Das Erlebnis Berlin-Marathon

Laufsport Lauffreunde Bönen mit sechs Aktiven in der Bundeshauptstadt

Bönen. Der Berlin-Marathon stand im Mittelpunkt des Geschehens in der Straßenlaufszene Deutschlands, wenn nicht gar Europas. 36.820 Frauen und Männer aus 131 Nationen erreichten das Ziel auf der Straße des 17. Juni, unweit des Brandenburger Tores.



Die Lauffreunde Martin Munk (li.) und Sven Serke hielten beim Berlin-Marathon durch. Foto: Privat

Sechs Aktive der Lauffreunde Bönen hatten sich intensiv auf die Königsdisziplin des Straßenlaufes vorbereitet. Aber den schnellsten Bönener Finisher stellten diesmal nicht die Lauffreunde. Der in Bönen wohnende und für die LG Olympia Dortmund startende Michael Ruhe beendete den Lauf nach 2:30:12 Std. Das bedeutete Platz 138 im Gesamteinlauf und Platz 50 in der männlichen Hauptklasse.

Damit ließ er Sven Serke von den Lauffreunden hinter sich, der nach 2:32:11 Std. und 17 Plätze später das Ziel erreichte. Sven Serke: „Ich hatte mir das anders vorgestellt. Nach einem unerwartet erfolgreichen ersten Halbjahr stellten sich jedoch Ende Juni Schmerzen im linken Sprunggelenk ein, die nicht wegzubekommen waren. Das bedeutete acht Wochen Zwangspause. Auch wenn die Schmerzen genauso plötzlich, wie sie kamen, wieder verschwanden, war der Trainingsausfall nicht mehr zu kompensieren. Aber, Berlin ich komme wieder. Schließlich möchte ich noch einen Versuch unternehmen, meine Zeit aus 2014 zu toppen und 2:25 Std. zu unterbieten."

Auch Ruhe konnte seine Planungen offensichtlich nicht vollständig umsetzen, meint Jürgen Korvin, Statistiker der Lauffreund: „Bis km 35 hielt er einen Kilometer-Schnitt von 3:30 Std. Dann musste er gut zwei Minuten zugeben. Die Erfahrung vieler Langstreckenläufer ist tatsächlich die, dass der Marathon erst ab km 35 so richtig beginnt."

Vier der fünf übrigen Lauffreunde konnten jedoch das Training, die Tagesform und die Laufbedingungen – es herrschte optimales Laufwetter und die Zuschauerunterstützung ließ nicht zu wünschen übrig – zu einer neuen persönlichen Bestzeit nutzen. Martin Munk (M45) verbesserte sich um knapp 3 Min. auf 3:04:29 Std. Munk optimistisch: „Die 3-Stunden-Grenze rückt immer näher." Gut 18 Minuten betrug für Ralf Bartmann (M45) die Differenz zu seiner bisherigen Bestzeit. Er finishte nach 3:26:27 Std. Jürgen Korvin berichtet: „Ralf ist ein unheimlich gleichmäßiges Rennen gelaufen. Er war in der zweiten Hälfte des Rennens 7 Sekunden schneller als in der ersten Hälfte. Und diese Sekunden hat er tatsächlich auf den beiden letzten Kilometern herausgeholt. Er konnte quasi noch spurten." Ralf Bartmann berichtet: „Meine geplante Zielzeit lag bei 3:30 Std. Deswegen hatte ich unterwegs Sorge, zu schnell angegangen zu sein. Aber ich konnte das Tempo halten und am Ende sogar leicht steigern. Es passte einfach alles."

Eine neue Bestzeit wollte Siebo Dierks (M35) ursprünglich schon im Frühjahr beim Hamburg-Marathon laufen. Dieses Vorhaben musste er jedoch wegen einer Verletzung verschieben. Jetzt wurde er mit einer Zeit von 3:52:39 Std. belohnt. Dierks: „Mit einer Verbesserung von knapp 5 Minuten bin ich mehr als zufrieden."

Für Monika Folkerts (W40) weist die Lauffreunde-Statistik bisher eine Marathon-Zeit von 5:54:14 Std. aus. Dies war ihre Durchgangszeit bei einem Lauf der Kategorie „Trailrunning", also einem Laufaben ¬ teuer in der freien Natur mit vielen natürlichen Hindernissen, der insgesamt 45,2 km lang war und im Frühjahr 2014 an der britischen Nordküste ausgetragen wurde. Jetzt blieb für sie die Uhr bei 4:51:43 Std. stehen. Monika Folkerts: „Ich wäre gerne schneller gelaufen, aber jetzt bin ich trotzdem stolz. Der Mann mit dem Hammer, der bei vielen oft erst bei km 35 auftaucht, lief bei mir fast von Anfang an mit."

Enttäuscht zeigte sich dagegen Thomas Thiel (M50) im Ziel nach 4:13:37 Std. Er berichtet: „Bei km 20 erwischte mich eine Zerrung. Da trainierst du monatelang gewissenhaft, und dann kommt so etwas dazwischen". Seine Bestzeit beträgt 3:56:29 Std.

Die Überraschung des Wochenendes lieferte jedoch Katrin Walter (W35) ab. Ihr letzter Marathon-Start liegt knapp drei Jahre zurück. Damals erreichte sie bei einer kleinen Veranstaltung in Welver eine Zeit von 3:47:22 Std. Die kleinen Veranstaltungen scheinen ihr zu liegen. Sie trat beim SuS Bertlich im nördlichen Ruhrgebiet zu einem Marathon an. Sie gewann diesen Lauf in einer Zeit von 3:35:30 Std. Unterwegs waren insgesamt nur 28 Aktive. Jürgen Korvin ordnet diese Zahl so ein: „In Berlin überlaufen in der heißen Phase innerhalb von 10 Sekunden mehr Finisher die Ziellinie. Aber Marathon ist Marathon. Und Katrins Leistung ist umso beachtlicher, weil man in einem solchen Rennen wirklich noch die sprichwörtliche Einsamkeit des Langstreckenläufers spürt."

In Bertlich wird nicht nur Marathon gelaufen. Über 5 km absolvierten Janine Moritz (30:52 Min., Platz 2 in W30), Bettina Bienert (32:34 Min, Platz 7 in W45) und Sophie Bienert (37:33 Min., Platz 1 in U23) ihren ersten Start für die Lauffreunde. Zoe Zicholl (W15) lief hier mit 24:07 Min. eine neue persönliche Bestzeit und gewann ihre Altersklasse. Jürgen Korvin: „Allen Vieren herzlichen Glückwunsch."

Über 15 km erreichte Michael Schelter mit 1:15:07 Std. Platz 4 in M45, Sabine Schulte gewann in 1.21:42 Std. ihre Altersklasse W45. Meinolf Nather nutzte das äußerst seltene Angebot eines 30 km-Laufes und beendete ihn nach 3:01:29 Std. (Platz 7 in M50). Jürgen Korvin: „Ich denke, das war ein Trainingslauf für einen Marathon."

Nachzutragen ist noch ein Ergebnis. Michal Klein nahm an einem inoffiziellen Einladungsrennen der vereinsübergreifenden Läufergruppe „Laufen-in-Dortmund" teil. Im Nordkirchener Schlosspark wurde ein Marathon ausgetragen, den er nach 3:44:25 Std. beendete.



Der Sieger des 42. Berlin-Marathons, Eliud Kipchoge aus Kenia. Foto: dpa