Von Kap Arkona nach Sömmerda

534 Km in 7 Tagen

Eigentlich sollte 2007 der Deutschlandlauf von Kap Arkona nach Lörrach als Höhepunkt für mich stattfinden, aber damals musste der Termin auf 2008 wegen einer langen Hüftverletzung vom Ultrabalaton verschoben werden. Und wieder machten Verletzungen wie eine hartnäckige Sehnenscheidenentzündung Anfang April 2008 über Monate hinweg eine Vorbereitung zum D.L. zunichte. Was nun ? Nochmal verschieben ging nicht mehr,1.300,- Startgeld hatte ich bereits letztes Jahr schon überwiesen. Mitte August lief ich einen 100 Km Lauf in Belgien (Dodentocht) und am Folgetag noch einen Marathon mit der anschließenden Entscheidung, dann doch am Deutschlandlauf teilzunehmen, um zumindest einige Etappen zu laufen und Erfahrungen in Extrem-Etappenläufen zu sammeln. Vielleicht passiert ja doch noch ein Wunder, und das große Ziel Lörrach kann doch irgendwie erreicht werden.

Sonntag, am 7.9 um 5:00, fuhr ich dann mit dem Auto meines Vaters, der gerade zufällig Schwimmwachdienst auf Hiddensee machte, nach Stralsund zur Turnhalle, wo das Nachtquartier für uns 28 Läufer und der Mannschaft 2 tagelang sein sollte. Dort um 9:00 angekommen staunte ich, dass erst nur wenige Leute da waren und nur die, die da am Samstag schon angereist waren und gerade frühstückten. Egal. Kurz mich vorgestellt, gemütlich meine ganzen Klamotten in der Halle verstaut, kam da gerade Ingo Schulze, der Veranstalter, auf mich zu und begrüßte mich. Ein Zettel hing an einer Tür, wo stand, „um 15:00 findet ein gemeinsames Briefing statt“. Es war gerade mal 9:45, und ich wusste nichts mit der ganzen Zeit anzufangen. Dann traf ich Nikolaos Adam und Franz Häusler. Zwei echt nette Leute. Wir entschlossen uns, zur Rügendamm-Brücke in Stralsund zu wandern, wo wir von Rügen aus Montag rüberlaufen werden würden.

Icke, Franz Häußler und Nikolaos Adam nahe Rügendamm-Brücke

Später in der Turnhalle angekommen, kamen dann auch die anderen Teilnehmer dazu, die sich alle nett persönlich vorstellten. Um 16:00 gingen wir dann alle gemeinsam ins nahegelegene Hotel, wo nochmals das ganze Programm der nächsten Wochen besprochen, sowie alle aus der Mannschaft vorgestellt wurden. Anschließend gab es ein großes warmes Buffet.

Mannschaft des DL2008
Besprechung am Sonntag im Hotel mit anschließendem Buffet

Um 18:45 legte die Fähre von Hiddensee nach Stralsund an, die mein Vater benutzte, um am Montag den Start auf Kap Arkona anzusehen. Ich holte ihn vom Hafen ab, wo wir dann wieder zur Turnhalle und er dann zu seinem Hotel weiterfuhren. Am Abend war ich dann doch ziemlich nervös, weil ich nicht wusste, was mich die Tage erwarten sollte. Schlimmer noch, dass ich meine alte Sehnenverletzung am rechten Fuß ein wenig spürte. Um 21:00 ging das Hallenlicht aus, wie die nächsten Tagen auch.

Montagmorgen gegen 4:15 ging das Licht an. Hektisch zog ich mir meine Laufsachen an, packte meinen Laufrucksack und verstaute mein Gepäck und las noch einen Zettel von meiner Schwester, die sie mir in einem großen Briefumschlag mühevoll anfertigte, wo z.B. draufstand :

„Es werden Schmerzen erst, nachdem sie nachgelassen, angenehm“ (Heinz Erhardt)

„Manchmal hilft nur noch : Zähne hoch und den Kopf zusammenbeißen.“ (Heinz Erhardt)

„Eile mit Weile, von Meile zu Meile – und fehlt mal ein Meter, dann kommst du halt später.“

Um 6:45 wurden wir dann mit einem Reisebus nach Kap Arkona gebracht. Die Stimmung war sichtlich angespannt. Kurz vor 9:00 in Kap Arkona angekommen, wurde noch ein Gruppenfoto gemacht. Endlich stand ich da, beim großen Deutschlandlauf am Start. Fernsehteams und Presse verfolgten alles.

