

Unsere LaufKultTour - Reise zum Edinburgh-Marathon 2008

Von unserem Laufgast Fritz von Allmen

Unter dem Motto Qualität ist wichtiger als Quantität versammelte sich unsere Gruppe nach und nach sozusagen etappenweise im wunderschönen Edinburgh.



Als Vorbereitung diente uns ein informativer Stadtspaziergang und natürlich der Besuch der Marathonmesse – wobei hier der Begriff doch etwas hoch gegriffen erscheint. Nach der langen Busfahrt an den Stadtrand hatten wir doch etwas Grösseres erwartet.

Nichtsdestotrotz erhielten wir hier ohne Probleme unsere Startnummern und konnten uns mit Merchandising-Artikeln eindecken. Auch die obligaten Armbänder mit den Richtzeiten waren zu haben. Dem Schreibenden wurde bei dieser Gelegenheit von der Organisatorin empfohlen, weiter links zu suchen; die 2:10er seien dort zu finden. Ich sah mich genötigt, daraufhin klar zu stellen, was meine zeitlichen Ziele seien und dass ich demzufolge schon die 2:10er nehmen könnte; dann aber zwei haben müsste – eins für die erste und eins für die zweite Hälfte....

Nun denn: schlussendlich nahm ich dann doch ein 3:45er mit, was sich schlussendlich gut bewähren sollte. Den Samstagabend verbrachten wir wie vorgeschrieben bei einem nahrhaften Nachtessen und unseriöserweise auch bei einer Pinte Guinness. Aber man soll ja schliesslich gut genährt an den Start gehen.

Der Morgen empfing uns dann eher kühl und neblig aber wie vorhergesagt trocken. Nach einem ordentlichen Frühstück setzten wir uns pünktlich Richtung Start in Bewegung. Edinburgh führt das Tram wieder ein; viele Strassen sind von Baustellen übersät und demzufolge abgesperrt. Somit konnte die Princess-Street (Edinburgh's Prachtsstrasse) nicht als Startpiste herhalten.



Unsere Morgenspaziergang dauerte damit halt etwas länger, was aber kein Problem darstellte. Wir waren ja hier zum laufen. Nach einigen Fotos, der Gepäckabgabe, dem obligaten Toilettenansehen und einem kurzen Gedränge befand ich mich in meinem Startsektor ready to go.

Startschuss und let's go ! Edinburgh-Marathon ist nicht als City-Marathon zu verstehen. Man startet zwar in der Stadt, läuft dann aber hinaus an die Küste und beendet den Lauf in einem Vorort. Die ersten Meilen führen durch die Stadt, hinunter zum Holyrood-Palace und anschliessend Richtung Norden an die Küste hinaus. Dieser Teil ist flach bzw. zum Teil abfallend. Hier lautet die Devise Zurückhaltung, damit man nicht der Versuchung unterliegt, das Rennen zu schnell anzugehen. Dies gelang mir nicht so schlecht; bei Meile 3 entsprach die Zeit auf jeden Fall der angegebenen Richtzeit auf meinem Armbändel bis auf zehn Sekunden genau. An der Küste (ca. bei Meile 5) wurden wir von einem ruppigen Gegen- und Seitenwind empfangen. Phasenweise ging das über in einen kleineren Sandsturm. Das besserte sich aber schnell, sobald wir die ersten Küstenorte erreichten und nicht mehr zuvorderst an der Seafront liefen.

Nach und nach riss auch der Nebel auf und auf einmal war die Sonne da. Wunderschön lag nun der Firth of Forth zu unserer linken im funkelnden Sonnenlicht.

„Running to the light“ kam mir bei dieser Gelegenheit in den Sinn; ein wunderbarer Song von „RUNRIG“; „Scotlands Top Celtic Rockband“.

Dort heisst es sinnigerweise: „those who stride too fast too soon, will not hold pace – only the calm will win the race“. Wie wahr....



Bei Meile zehn sollten eigentlich unsere Fans stehen; die waren aber im Bus- und sonstigen Stau stecken geblieben. Nun denn, weiter ging's. A propos Meile: Ein Marathon auf den britischen Inseln ist übrigens sehr zu empfehlen. Man wird schneller fertig; der Lauf endet nämlich schon nach 26,2.....



Durch die Küstenorte Musselburgh, Prestonpans und Cockenzie – mal leicht abwärts, mal leicht aufwärts – ging's raus Richtung Wendepunkt. Vor diesem Punkt gab es aber eine nicht zu unterschätzende Steigung zu bewältigen. Nachher konnte ich endlich auch mit leicht mitleidigem Blick die entgegenkommenden Läuferinnen und Läufer betrachten. Sie hatten ja alle noch einen weiteren Weg vor sich als ich.... Die Strecke verläuft aber nicht immer Parallel – das heisst die Schadenfreude hatte auch mal ein Ende und an sich hatte ich ja mit mir selber genug zu kämpfen. Die Meilenzeiten waren aber immer noch ansehnlich stabil und regelmässig, was doch sehr motivierend wirkte. Somit konnte ich ohne grössere Probleme durchziehen und nach 3:42 im Musselburgh RaceCourse die Ziellinie überqueren. Geschafft !



Finisher Fritz von Allmen

Den Abend liessen wir dann wieder im gemütlichen Rahmen ausklingen. Guinness schmeckt auch nach dem Lauf vorzüglich.

Vielen Dank an Sonja und Martin für die tolle Betreuung ! Hope to see you soon.

Fritz von Allmen,

Wollen Sie mit? Dann rufen Sie uns an unter 0821-99 88 009 oder senden uns Ihre eMail-Adresse. Wir informieren Sie, sobald die Reise für 2009 fertiggestellt ist.

Ihr **LaufKultTour**-Team

Offizieller deutscher Laufreiseveranstalter für den Edinburgh Marathon

Tel : +49-821-99 88 009

Mail: info@laufkulttour.de

www.laufkulttour.de