

Wiedersehen in Afrika: Bräutigam trifft früheren Biathlon-Freund

Rennsteiglauf -Sieger Marcel Bräutigam erlebte bei seinem ersten Trainingslager in Kenias Hochland eine Überraschung

VON DIRK PILLE

Erfurt. Zuerst wollte Marcel Bräutigam seinen Augen nicht ganz trauen, als er den schwarzen Läufer durch das kleine Stadion von Iten über die Aschenbahn rennen sah. „Doch am nächsten Tag habe ich meinen Mut zusammengenommen und ihn gefragt, ob er mal Biathlon in Thüringen gemacht hat“, erzählt der zweifache Rennsteiglauf-Sieger im Marathon.

Und tatsächlich, auch Enock Korir konnte sich an seinen früheren Biathlon-Kollegen erinnern. 2010 bei der EM im Sommerbiathlon im slowenischen Osrblie hatten sich der Thüringer aus Großbreitenbach und der junge Kenianer länger unterhalten. Damals wurde Bräutigam Zwölfter, Korir kam weit hinten ein. Damals hatte der Suhler Klaus Bergmann versucht, aus Kenianern Wintersportler zu machen. „Doch die Kälte und der Schnee, das war nichts für uns, und irgendwann ging das Geld aus“, erinnert sich Korir an das irre Abenteuer im Thüringer Wald.

Richtige Biathleten sind Bräutigam und Korir nie geworden. Dafür zeigten sie auf der Laufbahn ihr großes Talent. Korir kämpft in Kenia gegen den unendlichen Quell an schnellen Landsleuten. „Er fragte mich, ob ich nicht einen Manager kenne, der ihn nach Europa holt“, berichtete Bräutigam von dem langen Gespräch am nächsten Tag im Läufer-Hotel von Iten.

Endlich Leistungssportler im Polizei-Auftrag

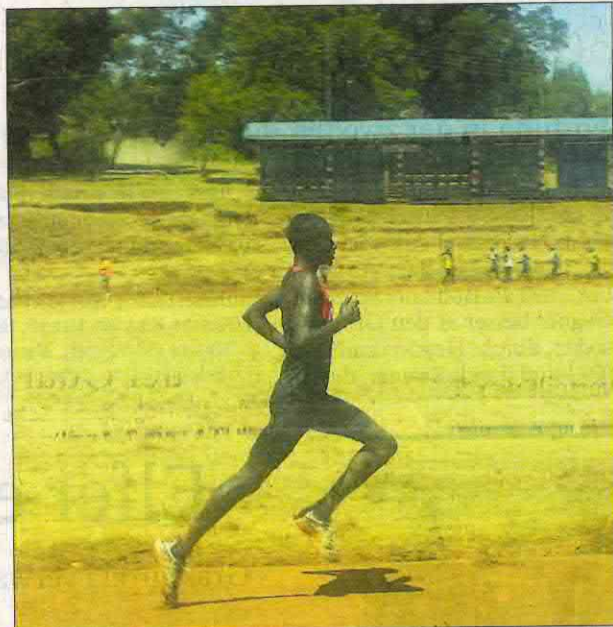
Der 26-jährige einstige Biathlet, der heute in Erfurt lebt, wurde in den letzten beiden Jahren zu Thüringens schnellstem Marathonmann und er kam bei der deutschen Meisterschaft in München auf Rang zwei. Weil Bräutigam damit auch der schnellste Polizist der Republik ist, unterstützte ihn sein Dienstherr inzwischen bei seinen Leistungssport-Ambitionen. „Nachdem der Olympiastützpunkt seine Zustimmung gab kann ich mich seit dem Herbst voll dem Laufen widmen und ich bin gespannt, was ich mit diesem Training noch alles erreichen kann“, erfüllte sich für Bräutigam ein langegehegter Traum.

Wenn er seine Bestzeit bei den geplanten Marathon-Starts in Kassel (4. Mai) und Berlin (28. September) um ein paar Minuten verbessern kann, darf der Polizist in der Sportfördergruppe bleiben. „Es ist eine echte Herausforderung“, sagte der sehr schlanke ehrgeizige Bursche.