Deutschlandlauf
Rügen nach Lörrach
www.deutschlandlauf.com
Startfoto, ich bin da nicht zu sehen. Stehe hinter Robert (2) und rechts von Elke Streicher (blaues shirt u. Sonnenbrille)

1. Etappe von Kap Arkona – Stralsund 64,9 Km -*7:41 min.*-

Dann liefen wir 29 Läufer, darunter ein Schwede, 2 Japaner und ein Däne, mit einer kleinen Schleife am Leuchtturm von Kap Arkona (Mecklenburg-Vorpommern) los. Die meisten hatten einen Trinkgürtel um. Ich entschied mich für den Rucksack, bestückt mit einer Regenjacke, Handy, Kleingeld, Power-Gels und Trinkflasche. Die Wegbeschreibung war mit kleinen rotleuchtenden Pfeilen markiert. Zusätzlich wurde an brenzlichen Stellen mit Kreide ein Pfeil auf den Weg gemalt. Die ganze Zeit hatte ich überhaupt kein Problem, mich nicht zu verlaufen. Absoluten Dank an den Streckenkoordinator Joachim Barthelmann. Zusätzlich bekamen wir in der Startnummern-Ausgabe eine detaillierte Wegbeschreibung mit, falls wir uns doch verlaufen sollten. Die Sonne kam immer mehr raus und es wurde zu Beginn schon ziemlich warm. Alle 8 bis 12 Km standen Verpflegungspunkte für uns bereit mit Eistee, Apfelsaft, Wasser, Cola, Orangensaft und reichlich Nahrung, die ich gar nicht alle erwähnen kann. Hier so einige Dinge wie Butterbrote und Brötchen, div. Süßigkeiten, Müsli-Riegel oder Kekse. Bei den ersten 15 Km schmerzte meine Sehnenscheidenentzündung etwas und ich war schon ziemlich früh angefressen. Mein Kopf war jetzt schon leer und ich dachte nur, in welcher Etappe ich aussteigen müsste. Dennoch versuchte ich alles Negative zu verdrängen, und genoss die herrliche Landschaft auf Rügen. Die Betreuer und Helfer auf der Strecke und an den Verpflegungspunkten waren sehr nett und kompetent. Gegen Mittag erreichten wir die Wittower-Fähre Nord, die wir benutzen mussten, um ans andere Süd-Ufer zu kommen. Zum Glück stand die Fähre auf meiner Seite, als ich ankam. Einige verpassten diese und harrten fast 20 Minuten aus. Aber Zeit spielte hier nicht die große Rolle, sondern nur ankommen.

Kamerateam auf der Wittower-Fähre Nord auf Rügen

Bei 55Km sah ich dann von weitem die neue Rügendamm-Brücke. Wir aber liefen links daneben auf der alten Rügen-Brücke rüber. Kurz nachdem die Brücke aufhörte, war nach einer kleinen Rechtskurve das Ziel aufgebaut. Schon ein wenig platt, wurde ich mit 4 anderen Läufern im Bulli zur 3Km entfernten Turnhalle gefahren.

2. Etappe von Stralsund – Stavenhagen 83,7 Km -*10:25 min.*-

Ein Bus wartete wieder auf uns Läufer vor der Halle, der uns zum Ziel der gestrigen Etappe brachte. Punkt 6:00 liefen wir gemeinsam los Richtung Stavenhagen. Die gestrige Etappe steckte mir überhaupt nicht mehr in den Knochen. Das langsame Tempo war also doch richtig und wichtig. Anfangs durch Felder, liefen wir nun auf einer großen Bundesstrasse. Jan Straub, unser Sani., nutzte seine freie Zeit, um Fotos zu machen.

