

30. GutsMuths-Rennsteiglauf (zugleich Deutsche Ultramarathonmeisterschaft im Cross- und Landschaftslauf)

Bericht von Dietmar Knies ...

Allen Unkenrufen zum Trotz kann man nach der 30. Auflage mal wieder konstatieren: Der Rennsteig lebt! Vergessen sind die Querelen der siebziger Jahre, in denen die Existenz dieses Laufes lange Zeit an dem berühmten seidenen Faden hing, vergessen sind auch die zahlreichen Probleme, die die Wende für Organisatoren und Aktive gleichermaßen mit sich brachte. Mehr als 10.000 froh gestimmte Teilnehmer gingen, umsäumt von über 50.000 Zuschauern entlang der Strecke, in den drei Hauptläufen an den Start. Im Mittelpunkt des Interesses stand natürlich traditionsgemäß der ganz lange Kanten, mittlerweile Supermarathon genannt und heuer exakt 75,6 km lang. Und dort wurde Rennsteiglaufgeschichte geschrieben. Denn das, was einst weder einem Detlef Wegner bzw. einem Dietmar Knies oder später einem Burkhard Lennartz bzw. einem Thomas Sperling nicht vergönnt war, schaffte Dr. Thomas Miksch aus Kempten: erstmals in der 30-jährigen Geschichte gewann ein Läufer dreimal hintereinander die Königstrecke! Da war bei den Allgäuern, die extra mit einem gut gefüllten Fan-Bus angereist waren, der Jubel groß. Kurz vor dem Beerberg, dem höchsten Punkt der Strecke, hatte es allerdings noch nicht unbedingt nach diesem Triple ausgesehen, denn bis dort lag Helmut Schiessl, übrigens ebenfalls für Kempten startend, noch in Front. Doch dann kam die Zeit des Thomas Miksch, der auf seinen Dokortitel nur bedingt Wert legt. Ihm schienen plötzlich Flügel zu wachsen, denn am Ende hatte er fast vier Minuten Vorsprung vor seinem Vereinskameraden. "Ja, wir trainieren sehr oft zusammen, und da ist es eigentlich egal, wer vorn ist. Heut' war ich eben mal wieder der Bessere", machte der vierzigjährige Dreifachsieger seinen mehr als zehn Jahre jüngeren Kameraden ein dickes Kompliment. Seniorpartner vor Kronprinz also. Doch die Sympathie der zahlreichen Gratulanten (Ehefrau Esther, seine beiden Töchter und die Eltern waren die ersten) und Journalisten galten natürlich in erster Linie dem Sieger. Fast bescheiden wirkten seine Statements, und immer wieder klang seine Freude

über das Laufen an. "Ich bin in erster Linie ein Landschaftsläufer, und da kommt mir der Rennsteig natürlich sehr gelegen." Alkohol trinkt der praktizierende Chirurg, der auch schon mal morgens um vier Uhr den Weg zur Klinik im Laufschrift zurücklegt, nie, eine (Stopp-) Uhr kennt er nicht, und auch das Auto sei für ihn im Prinzip kein Thema. Und im Vorjahr hat er eigentlich auch nur gewonnen, weil sich sein slowenischer Kontrahent in Oberhof verlaufen hat. Aber so ganz schlecht kann der Kemptener Läufer ja nun wirklich nicht gewesen sein, denn auch der ultralaufere Belgier Jan van den Driessche mit einer 100 km-Bestzeit von weit unter 7 Stunden sah nur die Hacken der beiden Allgäuer und kam auf Rang drei ein. Zum Vergleich: Mikschs offizielle Bestzeit über 100 km steht gerade mal bei 7:28:40, doch derartige Zahlenspiele sagen eben nicht alles aus. "So ganz nebenbei" wurde - wie von zahlreichen Reportern erwähnt - Thomas Miksch gleichzeitig "Deutscher Ultramarathonmeister im Cross- und Landschaftslauf" und auch die Mannschaft seines Vereins gewann die (inoffizielle) Team-Wertung. Mit der Arzthelferin Isabella Bernhard aus Maxdorf war eine weitere Vertreterin der Mediziner ganz vorn, denn sie siegte unangefochten im Frauenwettbewerb über die gleiche Distanz. Und sie ist - mit Verlaub - mit 36 Jahren ebenfalls nicht mehr die allerjüngste. Mit sage und schreibe 23 Minuten Vorsprung kam sie dabei in Regionen, die bis dato eigentlich nur eine Birgit Lennartz vorweisen konnte. Die dreifache Mutter, die erst seit 1997 die Laufschuhe regelmäßig schnürt, verwies Julia Alter (Talheim) und die Berlinerin Dr. Bärbel Jacobi, die auch ein Jahr zuvor schon als Dritte einkam, auf die Plätze und verteidigte ihren 2001 in Schwäbisch-Gmünd errungenen DUV-Meistertitel mit Erfolg. Die im Klinikum in Mannheim tätige Arzthelferin hatte im Gegensatz zu den Männern unterwegs keine rechte Orientierung über die Platzierung und war schier aus dem Häuschen, als sie wenige Kilometer vor dem Ziel von ihrer führenden Position erfuhr.

