

Halbmarathon in Bonn, das etwas andere Erlebnis

06. April 2014, 6 Uhr der Wecker klingelt. Oh nein, bin doch erst um 2:30 im Bett gewesen. Wie gut das ich keinen Alkohol getrunken habe. Schlaftrunken wandere ich erst ins Bad und dann in die Küche um mir Nudeln zu kochen, denn heute ist Halbmarathon in Bonn. Es ist ein wahrer Genuss morgens um 6:30 Nudeln mit Ketchup zu essen aber die Kohlehydrate müssen rein und mit Kaffee geht es ganz gut runter. Kurz vor 7: 00 kommt Manu, sie ist so lieb und nimmt mich heute mit, sie feuert mich bei den letzten Löffeln Nudeln noch an. Während der Fahrt nach Bonn hebt sich der Nebel und es zeigt sich ein wundervoller blauer Himmel, das Thermometer zeigt 10°C, ideales Laufwetter. Ein kostenloser Parkplatz in Startnähe ist schnell gefunden, noch eben ins Dixie und dann beginnt das Warmlaufen. 8:40 Uhr, ich reihe mich ganz vorne im 1. Startblock ein. Ein kurzes Schwätzchen mit Udo Wolff von der LG Gummersbach, er will 1:26 laufen, super denke ich, da habe ich einen Hasen an den ich mich halten kann. Bei der Größe kann ich ihn im Auge behalten. Pünktlich um 8:45 Uhr werden wir auf die Strecke geschickt. Schnell ist die Kennedy-Brücke überwunden und wie biegen nach rechts rheinaufwärts Richtung Freizeitpark Rheinaue ab. Ich schließe mich einer 5er Truppe an und wir laufen wie ein Uhrwerk 4:15 min pro Kilometer, ich brauche garnicht auf die Uhr sehen. Bei KM 4 wird der erste Wendepunkt erreicht, 17 min, die Zeit stimmt. Als wir die Kennedy-Brücke zum 2. überqueren werden immer noch Läufer gestartet und wir haben schon 9 KM hinter uns. Nach 42:41 min sind die 10 KM geschafft, super fühle mich gut, die Gruppe läuft immer noch zusammen, es geht am Rhein entlang in Richtung der Rheinauen wo bei 15 KM der nächste Wendepunkt der Strecke wartet. Bei 1:03 laufe ich am 15 KM -Schild vorbei, ab nach Hause, das wird eine tolle Zeit. Raus aus den Rheinaue, rein in die Stadt, da ist das 17 KM-Schild 1:12, jaaa das klappt. Ups, warum tanzen denn alle plötzlich auf der Strasse und laufen im Kreis herum. Ich werde umarmt, bin ich im schon im Ziel, Weltrekord? Jemand hat mich aufgefangen und an den Streckenrand gelegt, ein Zusammenbruch. Alter Schwede, das passt mir jetzt garnicht aber alles dreht sich, versuche einige Minuten wieder klar zu werden. Irgendjemand reicht mir einen Traubenzucker, rapple mich auf und eiere zum nahen Verpflegungsstand. Links ein Wasser, rechts einen Energydrink und eine Dame steckt mir noch eine Banane in den Mund. So, jetzt muss ich aber weiter, nach 1:37 bin ich im Ziel und hänge erschöpft am Zaun. Wow, was war das denn gerade, mit der Medaille um den Hals wandere ich ins Verpflegungsdorf erstmal etwas trinken. Erfreut sehe ich Martin Müller auf mich zukommen als mich ein Zittern durchläuft und ich von Martin sofort flach auf den Boden gelegt werde, Ruckzuck sind mehrere Leute um mich rum, ein Läufer der sich kümmert ist Arzt. Man fragt mich nach meinem Namen, Jungs, der steht doch 2+ auf meinem Trikot, immer wieder geht das Licht fast aus, dann sind die Sanis da und nehmen mich zur Untersuchung und Beobachtung mit in ihr DRK-Zelt. Danke Euch dafür. Junge, junge das war ein Schockerlebnis, da läuft man über 1000 Trainingskilometer für DEN einen Lauf der es werden sollte und dann haut es einen aus den Schuhen. Das muss ich aber erst einmal verdauen und verarbeiten. Danke an alle die sich um mich gekümmert und Sorgen gemacht haben.

Bericht von Andreas Krüger