Icke, an einer mal wenig befahrenen Landstrasse

Am Nachmittag wurde es schon fast unerträglich warm. Viel Trinken war angesagt. Leider war mein Kopf immer noch nicht ganz frei. Immer wieder dachte ich an meine Verletzung, die immer öfter spürbar war. Als ich Jan darauf ansprach, kam schnell eine Antwort zurück : Hmm ja, du musst mal deine Schuhe anders schnüren und wenn du dann immer noch was merkst, schneide ich dir die Socken noch auf. Socken kaputt schneiden ? Hej, hej mein Freund ! Schuhe anders binden ist O.k. Das andere muss warten.

Eine Schuhbindetechnik

Nach einiger Zeit merkte ich zumindest keine Verschlimmerung. Am vorletzten Verpflegungspunkt bekamen wir, wie immer, richtig leckere Nudelsuppe. Die war auch nötig, denn jetzt liefen wir fast 20 Km auf einer viel befahrenen Bundesstrasse mit 3 langen Baustellen und nur einer Spur. Wenn LKW´s vorbei kamen wurde es verdammt eng. Völlig genervt musste ich alle 2 Minuten zur Seite springen. Am Abend war ich froh, die 2.Etappe hinter mich gebracht zu haben. So schön war sie aber leider nicht. Jetzt nur noch vollste Regeneration für die Königsetappe morgen. Also wieder schnell geduscht, Beine hochgelegt und Eisbeutel drauf. Um 18:00 oder 19:00 gab es immer Abendbrot (warme Mahlzeit), um 21:00 war Zapfenstreich. Einige schnarchten so laut, dass ich Angst hatte, die Deckenleuchten könnten mich erschlagen. Einige Hardcorer verbrachten ihre Zeit bis 21:00 damit, Bierchen zu trinken bis zum Abwinken. Bei einem hörte ich beim 3 Biermaß auf zu zählen. Helmut Schiecke, einer von der Mannschaft, der für den Einkauf und Verpflegung zuständig war, brachte denen das Bier sogar bis zum Schlafplatz. Helmut wird auch bester Supporter der Welt genannt (nein, nicht nur als Bierbringer) . Die Weltbesten Ausdauerläufer, wie z.B. Wolfgang Schwerk, nahmen ihn sogar als Betreuer zum 3.100 Meilenlauf nach NewYork mit.

3. Etappe von Stavenhagen – Pritzwalk 92,4 Km -*12:05 min.*-

Heute wurden wir in 2 Gruppen aufgeteilt. Ich war natürlich bei den „Schnecken“, die um 6:00 starteten. Um 7:00 war dann Start der Elite. Angeführt von Ausnahmelangstreckenläufer Robert Wimmer. Voll nervös aber auch fit, setzte ich mein langsames Tempo fort. Unterwegs traf ich Jan und fragte ihn, ob er jetzt doch vorne und hinten meine Socken aufschneiden könnte. Bei einer so langen Strecke will ich auf Nummer sicher gehen. Im Schleppschritt ging es bei sonnigem und warmem Wetter weiter. Als ich dann in Waren an der Müritz bei Km30 war, schrie einer hinter mir „ hej, umbrella“. Robert, ganz locker, sauste an mir vorbei. Ich verwies ihn nur darauf, meine Käsebrötchen am V.P. liegen zu lassen.