Das Alter spielte überhaupt die dominierende Rolle beim Jubiläum-Rennsteiglauf. 43 Jahre auf dem Buckel

beispielsweise hat Lutz Wolf-ram, der fast sensationell die Marathon-Distanz gewann. Zu Beginn der neunziger Jahre vom bergigen Görlitz ins flache Hamburg gezogen, spielte er am Ende sein besseres Stehvermögen aus und verwies den Thüringer Steffen Pollack auf den Ehrenplatz. "Ich hatte zwar immer Tuchfühlung zur Spitze und war dennoch überrascht, wie leicht es mir am Ende fiel, an allen anderen vorbeizulaufen," erzählte der Außendienstmitarbeiter einer Versicherungsgesellschaft. "Mein Ziel war es nach vielen Jahren Rennsteiglauf-Abstinenz, unter die besten Zehn zu kommen" verriet er hinterher glücksstrahlend, "und am meisten freuen wird sich über den Sieg sicher mein Ferntrainer Heiko Schinkitz". Dieser ist hauptberuflich Trainer in Chemnitz und immerhin fünffacher Sieger eben dieses Rennsteig-Marathons.

Auch Tanja Semjonowa zählt mit ihren 42 Jahren schon zu den gestandenen Läuferinnen. Und doch verblüffte die Leichtigkeit, mit der sie der Konkurrent enteilte und ihrem Vorjahressieg nun einen weiteren Erfolg, jeweils vor der Erfurterin Kerstin Sprenger, hinzufügte. "Wenn ich in Form bin, sind die Berge kein Problem" sagte die Vielstarterin, die aus der Ukraine stammt, aber schon über ein Jahrzehnt in Leipzig sesshaft ist. Nachdem sie in ihrer Wahlheimatstadt schon zum dritten Mal in Folge den Leipzig-Marathon gewann, scheint sie sich nun auch auf dem Rennsteig zu profilieren.

Thüringens Kultusminister Michael Krapp, der den verhinderten Ministerpräsidenten und Schirmherren Bernhard Vogel vertrat, war ob des Jubiläumslaufes sehr angetan und versprach auch weiterhin tatkräftige Unterstützung, ganz getreu dem Motto eines leidenschaftlichen Läufers: "Der Rennsteiglauf, das ist doch klar, der schönste Lauf im ganzen Jahr." Und der (noch) unentschlossene Ultramarathonläufer ohne Rennsteiglauferefahrung muss ja nicht unbedingt bis zum nächsten Jubiläum warten, um auf dem Thüringer Kammweg auch einmal präsent gewesen zu sein.

...und Jürgen Roscher --->

Zwischen Schlaf- und Wohnzimmer am Rennsteig

Der Rennsteig-Marathon ist frustrierend. Wer nämlich schon einmal den Super hinter sich gebracht hat, ist für die kürzere Distanz ein- für allemal versaut, die ist ganz einfach zu zahm. Aber es kommt noch etwas Anderes hinzu, etwas ganz Persönliches.

