

Vom “Walker“ (mein Spitzname von einer Laufkollegin) - zum Marathonläufer

Dem Laufftreff Running & More gehöre ich schon seit 2007 an. Dass ich gestern meinen ersten Marathon in Köln erfolgreich bestritten habe, hätte ich mir sogar in meinen kühnsten Träumen nicht ausgemalt.

Alles fing an mit meinen sportlichen Nachbarn in der Oberen Hardtstrasse – Frieder & Daniela Zoll sowie Jörn Boye. Die Drei hatten sich schon im April überlegt, in Köln zu starten. Bei unseren diversen, gemeinsamen Läufen wurde ich von allen dreien unisono “bearbeitet“, auch für Köln zu melden. Das Trainingspensum hatte ich schon im Mai deutlich gesteigert, trotzdem war die Teilnahme in Köln für mich bis dahin absolut undenkbar.

“Das schaffst du, ist gar nicht so schlimm.“ So, oder so ähnlich wurde ich von allen dreien motiviert. Das Jahr 2013 schritt weiter voran, mein Trainingspensum entwickelte sich auch recht ordentlich, wenn auch nicht so umfangreich wie bei der “Projektgruppe 42“, die für Amsterdam gemeldet hatte.

Die finale Anmeldung für den Kölnmarathon hatte ich weiter vor mir hergeschoben, dann kam unser Sommerurlaub auf Lanzarote. Um den mühsam aufgebauten Leistungsstand nicht direkt mit Cocktails & “All Inclusive Kalorienzunahme“ zu versauen, wurden die Laufsachen mit eingeflogen. Tagsüber war es für längere Laufeinheiten zu heiß, also spulte ich so manchen Kilometer am frühen Morgen (ab 7:00 Uhr) oder kurz vor Sonnenuntergang ab. Das ein oder andere Mal hatte ich dabei den Gedanken – was tust Du hier eigentlich!?

Die Wochen nach dem Urlaub verflogen sehr schnell, der Meldeschluss für Köln stand unmittelbar bevor. Also erfolgte meine Anmeldung auf den letzten Drücker am 27.09.13.

Der Wettkampftag selbst war ein absolutes Erlebnis und eine tolle Erfahrung. Jörn, Frieder & Daniela habe ich nur am Start bzw. auf Gegengeraden bei Wendepunkten gesehen, also habe ich meinen Marathon als Einzelkämpfer bestritten (wobei ich mich einer Laufgruppe rund um einen 4h30er Pacemaker angeschlossen habe).

Die ersten 30 km verliefen für mich optimal – dann “wartete“ ich auf den vielbeschworenen Hammer. Der kam sachte ab KM34, durch stärker werdende Schmerzen in den Beinen. Ab KM39 war es ein echter Kampf – der Dom war aber in Sichtweite und so habe ich die letzten Kilometer auch noch geschafft und bin nach 4:26 h aufrecht ins Ziel gelaufen!!!

Mein Jubelschrei bei der Zielankunft war bestimmt bis ins Stadion Hammerhaus zu hören !! ☺

Einen schönen Spruch möchte ich nach meinem ersten Marathon noch loswerden:

Schmerz vergeht, Stolz bleibt!!!

Bedanken möchte ich mich an dieser Stelle bei meiner Familie – der Trainingsumfang hatte doch so manche Stunde Abwesenheit verursacht.

Frieder, Daniela und Jörn gebührt mein Dank dafür, dass sie mich immer wieder „getreten“ haben, doch endlich für Köln zu melden.

Eckhard Hauer

So sehen Sieger aus!!