Icke, Konrad Sieben, Diethard Steinbrecher (kaum zu sehen) u. ein Betreuer

Am Nachmittag dachte ich immer wieder, dass diese Etappe kein Ende nehmen würde. Endlos lange Wege. Die Sonne saugte jede Energie auf, und ein Kilometer kam mir viel länger vor als sonst. Die letzten 20Km biss ich aufs Zahnfleisch, und setzte ab und zu mehrere Gehschritte ein. Kurz nach 18:00 erreichte ich völlig fertig den Marktplatz von Pritzwalk (Brandenburg). Jetzt nur noch ins Ingo Auto klettern, um zur nahegelegenen Turnhalle zu fahren. Da stand leider völlig platt Gunnar Nilsson, der Läufer aus Schweden. Er musste leider bei Km 35 aussteigen, weil er keine Nahrung mehr aufnehmen konnte. Schade, denn Gunnar erzählte mir viel über seine Wüstenläufe und überhaupt war er mir sehr symphatisch. Als ich die Turnhalle betrat, war es das ! In so einer kurzen Nacht werde ich mich nie wieder erholen können, brummte es in meinem Ohr. Meine Fußsohlen brannten wie Zunderholz. Schön, dass ich immer wieder SmS bekam, die mich sehr erfolgreich aufmunterten. Ich wollte jetzt nur noch schlafen und dann ...., ja weiß ich auch nicht. Schaunwarmal ! Ich war auf jeden fall platt wie nie zuvor und braun wie ein Nutellabrot sowie ausgelutscht wie eine Auster.

4. Etappe von Pritwalk – Jerichow 81,8 Km -*11:18 min.*-

Als dann um 4:00 das Licht anging und ich mich auf den Weg zum Waschraum machte, merkte ich, dass das Gehen mir zumindest leichter fiel als zuvor gedacht. Die Füße haben sich auch gut erholt. Meine Sehnenscheidenentzündung schmerzte weniger. Die Laune stieg. Von mal zu mal wurde der Kopf immer klarer, und ich dachte immer mehr, wenn keine großen Verletzungen kommen, das Ziel in Lörrach doch irgendwie zu erreichen. Noch nie stand ich so gut gelaunt am Start. Gunnar stand noch da, um sich zu verabschieden. Ingo rief wie immer jeden Namen auf, ob auch jeder anwesend sei. Anschließend zählten wir von 10 aus runter auf 1 und starteten nach Jerichow (Sachsen-Anhalt). Dichter Nebel machte sich breit. Mit dem Sonnenaufgang ein tolles Panorama.

Gerhard Albert und Matthias Becker

Am Anfang wurde unterwegs viel gescherzt. Vielleicht, weil die längste Etappe vorbei war. Die Stimmung war auf jeden Fall blendend. Bei mir lief es ganz rund. Irgendwann steckte ich mir wieder meine Kopfhörer ins Ohr, hörte laut Metallica u.a. und schwebte wieder in meiner eigenen Welt. Unterwegs stand eine Kindergartengruppe am Verpflegungstand, die uns unangenehme Fragen stellten, wie : Warum lauft ihr ? Müsst ihr nicht arbeiten ? Warum schwitzt ihr so ? Ich lag vor Lachen fast aufm Boden. Und diese Fragen waren alle so berechtigt. Dumme Fragen stellen doch meist nur wir Erwachsenen, oder ?

Kindergartengruppe, mit Werner Selch, Harald Ehlers und Robert Wimmer

Es lief alles gut. Nur zum Schluss hin musste wieder gewaltig gebissen werden. Erleichtert erreichte ich am Abend das Ziel in Jerichow in einer großen modernen Turnhalle.

5. Etappe von Jerichow – Schönebeck 72,6 Km -*9:49 min.*-

Jeden Morgen war ich immer bester Stimmung und fit. Jan Straub versorgte mich abends auch bestens mit Eisbeutel, Verbandssalben und Motivation. Der ist einfach unersetzlich. Unterwegs dann wieder Metallica gehört, ging es Richtung Schönebeck. Je mehr ich lief, desto besser fühlte ich mich. Ich war im Leistungshoch. Besser geht es nicht. Immer mehr dachte ich an Lörrach. Aber erst einmal freute ich mich, morgen schon in Thüringen zu sein. Unterwegs dachte ich an die ersten Etappen zurück, und stellte fest, dass jeder Tag sehr unterschiedlich von der Landschaft her war. Unglaublich viel Abwechslung.

Lachen oder weinen ?