„Der Rennsteig braucht mich nicht“, sagte ich mir, nachdem die Grenze offen war. Jetzt kam es vor allem darauf an, die Marathons mit kleineren Teilnehmerfeldern zu publizieren, deren Stammkundschaft zu bisher unerreichbaren Ufern strebte, und mit den Ahnungslosen im Westen eine Schnupperhilfe geben: Ueckermünde, Finsterwalde, auch der neu erwachte Harzgebirgslauf und die Harzquerung gehörten dazu. Sie brauchten das jetzt unbedingt, der Rennsteig hatte genügend eigene Kraft.

Als dann der Super erstmals in Eisenach startete, war es an der Zeit, die leidenslange Ultra-Pause zu beenden. Nach dem Böhmweg als Probelauf war er genau die richtige Herausforderung, jetzt war ich es, der den Rennsteig brauchte. Und er schenkte sich mir. Meine auf Anfrage grob geschätzte Ankunftszeit stieß auf große Skepsis, und als ich sie dann sogar triumphal unterbot, fand ich bei meiner Ankunft keinen der Frager im Ziel, während alle anderen jemanden zum Freudig-in-die-Arme-Sinken hatten; so früh hatte mich noch niemand erwartet. Nun begann die Zeit der Ultras aufs Neue, und zwischendurch hatte ich zweimal hier auch den Marathon, aber der befriedigte mich nicht mehr, der ganze muss es sein. Ohne dass ich jetzt gleich behaupten wollte, dass Eisenach mein Schlaf- und Schmiedefeld das Wohnzimmer wäre.

Nein, ein Schlafzimmer ist die Turnhalle in Eisenach nun wirklich nicht gerade, denn alle stöhnten über die Schnarcherei. Komisch, ich hatte nichts gemerkt – war ich der Übeltäter? Das Fleisch zur Kloßparty hatte ich mit eigenen Mitteln nachgewürzt.... Das Frühstück für den frühen Start gab es im Keller selbstverständlich früh ab vier, sowas ist nun mal typisch für den Rennsteig. Am Start kann ich natürlich auch Werner Sonntag begrüßen, und auch die rund 200 Hinzugekommenen für die DUV-Meisterschaft scheinen den langen Kanten schon zu kennen, denn es gibt keine Eile vor oder nach dem Start-

schuss. „Chippen“ wir eben mit zwei Minuten Verspätung ein, und gleich danach wird die ansteigende Straße begangen. Die Strecke ist noch lang genug, die Steigung auch, und schon weiß ich nicht mehr, was ich mal wusste: War der Inselfberg bei km 25 oder 35? Ist ja egal, jedenfalls bin ich unterwegs. Zwei Liter Wasser hatte ich schon vor dem Start, einen Becher Schleim inzwischen auch, und es kommt mir selbst schon komisch vor, dass ich bei der Grenzwiese durchlaufe. Allenfalls einen ersten Becher Cola hätte ich genommen.

Die Nutzung der Verpflegungsstellen ist ohnehin recht interessant, vielleicht schreibt mal jemand eine Dissertation darüber. Manche legen eine regelrechte Rast ein, besonders mit fortschreitender Distanz. Andere laufen ohne spürbare Unterbrechung durch, um den Rhythmus zu behalten, und so gibt es immer wieder Unruhe im Feld, wenn die Ausgeruhten wieder nach vorn drängen – aber im Blickfeld bleiben sie meist doch. Bis zur nächsten Getränkestelle.