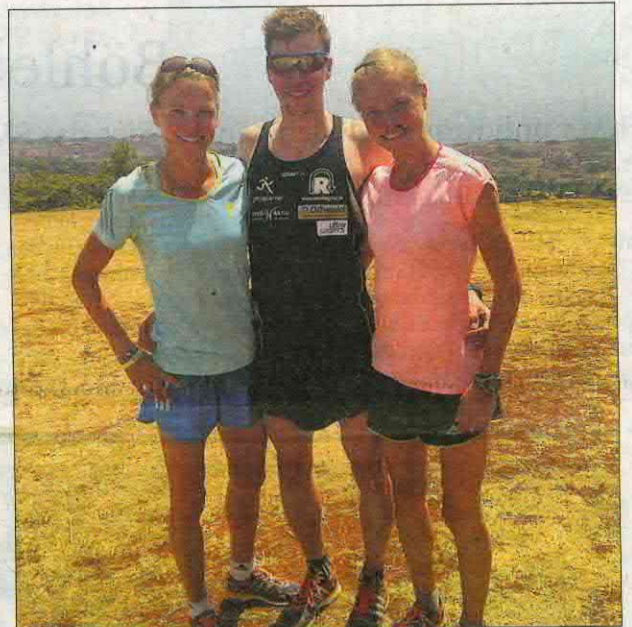


Marcel Bräutigam und Enock Korir bei einem Besuch im Läufer-Hotel des Thüringers.

Fotos: privat



Kenias Spitzenläufer trainieren im 2300 Meter hochgelegenen Stadion von Iten auf einer staubtrockenen Aschenbahn.



Der Hahn im Korb: Marcel Bräutigam und die Zwillinge Lisa (rechts) und Anna Hahner beim Training über dem Kerio-Tal.

Mit Unterstützung des Rennsteiglaufvereins, für den der Erfurter startet, flog Bräutigam im März zum ersten Mal in seinem Leben nach Kenia. Knapp vier Wochen Training im Läufer-Eldorado Iten – 2300 Meter hoch gelegen – nahe der Stadt Eldoret. „Die Strecken waren teilweise bergiger als beim Rennsteiglauf und meist mit Schotter bedeckt“, erzählte Bräutigam, der am 17. Mai wegen seiner Marathon-Vorbereitungen diesmal nur die 21,1-km-Strecke zwischen Oberhof und Schmiedefeld in Angriff nehmen will.

Zwischen zwei- bis dreihundert Läufern aus aller Welt such-

te Bräutigam in Kenias Hochland nach seinen Grenzen. Um sechs hieß es Wecken im netten Kerio View Hotel für 45 Euro mit Vollpension. Danach folgten bis zu 35 km am Vormittag und nach dem Essen noch einmal ein paar Einheiten. „Ich bin bis zu 220 km die Woche gelaufen. Mit der Höhenluft war das anfangs nicht so einfach. Der Puls war zu Beginn des Trainingslagers bis zu 20 Schläge höher, als bei gleicher Belastung in Deutschland“, sagte Bräutigam, der sich in Iten einer Gruppe mit deutschen Mittel- und Langstrecklern um die Hahner-Zwillinge Anna und Lisa angeschlos-

sen hatte. „Doch da ich der einzige Marathonläufer war, habe ich meist allein trainiert.“

Fix und fertig mit Fieber fünf Tage im Bett

Nach fünf Tagen war Bräutigam aber der Spaß an Kenia gegangen. Ein Virus streckte ihn regelrecht nieder. „Glücklicherweise kam der deutsche Verbandsarzt gerade an und konnte mich behandeln“, sagte Bräutigam, der fünf Tage Training verlor. „Danach ging es aber umso besser. Ich glaube das Trainings-

lager in Kenia hat sich wirklich gelohnt, und ich habe mit Enock einen alten Bekannten wieder getroffen. Wie klein ist doch die Welt“, dachte Bräutigam.

Mit Christian Seiler und Christian König wurde er gleich Zweiter hinter Regensburg bei den deutschen Halbmarathon Meisterschaften. „Mit so einer guten Zeit wurde, glaube ich noch niemand nur Zweiter“ zeigte sogar Marathon-Bundestrainer Wolfgang Heinig Anerkennung für das Thüringer Trio

Mehr Kenia-Bilder unter: www.thueringer-allgemeine.de/sport