Die letzten Kilometer flog ich förmlich nach Schönebeck. Überhaupt keine Anstrengung oder Wehwehchen. Bewusst hielt ich trotzdem das Tempo niedrig. So langsam gewöhnte ich mich an das Schleifen der Schuhe aufm Asphalt. Noch nie war mir die Laufzeit so egal wie beim Deutschlandlauf. Im Ziel angekommen war ich „putzmunter“. Die Halle war auch super, und meine erste Massage bei Ramona, der netten guten Physiotherapeutin, stand auch an. Es hing immer eine Massage-Liste aus, die immer voll ausgebucht war, wo wir Läufer uns eintragen konnten, wenn wir eine benötigten. 10 Taler, die sich sehr gelohnt hatten. Na ja, an diesem Tag passte alles.

6. Etappe von Schönebeck – Eisleben 68,2 Km -*9:08 min.*-

An diesem Morgen war es noch sehr frisch, und deshalb zogen sich einige Läufer etwas mehr an. Der Wind hatte auf Nord-Ost gedreht. Endlich mal Rückenwind ! Die vergangenen Tage kam der Wind direkt von vorne, also vom Süden her. Wieder im Schleppschritt ging es Richtung Eisleben. Auch mal schön, wieder eine Etappe unter 70 Km zu laufen. Die Landschaft wechselte auch dieses mal. Unendlich viele Windkrafträder und endlose Felder kamen auf uns zu. Gegen Mittag wurde der Wind richtig stark bis böig. Auch die ersten langen Anstiege ließen nicht auf sich warten. Immer mehr Gehschritte wurden eingelegt. Irgendwie verging die Zeit überhaupt nicht. Mein Fußgelenk tat auch wieder ein wenig weh. Sagte mir nur unterwegs: Einfach nur ankommen, egal wann.

Robert Wimmer und ein Meer von Windkrafträdern in Sachsen-Anhalt

Immer mehr mussten wir auf Geröll-Feldwegen laufen, was meine Füße gar nicht lustig fanden. Ein Strassenschild zeigte 20 Km nach Eisleben an. Marcel Heinig, der bei uns 7 Tage mitlief, schloss sich mir an, fragte mich immer wieder, was meine Füße machen. Beim vorletzten Verpflegungsstand zog er dann an mir vorbei. Und wieder kam ein heftiger Anstieg. Kurz bevor ich zum Gehen ansetzen wollte, spürte ich einen wahnsinnigen Schmerz am linken Bein, der von den Fußzehen bis zum Knie hochzog. Ich war geschockt ! Was war das denn ? Ich stand wie angewurzelt da und merkte, dass mein linkes Fußgelenk total schmerzte. Humpelnd schleppte ich mich die Steigung rauf. Nochmals auf den Fuß geschaut merkte ich, wie er langsam anschwoll. Was nun ? Es waren noch 9 lange Kilometer bis zum Ziel und alles nur bergab, wo es dann richtig schmerzen sollte. Schleifend zog ich den Fuß hinter mir her. Kurz vor Ende kam noch ein Etappenläufer vom 100MC, der mich ins Ziel schleppte und sagte, dass das ein Shin-Splint und es überhaupt kein Problem sei, damit weiterzulaufen. Na ja, hoffte nur, dass unser Sani.-Jan mich wieder hinbekommen würde, so wie immer. Das Ziel war auch in einer ganz anderen Halle. In der vorhergesehenen, war gerade ein Meisterschaftsturnier. Diese Halle hier war so klein, da passte höchstens eine Tischtennisplatte rein. Ich fand nur noch einen Platz auf dem Flur. Schlimmer gehts nimmer ! Beine hoch, Eis drauf, Duschen, Verband drum, Abendbrot und schlafen. Am nächsten Morgen dann mein spannenster Moment. Ich löste den Verband, ging ein paar Schritte und siehe da, es ging wieder. Nur eine leichte Schwellung noch. Jan meinte, es kann jetzt weg gehen oder schlimmer werden. Seine letzten Worte : Hej, heute dann im Ziel erwarten euch eine Blaskapelle mit Grill-Stand und morgen ist auch schon Bergfest. Mit einer kleinen Hoffnung machte ich mich fertig für die nächste Etappe.

