Für viele Läufer ist es ein großes Ziel, die längste olympische Laufdisziplin der Leichtathletik von 42,195 km zu absolvieren. Diese Strecke wurde gemäß einer griechischen Sage über einen Laufboten gewählt. Dieser soll in Athen tot zusammengebrochen sein, nachdem er erschöpft von Marathon kam, um über den dortigen Sieg zu berichten.

Ein Mitglied der Abteilung Leichtathletik des TV Waldmünchen hat die Herausforderung in diesem Jahr ebenfalls gesucht und am 02.06.2019 am Regensburger Stadtmarathon teilgenommen.

Es sollte für die Läufer – nach einem Todesfall in den Vorjahren – ein verhältnismäßig ruhiges Ereignis werden, wenngleich die Rettungskräfte 45 Einsätze zu verzeichnen hatten und drei Personen ins Krankenhaus transportiert werden mussten. Die meisten dieser Fälle dürften vermutlich der Hitze an diesem Tag geschuldet sein, denn das Thermometer zeigte beim Start um 08:30 Uhr bereits 23 °C und rund 30 °C zur Mittagszeit im Finale an.

Neben der vorausgesagten Hitze bereitete der Waldmünchnerin die komplett gepflasterte oder asphaltierte Straße vor dem Start Sorgen. Für ihren Probemarathon und Läufe in der Freizeit wählt sie bevorzugt Wald-, Feld- und Forstwege und fürchtete daher die gelenkstrapazierende harte Strecke. Zu der enormen Belastung der Gelenke sollte das Ereignis nun durch die hohen Temperaturen noch eine Hürde für den Kreislauf werden.

Bald nach der sehr unkomplizierten und schnellen Startnummernausgabe fiel bereits der Startschuss und rund 3500 Halbmarathon-, Dreiviertelmarathon- und Marathonläufer stürmten

in die erste Runde mit Kehrt im „Contiring“, der Teststrecke des Reifenproduzenten Continental. Die erste Runde – also der Halbmarathon – ging für die Waldmünchnerin relativ locker von den Beinen, auch wenn die Luft von Beginn an stickig und schwül war. Nach etwa 01:55 konnte sie in die zweite Runde starten und freute sich erstmal über den Platz auf der Strecke: ohne die Halbmarathonkandidaten musste jetzt kaum noch überholt und abgebremst werden.

Dennoch hatte sie deutliche Leistungseinbußen zu verzeichnen: Lief sie in der ersten Hälfte durchgehend noch gut 11 km/h, waren es nun nur noch gut 9 km/h. Zudem schien die Sonne unerbittlich. Eine Kopfbedeckung war unerlässlich und die Gartenschlauchduschen von aufmerksamen Anliegern an der Strecke empfand sie als eine wahre Wohltat!

Wie erwartet sollten die letzten 10 Kilometer am schwierigsten werden: Die Kilometertafeln mussten in größerem Abstand platziert worden sein. Da schien es wie eine geplante Unterstützung des Veranstalters, dass ab etwa Kilometer 36 die Strecke wieder gefüllt wurde. Denn ab dem Ostentor stießen die Läufer des Viertelmarathons, deren Startschuss um 11:30 Uhr gefallen war, zu den Marathonkandidaten. So erwachte der Ehrgeiz der Waldmünchnerin und sie konnte mit nochmals gesteigertem Tempo noch einige Überholmanöver starten.

Mit einer Zeit von 04:09:10 erreichte sie nach 42,195 km um etwa 12:40 Uhr – circa eine Stunde nach der schnellsten Frau – sehr erleichtert das Ziel, freute sich über ihre Medaille, die Glückwünsche und viele Wassermelonen an der Verpflegungsstation.

Nach einer Stärkung, einer Wasserhahndusche und ein paar Dehnungsübungen stand ihr Resümee fest:

Marathon? Kann man mal machen. Muss aber nicht regelmäßig sein. Bereuen wird sie ihn nicht und schließt nicht aus, bei interessanterer und vor allem natürlicher Streckenführung nochmals zu starten. Treppab empfand sie Geländer zur Entlastung der Knie noch drei Tage lang als eine wunderbare Erfindung!

