

→ Zusätzlich zu Wurst, Schmalz- und Käsebrat gibt es auch noch Würstchen. Dritter Tipp: Nichts auslassen. Erlaubt ist, was schmeckt. Und schmecken tut alles.

Mittlerweile hat sich der Himmel zugezogen, statt Sonne sind nur noch dunkle Wolken zu sehen. Der Wind wird immer unangenehmer. Ein weiterer größerer Anstieg auf fast 900 m steht an, der bei den Neuhäuser Wiesen aber bereits wieder überwunden ist. Es fängt an zu regnen und gleichzeitig nimmt der Wind weiter zu.

Beim Grenzradler sind 54,7 km absolviert. Diese Wegereizung bei Oberhof hat ihren Namen von dem Grenzstein mit dem presiblichen Adler. Hier ist das Win-



Ein köhlischer Punkt ist die Verpflegungstabelle Ebertswiesen

terparazentrum des Thüringer Waldes mit dem Biathlon- und Skizentrum und den Skilanglaufstrecken. Normalerweise sind hier viele Zuschauer, lese ich mir erzählen. Heute sind es wenige. Aber die geben alles. Die Läufer freut.

Der Regen und der Wind werden immer stärker und die Temperaturen erreichen noch höchstens 6 Grad. Die Wege sind matschig und an manchen Stellen sind von Wurzeln durchzogen. Stellen sehr rutschig. Ein Läufer hat beide Hände verbunden, das hilft sicher durch den Verbund. Ich sage noch scherzhaft: „Hast Glück gehabt, dass es die Hände und nicht die Beine erwischt hat.“ Da meint der, dass ihm auch der Brustkorb schmerze, und vermutlich auch die Rippen was abgeirrt haben. Aber Rennsteigläufer sind zäh.

Beim Großen Beerberg erreiche ich den höchsten Punkt der Strecke (974 m) auf matschigen Weg und völlig durchnässt. Mir tun die Optimisten leid, die heute früh ohne Regen- und Windschutz auf die Strecke sind. „Bei solchem Wetter werden Heiden geboren“, sagt einer.

Noch 10 Kilometer sind ich bin Supermarathon-Finisher. Es ist so kalt, dass ich nur beim Gasthof Schmitzke (km 64) einen Moment überlege, mich drinnen etwas aufzuwärmen. Dann lass ich den Blödsinn und laufe weiter. Meine Finger sind so klamm, dass ich kaum noch den Fotoapparat bedienen kann.

Es geht abwärts und ich bin nur noch am Laufen. Aber meine Beine sind malle geworden. Der Rennsteig fordert Tribut. Dann kommt endlich Schmitzkefeld. An den ersten Häusern sehen ein paar Leute und klatschen. Dann kommt die Wiese am Waldrand mit der Abspernung rechts und links, die für die Läufer eine Gasse bildet. Viele Umrentwege warten unter ihren Schirmen auf ihre Angehörigen. Vor mir der Sportplatz, der eher eine holperige Wiese ist und als das schönste Ziel der Welt bezeichnet wird. Ich kann das im Moment nicht nachvollziehen. Der Sprecher, der die Läufer begrüßen soll, unterhält sich gerade mit seiner Partnerin über das Wetter. So laufe ich fast unbemerkt ins Ziel.

Ein Junge hängt mir die Medaille um. Ich kriege die letzte Cola und hole mir mein Finisher-Shirt ab. Es sieht einfach klasse aus und ist das schönste Shirt, das ich habe. Jetzt aber schnell in trockene Klamotten. Wo sind die Kleiderbeutel? Ich frage einen Läufer und er zeigt mir die Wiese

da unten. Okay, ein paar Stufen sind ich bin unten. Ist das wahr, die haben bei dem Scheißwetter die Kleiderbeutel auf die Wiese gespart? Was ich befürchte, trifft zu. Meine Wechselklamotten sind so nass wie die, die ich anhabte. Ich fluche wie ein Rohrspatz.

Vierter Tipp: Verpacke deine Kleiderbeutel wasserdicht, bevor du sie in den Kleiderbeutel gibst. Warum ich das nicht vorher sage? Kleine Bootshaltigkeit. Mir hat es auch keinen geraten.

Die Geschichte geht weiter. Neben dem Festzelt hat ein Sportartikelgeschäft einen Verkaufstand. Vierleicht werde ich ja fundig. „Aut mit leid, wir packen gerade zusammen.“ Ich erkläre meine Situation, man schaut nach, ob man mir mit etwas Langärmligen helfen kann und bietet mir schließlich an: eine Herren-Übergröße und ein Damen-Modell.

Dankend mache ich mich auf die Suche nach meinem Auto, von dem meine Frau nicht mehr so genau weiß, wo sie es geparkt hat. Also Ortsbesichtigung im Regen. Ebebrach. Eine Stunde nach meinem Zielanlauf sitze ich endlich drecksig nass und völlig durchgefroren im Auto, drehe die Heizung bis zum Anschlag auf und fahre ins Hotel. Ein Fehler.

Fünfter Tipp: Egal wie du beieinander bist – verpasse nicht die Rennsteiglauf-party am Festzelt.

Nach einem heißen Bad Abendessen im Hotel, Gespräch mit der Gemahlin. Dabei stellt sich heraus, dass wir beide Hochzeitstag haben. Kann man, sollte man aber nicht vergessen. Man sollte sich aber auch merken, wo man sein Auto parkt. Also Verstärkung.

Ein Brüller war mein erster Rennsteiglauf nicht. Der Rennsteiglauf ist kein durchgestyltes, perfektes Event. Spätestens auf der Heimfahrt wird mir

aber klar, dass er gerade deshalb etwas Besonderes ist. Der Rennsteiglauf ist ursprünglich, manchmal ungemütlich, hat Macken, ist sperrig, aufheissend, herrlich. Der Lauf ist wie die Region mit ihren Menschen. Ein Unikat.

Mit über 15.000 Teilnehmern ist der Rennsteiglauf der größte Lauf seiner Art in Europa und wurde jüngst von den Marathon4you-Leserinnen und Lesern zum beliebtesten Marathon in Deutschland gewählt.

Sechster Tipp: Glaube nicht, der Rennsteiglauf sei alleine der Supermarathon. Wer auch einmal den Marathon ab Neuhäuser Gauden ist, weiß, was gemeint ist. Zum Einstimmen seien die Laubbirke und vielen Bilder der Region mit ihren empfinden



Facebook „Schmitzke“: Ab hier geht es nur noch bergab

39. STADTWERKE  
LEIPZIG  
MARATHON

19.04.2015

Stadtwerke  
Leipzig

- MARATHON
- HALBMARATHON
- INLINE-SKATEN
- ROLLSTUHL- / HANDBIKE-IM
- 4 KM LAUF / WALKEN
- 10 KM LAUF / WALKEN
- SPENDELAUF
- KINDERLAUF

10.00 Uhr - Sportforum

LEIPZIGMARATHON.DE