7. Etappe von Eisleben – Sömmerda 70,3 Km -*10:30 min.*-

Bei Eiseskälte ging es langsam voran. Ich bemerkte noch etwas meinen Fuß, aber das war noch völlig im Rahmen. Diese Etappe sollte noch mehr Höhenmeter haben als die von gestern. Im Südharz angekommen, überholten mich schon wieder die 7:00 Uhr Starter, angeführt von Robert Wimmer, Werner Selch, Jürgen Baumann und dem Japaner Takasumi Senoo. Fast jeder, der an mir vorbei zog, gab mir auf den Weg mit : Das sieht doch noch gut aus bei dir. Ich lies mir nicht anmerken, dass die Schmerzen wieder doller geworden waren. Ein langer heftiger Anstieg im Wald in den Kyffhäuser Bergen folgte. Wow, ich bin schon in Thüringen. Bei Anstiegen schmerzte mein Fuß gar nicht mehr so doll, es war sogar eher angenehm. Oben angekommen war wieder Verpflegung. Ich fraß mir wieder den Bauch voll. Noch nie habe ich bei einem Wettkampf so viel gegessen wie da. Aber das war auch dringend erforderlich, denn was wir da so an einem Tag an Kilos verbrannten, war schon erstaunlich. Jetzt ging es runter auf Geröll. Merkte, dass das Gehen mehr schmerzte als langsames Laufen. Immer wieder kamen so miese Kopfsteinpflaster, wie es so im Osten noch ganz normal ist. Entweder sind die Strasse hier ganz neu oder in einem katastrophalen Zustand.

Und wieder ein schönes Bild. Alle geschossen von Jan Straub, der sich u.a. so seine Zeit vertrieb

Der Himmel zog sich immer mehr zu, und es wurde frischer. Erst die Hälfte an diesem Tag geschafft, schwoll mein Fuß wieder richtig an, und die Schmerzen waren bereits unerträglich geworden. Die anderen mussten aber auch sehr kämpfen, sowie auch Franz Häusler an diesem Tag.

Franz Häusler

Und 20 Km kamen noch ! 1000 Gedanken schossen durch meinen Kopf, „was soll ich machen, ich komm fast keinen Meter mehr weiter“ , „das hat doch alles keinen Sinn mehr“ , „egal, schlepp dich irgendwie ins Ziel, morgen wirds dann wieder besser“ . Jeder Kilometer kam mir endlos lang vor und meine Tränen konnten auch nicht mehr unterdrückt werden. Letztendlich erreichte ich dann doch noch das Ziel. Als kurz vor Schluss dann eine kleine Rechtskurve genommen werden musste, standen einige Läufer schon frisch geduscht und umgezogen am Grill-Stand und bemerkten meine Zielankunft kaum. Ingo kam auf mich zu, und fragte nach meinen Quanten. Man doo, das tut schweineweh, aber morgen ist ja wieder ein neuer Tag. Er gab mir noch aufn Weg, dass ein Shin-Splint durchs Laufen wieder weggehen kann. Und wiedermals kam etwas Hoffnung auf. Jan eilte schon zu mir, und machte mich fit und sprach mir Mut zu mit den Worten : „Morgen ist Bergfest, wenn du es bis da geschafft hast, dann kommst du auch durch“. Was ? Die letzten 600 Km humpeln ? Wenn ich die Zeitvorgabe nicht schaffe, ist mir das aber auch egal.

