

42. S25 Berlin

Einmal wollten wir auch ins Olympia Stadion einlaufen. 2020 waren wir schon einmal für die Big 25 in Berlin angemeldet. Aber das fiel leider corona bedingt aus.

Nun wollten wir es nochmal wagen.

Im Januar starteten wir mit unserem Training. Mehr als 3 oder 4 Kilometer waren nicht drin. Total kaputt und Schnappatmung. So richtig kamen wir nicht in Tritt. Im Februar schaffte ich dann das erste Mal 10 Kilometer. Das hat mich sehr motiviert. Wir blieben dran. Nicht jedes Training lief gut. Es wurde viel geschimpft und Kopf geschüttelt. Wie sollen wir bis Mai 25 Kilometer laufen?

Aber wir haben es geschafft. Es wurde immer besser. Und ganz von allein kam auch eine annehmbare Geschwindigkeit hinzu.

Dirk wurde leider öfter zurück geworfen, da er muskuläre Probleme hatte und Trainingspausen brauchte. Aber auch er hat hart trainiert und konnte am Sonntag (14. Mai) in Berlin an den Start gehen.

Mit der Organisation im Vorfeld und am Start waren wir leider nicht zufrieden. Kaum Toiletten, lange Wege zur Abgabe der Kleiderbeutel, wenig Beschilderung, kaum Leute, die Auskunft geben konnten. Den Start haben wir gerade noch rechtzeitig gefunden/erreicht.

Um 10 Uhr war der Start. Die verschiedenen Distanzen (10 KM, HM und 25 KM) starteten zusammen.

Das war zeitweise ziemlich eng und ich fragte mich, ob ich auch nicht den falschen Abzweig nehme.

Die Stimmung war gut und ich lief nach Gefühl. Ich hatte kein Zeitziel. Mit Spaß und guter Laune ins Ziel kommen. Ich hatte ja wenige Wochen zuvor gute Erfahrung beim Darß Marathon gemacht.

Dirk ist gleich nach vorne durch Richtung pacemaker. Unterwegs traf er noch Manfred aus unserem SV HK Stralsund. Sie unterhielten sich kurz, aber dann trennten sich die Wege, weil Manne den HM bestreiten wollte.

Der pacemaker war auch nicht das wahre, also musste Dirk sein eigenes Tempo finden.

Es wurde warm und sonnig und verlangte uns einiges ab.

An den Verpflegungspunkten gab es nur Wasser. Kein iso, keine Cola, kein Apfel, nichts. Das machte mir echt zu schaffen.

Ich traf immer wieder Leute, mit den ich kurz erzählt habe. Sogar eine Rüganerin traf ich. (Ich bin gebürtige Rüganarin.)

Wir unterhielten uns eine ganze Zeit und liefen zusammen. Ich war richtig gut unterwegs. Die Durchschnittspace lag um 6.20 min. Ich war total überrascht. Katharina hat am Kuhdamm kurze Eispause eingelegt und meine Kräfte ließen auch nach. Ich habe den totalen Hungerast bekommen. Gehpausen standen ab Kilometer 17 auf der Tagesordnung. Das deprimiert mich. Die Zeit war Pfutsch. Ich weiß: ich wollte nur glücklich ankommen. Ich war aber wütend, weil ich Hunger hatte und Energie brauchte, aber alle 5 Kilometer gab es nur olles Wasser.

Sogar ans aufgeben habe ich gedacht. Mir fehlte der Elan. Immer wieder musste ich dem Teufelchen auf meiner Schulter klar machen, dass ich nicht aufgebe, nur weil ich keine Lust mehr habe. Wie doof wäre das denn?

Also ging es immer weiter: laufen, gehen, laufen, gehen.

Nun war es nicht mehr weit.

Als ich das Olympia Stadion sah, gab es keine Pause mehr. Auf geht's. Schritt für Schritt. Mensch, wie weit sind denn 2 Kilometer? Oh man... .

Jetzt geht es in die Katakomben. Nur noch bergab rief mir einer zu. Na dann los. Oh mein Gott...ich überschlage mich gleich. Ich rannte und konnte nicht bremsen. Krass. Ich bekam eine Gänsehaut und Pippi in den Augen. Gleich geschafft. Am Rand standen Trommler, aus dem Stadion hörte ich den Stadionsprecher. Die 25 Kilometermarke wurde überquert, aber halt...jetzt kam erst die blaue Bahn...das Ziel ist noch nicht erreicht. Also ein letzter Sprint. Ich überholte noch einige Läufer und der Stadionsprecher heizte mich an. Kurz vor der Ziellinie hat mich Katharina (die Rüganerin) eingeholt. Wir fassen uns an und liefen zusammen mit hochgerissenen Händen ins Ziel.

Super geschafft. 25,7 Kilometer in 2:47:49 .

Das hätte ich mir im Januar noch nicht erträumt.

Nun noch eine endlose Treppe hoch, um mich dann zu stärken.

Ich traf auch ziemlich schnell auf Dirk, der nach 2:29:49 im Ziel war. Die Muskeln haben mitgespielt, aber auch er hatte das Teufelchen auf der Schulter sitzen, das ihn ab Kilometer 20 immer wieder zum gehen zwang.

Egal. Es war eine Erfahrung wert, wir haben 25+ Kilometer geschafft und so schlecht waren unsere Zeiten nicht.

Ein weiteres Mal wird es aber bestimmt nicht geben, weil uns die Organisation einfach nicht gefiel.

Auch an den Strecken war es ziemlich ruhig.

Wir freuen uns auf den generali Halbmarathon im April 2024 und hoffen, uns so lange fit halten zu können.

Ich hoffe, ich habe niemanden mit dem langen Text gelangweilt und konnte einige Emotionen rüber bringen.

Jenny