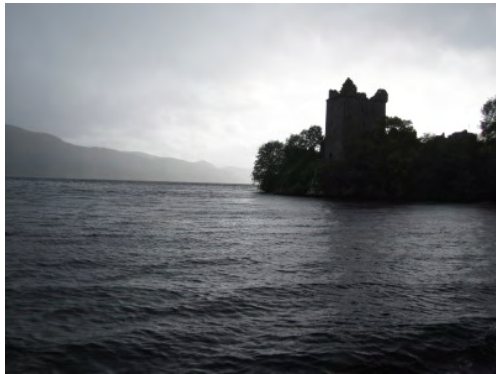


LaufKultTour - Reise zum Loch Ness-Marathon 2009

Von unserem Laufgast Florian B.

Loch Ness Marathon 04. Oktober 2009



"A Monster Race...running alongside the shores of the world's most famous loch.

Rèis Uile-bheist...a' ruith an cois cladaichean an locha as ainmeil air an t-saoghal"

Nach zwei Finishes beim München Marathon wollte ich mich dieses Jahr wieder an die 42,195 km wagen, und war auf der Suche nach einer interessanten Veranstaltung. Als ich im Juli zum ersten Mal vom Loch Ness Marathon hörte, war ich sofort begeistert. Laufen in den schottischen Highlands? Da bin ich dabei!

Über die offizielle Loch Ness Marathon Homepage fand ich dann zu LaufkultTour. Am Donnerstag, den 1.10. kam ich in Inverness, der beschaulichen Kapitale der Highlands an, im Gepäck Laufklamotten für jedes Wetter (ist in Schottland ja eher unbeständig). Freitag abend kam unsere Laufreisegruppe nach und nach in einem Pub in Inverness zusammen. Wir waren eine kleine Gruppe, neben der Veranstalterin Sonja und ihrem Mann Martin waren Annelore, Ellen und Jürgen dabei, allesamt sehr nette Leute, und bei ein bis zwei Pints führten wir ausführliche Laufgespräche.

Am nächsten Tag stand zunächst ein Stadtrundgang durch Inverness auf dem Programm, nachmittags eine Bootsfahrt über den sagenumwobenen Loch Ness mit Besichtigung von Urquhart Castle.

Anschließend machten wir uns auf den Weg zur Marathon-Messe im Queens Park Stadium in Inverness und holten unsere Startunterlagen ab. Die von Hauptsponsor Baxter ausgerichtete Pasta-Party war wirklich vom feinsten: Suppe, Ofenkartoffel, zwei Sorten Nudeln, Salat, Kuchen, so muss es sein! Wir langten ordentlich zu bis die Kohlenhydratspeicher randvoll waren.

Für stimmungsvolle Unterhaltung sorgten mehrere Folkbands. Den Abend ließen wir im Pub gemütlich ausklingen. Die Vorfreude auf den Marathon nahm zu, Sorgen machte uns allerdings das durchwachsene schottische Wetter ("four seasons in an hour"), aber der Wetterbericht verhieß nur Gutes für den Lauftag.



Am Sonntag Morgen nahmen wir in unserem Guesthouse ein leichtes Frühstück ein, meine Bestellung "for me just bacon and sausages" erntete einige Lacher, natürlich gab es für mich nur Kaffee und Toast mit Honig. Ellen und Jürgen hatten sogar ihren eigenen "Flotte Biene" Honig mitgebracht, das nenn ich Vorbereitung! Echte Marathonläufer denken eben an alles. Kurz vor halb acht machten wir uns auf den Weg zum Queens Park Stadium, wo die Scharen der Marathonläufer in (20 oder noch mehr?) Bussen zum Start gebracht wurden. Die einstündige Fahrt führte uns durch wunderschöne Highland-Landschaft, der Startbereich lag zwischen Fort Augustus und Whitebridge mitten in der Natur. Das Wetter war perfekt: angenehm kühl und sonnig.

Vor dem Start eines Marathons herrscht immer eine besondere Atmosphäre, aber inmitten dieser beeindruckenden Umgebung war es etwas einmaliges, meine Vorfreude stieg ins



Unermessliche. Kurz bevor es los ging marschierte eine Gruppe von Pipers & Drummers durch die Reihen der 3521 Läufer. Der wehklagende Klang eines Dudelsacks passt richtig gut zum Marathon.

Nach dem Start bin ich etwas zu schnell losgelaufen, aber die erste Hälfte ging es einfach wie von selbst, die wunderschöne Landschaft wirkte sehr motivierend, zu einem großen Teil wird direkt am Ufer von Loch Ness gelaufen. Allein der Gedanke, dass ich hier dabei bin, beim "running alongside the shores of the world's most famous loch" versetzte mich in ein Hochgefühl.

Während des Laufs wurden nur wenige Dörfer durchquert, Zuschauerunterstützung wie bei einem großen Stadtmarathon gab es daher nicht.

Die Wasserversorgung auf der Strecke war ausgezeichnet, anstelle der üblichen Pappbecher wurde *Highland spring water* in 330 ml Flaschen gereicht, was für eine gute Hydrierung sorgte. Bananen oder sonstige Verpflegung gab es nicht, aber ich hatte ja meine hilfreichen Kohlenhydrat-Gels dabei.

Ab der zweiten Hälfte wurde es dann doch recht hart, ich musste an die mahnenden Worte Herbert Steffnys denken: "wer zu schnell loslegt, verliert hinten doppelt und dreifach!", jaja ich weiß. Die Strecke hat es in sich, es ging ständig auf und ab, zwischen Meile 17 und 19 war eine lange Steigung zu überwinden. Irgendwann meldete sich auch mein linkes Schienbein, das mir schon im Training zu schaffen machte. Aber aufgeben? Niemals!

Die letzten Meilen führten durch Inverness, hier wurden wir von vielen Zuschauern angefeuert, was auch bitter nötig war! Es ist ja immer dasselbe, dieser innere Kampf, den jeder Marathonläufer mit sich selbst führen muss ("jetzt nur noch zwei Meilen, das sind etwas mehr als drei Kilometer, was sind schon drei Kilometer, oh Gott nein, noch drei Kilometer!" usw.).

Das Ziel war im Queens Park Stadium, hier spielten wieder Pipers auf, jetzt hieß es letzte Kräfte mobilisieren für den Endspurt auf der Tartanbahn. Nach 4:08:55 überquerte ich die Ziellinie.

So ein Marathon ist schon verrückt: die Schmerzen, das Leiden, die ganze Anstrengung weichen im Ziel einem unbeschreiblichen Glücksgefühl. Mit meiner Zeit war ich zufrieden, meine Bestzeit liegt zwar bei 3:47, aber - wie Martin es formuliert hat- "Erlebnis kommt vor Ergebnis", und dieser Lauf war ein einmaliges Erlebnis! Loch Ness wird für mich so in ganz besonderer Erinnerung bleiben. Im Zielbereich traf ich dann auf unsere Laufgruppe, alle waren gut angekommen und waren ebenfalls am schwärmen.

Abends gingen wir lecker essen und feierten bei dem einen oder anderen Pint und natürlich schottischem Whisky ("never drink whisky without water and never drink water without whisky").

Es war eine unvergessliche Laufreise, vielen Dank an Sonja und Martin für die perfekte Organisation und Betreuung. Annelore, Ellen und Jürgen: ich hoffe, wir sehen uns bald wieder bei einem weiteren Marathon!

Ich kann allen Laufbegeisterten eine Reise mit Laufkulttour uneingeschränkt empfehlen!

Florian