8. Etappe von Sömmerda – Manebach 79,3 Km - *DNF* -

Der nächste Morgen. Noch nie nahm ich so gespannt meinen Verband ab. Sah, dass die Schwellung kaum zurückgegangen war. Stellte mich hin, und versuchte zu gehen. Nichts ! Das Fußgelenk konnte gar nicht geknickt werden. Jan sah mich an und sagte, dass zu Beginn ein langer Anstieg kommen würde, und er dann oben auf mich wartet. Wiedermals zog ich mir meine Laufklamotten an, ging frühstücken und stand um 6:00 am Start. Die ersten Meter zog ich meinen linken Fuß nach außen zeigend hinter mir her. Dann blieb ich stehen und wiederholte das ganze. So bei erst 1 Km und ganze 15 Minuten später, den Tränen ganz nah, musste ich einsehen, dass hier mein Ende war, und machte anschließend kehrt zum Start. Unterwegs kam mir Jan mir entgegen und fragte, ob ich aufhören würde. Seine letzten Worte waren voller Lob und wir verabschiedeten uns. Am Start angekommen, sahen die Helfer mich stumm an. Kopfschüttelnd und niedergeschmettert saß ich in der Turnhalle und entschloss, nach hause zu fahren, um wieder einen klaren Kopf zu bekommen. Einige Läufer kamen zu mir, und spendeten Trost. Schnell umgezogen, verfolgte ich dann draußen noch den 7:00 Start mit Robert Wimmer, Werner Selch, Jürgen Baumann, Takasumi Senoo Hans Jürgen Schlotter, Elke Streicher und Norbert Fasel von denen ich mich auch noch persönlich verabschiedete. Kurz vor dem Start fragte Robert die anderen, ob noch kurz Zeit für einen Applaus für mich, meine respektvolle Leistung und als Abschied wäre. Da war ich schon sehr gerührt. Einige Helfer brachten mich dann noch zum Bahnhof, wo dann auch das absolute Ende für den D.L.08 sein sollte. Auf dem Rückweg schossen mir wieder 1000 Gedanken durch den Kopf. Traurig, aber nicht sauer, bin ich nachmittags zuhause angekommen.

Platzierung und Zeit

1. Robert Wimmer 111:51
2. Takasumi Senno 119:34
3. Werner Selch 123:17
4. Hans-Jürgen Schlotter 124:50
5. Jürgen Baumann 129:21
6. Elke Streicher 131:38
7. Norbert Fasel 143:03
8. Nikolaos Adam 146:36
9. Franz Häusler 149:56
10. Sebastian Schöberl 150:15
11. Alfred Schwerdtner 153:07
12. Peter Bögevig 164:39
13. Harald Ehlers 165:34
14. Günter Naab 166:01
15. Jörg Maisenbacher 169:42
16. Shoji Konoeda 170:34
17. Matthias Becker 191:17
18. Gerhard Albert 192:50
19. Sigrid Eichner 197:46

DNF bei der :

3. Etappe : Rainer Klemcke 148,6 Km 18:56

3. Etappe : Gunnar Nilsson 148,6 Km 21:12

5. Etappe : Stephan Rüdiger 322,8 Km 51:50

8. Etappe : Jürgen Wetzel 533,9 Km 61:02

8. Etappe : Jan Bergmann 533,9 Km 70:57

8. Etappe : Jörg Gerlach 533,9 Km 75:51

9. Etappe : Peter John Karl Hunold 613,2 Km 86:47

10. Etappe : Diethard Steinbrecher 678,0 Km 89:55

11. Etappe : Konrad Sieben 752,4 Km 10:28

Noch zum Deutschlandlauf :

Noch nie in meinen ganzen 8 Läuferjahren habe ich so eine unglaublich hochprofessionelle Organisation erlebt, selten so ein tolles Gruppengefühl gehabt, so viele Höhen und Tiefen durchgemacht und eine so wechselnd tolle Landschaft und Atmosphäre wahrgenommen. Diese 8 Tage kamen mir vor wie ein ganzer Monat. Nächstes Jahr fällt der Deutschlandlauf wegen des Transeuropalaufes aus. 2010 gibt es eine 6. Auflage. Natürlich reizt es mich, da wieder mitzumachen, aber ob definitiv „ja“, steht noch nicht fest.

Mein größter Dank geht an Jan Straub (ärztl. Betreuer und Motivator), Ingo und Inge Schulze (Orga.), Joachim Barthelmann (Streckenkoordinator), Helmut Schicke (Einkauf und Mann für alles), Ramona Hauser (Heilpraktikerin) und den ganz vielen lieben fleissigen Helfern.