher geworden?*

Achim Michael Hasenberg: Nein. Ich jogge auch nicht mehr. Ich glaube auch nicht, dass wir einen reinen Sportfilm gemacht haben. So wie ja auch die meisten nicht allein wegen des Sports an sich z.B. joggen gehen. Jeder hat da seine eigenen Gründe, Erwartungen und Ziele. Ich spiele gerne Hockey, weil ich so in angenehmer Gemeinschaft sein darf und gern draußen bin. Aber mir wurde durch die Läufer noch einmal deutlich vor Augen geführt, wie unterschiedlich wir Menschen in unseren Bedürfnissen sind. Und dass man möglicherweise viel mehr kann, als man zunächst vermutet. Wie es Achim Heukemes am Ende des Films wunderschön auf den Punkt bringt: man muss die Türen aufstoßen, die sich einem in den Weg stellen.

*Sind die Extremsportler für Sie so etwas wie Helden?*

Achim Michael Hasenberg: Natürlich waren die Läufer Helden für mich. Allein schon deshalb, weil sie 64 Nächte auf ISO-Matte an ISO-Matte liegend sich eine Sporthalle teilten. Christoph, unser Kameramann und Mitstreiter von mir, wollte das eine Nacht ausprobieren. Furchtbar war es. Eine schnarchende Kakophonie. Nach ein paar Stunden kam er geläutert zurück in den Kombi, in dem wir immer übernachteten.

*Vielleicht nur beim Extremsport wird sichtbar, mit welcher Disziplin Menschen selbstgesteckte Ziele verfolgen können, einfach nur, weil sie es schaffen wollen und dafür auch Verletzungen des eigenen Körpers in Kauf nehmen. Ist das wirklich Selbstdisziplin oder hat das nicht auch etwas Obsessives?*

Achim Michael Hasenberg: Obsessiv im Sinne einer intensiven Leidenschaft – ganz klar ja. Obsessiv als Zwangsvorstellung, die einen selbst zu Grunde richten kann – nicht ganz. Nicht vergessen werden sollte, dass die meisten Läufer während des Laufes unter ärztlicher Betreuung durch die UNI-Klinik Ulm standen, die einen mobilen Kernspintomografen mitführten. Dabei zeigte sich, dass der Körper bei den meisten seltsamerweise gar nicht so sehr litt. Es spielt sich eben wohl bei uns tatsächlich einiges im Kopf ab. Aber natürlich kann auch unser Wille so weit gebracht werden, dass Schmerzen komplett ausgeschaltet sind. Das gab es auch beim Europalauf, das mit einem Knochenbruch noch drei Tage weitergelaufen wurde.

Christoph Sebastian Rose: Es ist sicherlich eine Obsession. Das durchdringt den Alltag der Läufer. Die müssen ja jeden Tag neben der Arbeit mehrere Stunden trainieren. Das muss bei ihnen offensichtlich schon eine tiefe psychische Spannung lösen. Es muss einen subjektiven Sinn haben, nur zum Spaß macht das niemand und Preisgelder gibt es auch nicht. Vielleicht sind sie süchtig? Vielleicht ist es das, dass sie sich dabei im Einklang mit der Natur und damit in ein höheres Bewusstsein laufen?

## **- Protagonisten -**

Achim Heukemes  
Stéphane Pélissier  
Elke Streicher  
Joachim Hauser  
Robert Wimmer  
Hiroko Okiyama  
Andreas Falk  
Mattias Bramstång

**- Credits -**

Buch & Regie: Achim Michael Hasenberg  
Kamera: Christoph Sebastian Rose  
Kamera Frankreich: Pascal David  
DV-Kamera: Manfred Altenburg  
Schnitt: Andrea Neese, Achim Michael Hasenberg  
Musik: Nikodemus Gollnau, Bajofondo  
Sounddesign & Mischung: Takis Christos Sariannidis

„Das ist schon Wahnsinn.“  
Oliver Kahn

„Unfassbar!“  
Rudi Völler

„Diese Läufer leisten etwas, das fern jeder Vorstellungskraft liegt.“  
Boris Becker