An der Ebertswiese gibt es wieder „Heidelbeersuppe“, wird die Hälfte der Distanz verkündet, aber das ist eine mentale Sache der Einstellung, ich sehe eher das Rondell als geschaffte Hälfte an. Wie um mir recht zu geben, verliere ich dann bei Grenzdäler und Rondell zwei befreundete Verfolger, die bisher immer wieder hartnäckig vorbeigezogen waren. Vorher erfolgte bei der grenzenlosen Zeltstadt am Grenzdäler die Trennung von den Wanderern, die mit ihren Viererketten auf den Waldwegen anscheinend für die Fußball-WM probten – etwas lästig war es doch, unter anderem rannte ich mit der Schulter gegen einen spitzen Ellenbogen, frage mich keiner nach der Anatomie. Einen fast totalen Stillstand gab es bei einer Wanderin auf der linken und ihrem großen Hund auf der rechten Wegeseite, dazwischen spannte sich die Hundeleine, zum überspringen zu hoch. Schließlich konnte ich vom Weg ab- und ausweichen.

Beim Anstieg zum Beerberg ist das Feld nahezu sortiert, zu trinken brauche ich nur noch Cola. An der letzten Getränkestelle passiere ich dann doch noch einen, von dem ich nicht behaupten will, dass ich ihn anschließend wieder vorbei lasse – aber recht ist es mir doch, ihn nicht mehr hinter mir zu haben. Er ist nämlich bekannt dafür („Ist er auch hier?“ „Nein, ich habe ihn noch nicht gehört!“), sehr laute Gespräche zu führen, und das Geschrei im Wald ist aus dem Hinter-Grund noch schwerer zu ertragen. Fast ist es mir dann peinlich, vor dem Ziel aus dem Hintergrund zu kommen, denn die paar ge-

wonnenen Plätze sind mir wurscht, aber warum sind die vor mir auf einmal langsamer? Oder ist es mein Stalltrieb? Nein, ein Stall ist die neue Halle nicht, in der wir zwar nicht lauwarm, sondern immerhin laukalt duschen können, aber eine Wohnstube auch noch nicht. Das meiste Duschwasser versickert irgendwo wie Parteispenden, aber einiges fließt genau auf den Weg zum Zelteingang und spendet dort einen Sumpf. Der Urkundendruck geht blitzschnell; die mit dem Finger verwischte Schrift des Tintenstrahldruckers wird nicht zu Hause bereinigt, sondern dient als Beweis der Authentizität, nein, Authentizität, na, der Echtheit jedenfalls. Nun noch das Finisher-Hemd abholen, auf dem die stolze Bezeichnung „Supermarathon“ fehlt, wie einer sofort scharfsichtig bemängelt. Unten fährt dann direkt vor mir der Bus nach Suhl ab, und als ich mich auf der Suche nach dem in Richtung Ilmenau umsehe, tut der das gleiche. Den Rennsteiglauf-Pendelbus nach Oberhof nehmen, ist offenbar die beste Lösung für Bahnfahrer.

Sie haben ihre Medaillen inzwischen meist eingesteckt und tragen ein anderes, weniger auffälliges Erkennungszeichen bis nach Hause mit sich. Die Startnummer enthält im Anhang neben den Gutscheinen für Kloßparty, Bier und Suppe noch einmal als schmalen Streifen die Startnummer als Gepäckanhänger. Der wird sorgfältig mit Sicherheitsnadeln an Tasche oder Rucksack befestigt und bleibt während der gesamten Heimreise daran. Mitsamt seinen Kreuzen mit grünen und rotem Filzschreiber nach dem Zieleinlauf; wofür die standen, ist unwesentlich. Aber an ihnen können sich die frischen Rennsteigläufer auch nach dem Umsteigen in Erfurt, Halle und Jüterbog sogar noch in Berlin in der U-Bahn erkennen.

Am 17. Mai ist wieder Rennsteig! Dem Rennsteig die Treue? – weiß nicht, Treue ist zwar kein leerer Wahn, nicht immer, aber auch kein Selbstzweck. Es gibt immer wieder andere Ereignisse, zum Beispiel wird er auch einmal für den Passatore zurückstehen müssen. Man kann die Beliebtheit eines Laufes am besten an der Zahl der Wiederkommer messen, die zählen am Brocken ebenso wie in Monschau und natürlich am Rennsteig. Dort gelaufen zu sein, gehört zur Allgemeinbildung; der Super zum Abitur.

www.ultra-marathon.org

Die offizielle Homepage der
DUV