

Gutmuthslauf: Porträt eines wahrhaft kultigen Anlasses

EINZIGARTIG

Aufgepasst, es folgt ein Loblied. Die Preisung eines Sportanlasses, der in seiner geschichtlichen Einzigartigkeit seinesgleichen sucht und es wie kaum ein anderer in Europa bis in den Tiefschnee aller Läuferherzen geschafft hat.

TEXT: MICHAEL KUNST

Wo schmettern vor dem Rennen zigtausende mehr oder weniger gestandene Sportler zwei Hymnen mit zweifelhaften Texten aus voller Kehle und wischen sich dabei Tränen der Rührung aus den Augenwinkeln? Wo singen vernunftbegabte Menschen sozusagen zum Aufwärmen ihres bald höchst geforderten Atemapparates ein Lied mit dem Refrain «Diesen Weg auf den Höhen bin ich oft gegangen. Vöglein sangen Lieder...», bevor sie sich links und rechts einhaken und schunkelnd den Schneewalzer grölen?

Wenn Sie jetzt spontan als Antwort «beim Gutmuths-Rennsteiglauf» ausrufen, dann waren Sie wohl entweder schon selbst dabei und zählen somit zu der seit Jahren wachsenden Schweizer Läufergemeinde, die immer im Mai in Richtung Thüringen in Ostdeutschland reist. Oder Sie haben sich zumindest über den legendären Lauf auf dem «Rennsteig» informiert, zauderten aber bislang noch, selber daran teilzunehmen. Weil Sie nicht wissen, warum Sie ausgerechnet an einem Crosslauf teilnehmen sollen, der über die wahnwitzig anmutende Strecke von 72 Kilometern mitten durch ehemaliges innerdeutsches Grenzgebiet führt. Was, bitteschön, soll daran erstrebenswert sein?

WIEVIEL «KULT» BRAUCHEN RENNSTEIGLÄUFER?

Fragt man Teilnehmer des Rennsteiglaufes nach diesem «Warum?», sind die Antworten so vielfältig wie die Anzahl Mitläufer. Oder anders formuliert: Ganz offenbar hat jeder seinen ureigenen Grund, warum er auf dem Rennsteig dabei sein möchte, besser: dabei sein muss. Da sind die typischen Begründungen wie «der ganze Club rennt mit, also muss ich auch!» oder «jetzt bin ich schon fünfmal dabei gewesen, ich muss unbedingt auf zehn Teilnahmen kommen». Andere heben den historischen Bezug hervor, denn «wo sonst findet man einen Lauf, der so eng mit der Geschichte eines einstmals zweigeteilten Landes verwoben ist?»

Bereits Ende der Siebzigerjahre fanden Tausende von Läuferinnen und Läufern den Weg auf den Rennsteig.

FOTO: IMAGO

Gel- und Energieriegel-Fetischisten sollten lieber woanders durch die Wälder laufen.

So müde, da helfen nur noch Streicheleinheiten.

Und auch die Schönheit der Landschaft wird gerne genannt: Immerhin führt der Crosslauf durch eine der prächtigsten Naturregionen Deutschlands.

Doch all das macht eigentlich noch keinen Kultstatus aus. Es sind vielmehr die Aussagen, die oft spontan «hingeworfen» werden und erst in ihrer Summe als Grund für die Teilnahme an einem Laufanlass herhalten, über dessen Streckenlänge andere Mehrtageswanderungen begehnen. Einige Beispiele gefällig? Als der Autor erstmals vom Rennsteiglauf hörte, war das über einen Kumpel, der sich (vor der «Wende») immerhin zwei Mal nach «drüben» eingeschlichen hatte und explizit das in den Verpflegungsstationen ausgeschenkte «Starkbier» als Grund für seine Teilnahme angab. Sonst hätte er diese irrsinnig vielen Laufkilometer wohl nie geschafft. Und bleiben wir noch bei den Erinnerungen des Autors. Der wurde einmal von einem französischen Sportmagazin im Jahr Eins nach der deutschen «Wende» zum Gutsmuths-Lauf geschickt, um Fotos von einem einzigen Motiv zu schiessen: nackte Hintern!



FOTOS: IMAGO

Mangels Umkleidekabinen zogen Mann und Frau sich damals in sportlicher Gelassenheit auf einer Wiese hinterm Ziel unter freiem Himmel um.



Zu Beginn mussten die Startnummern noch einzeln von Hand bedruckt werden.

Zu Ehren eines Pädagogen WIESO GUTSHMUTHS?

Der Namenspatron des Rennsteiglaufes, Johann Christoph Gutsmuths wurde 1759 in Quedlinburg geboren und starb 1839 in Ibenhain. Gutsmuths galt als pädagogischer Vordenker und wird als Mitbegründer des Turnens bezeichnet, weshalb die Gründer des Laufs an ihn erinnern wollten. Sein Einfluss auf die (späteren) sportlichen Aktivitäten der Deutschen wird von manchen Wissenschaftlern als deutlich höher bezeichnet als derjenige des berühmten Turnvaters Jahn. Gutsmuths bekanntestes Werk hiess «Gymnastik für die Jugend», mit dem er den «physischen Verfall der sich modernisierenden Gesellschaft» aufhalten wollte. Das Buch wurde in mehrere Sprachen übersetzt und jahrzehntlang immer wieder neu aufgelegt.

Denn mangels Umkleidekabinen zogen Mann und Frau sich damals in sportlicher Gelassenheit auf einer Wiese hinterm Ziel unter freiem Himmel um und liessen sich von einem Schlauch abspritzen. Die Franzosen empfanden das als symbolisch für den dazumal häufig angesprochenen, angeblich zwanglosen Umgang der DDR mit der Sexualität. Was natürlich völliger Quatsch war, weil nahezu alle nackten Tatsachen, die der Autor damals fotografierte, von westdeutschen Läuferinnen und Läufern stammten – die Ostdeutschen haben sich im strömenden Regen gar nicht erst umgezogen, sondern gleich triefend nass in ihren Trabbi gesetzt.

DEFTIGE HAUSMANNSKOST

Nicht weniger kurios muten die Gründe derjenigen an, die immer wieder von der «tollen Verpflegung» auf dem Rennsteig

sprechen. Speziell ist das Konzept allemal und wer unterwegs mit traditionell kohlenstoffhaltigem Wasser, Schmalzbröten, Haferschleim, Fleischgerichten in deftiger Sauce, Würstchen, Knacker, später dann Kuchen und Kaffee, verdünnt mit dem schon erwähnten Starkbier gut klarkommt, der findet hier sein Paradies. Gel- und Energieriegel-Fetischisten hingegen sollten lieber woanders durch die Wälder laufen.

Überhaupt, das Essen! Beim Rennsteiglauf erhält der Begriff «Antipasto» per se eine völlig neue Bedeutung. Denn im Gegensatz zu den weltweit vor jedem Ausdauersportereignis servierten Nudeln zum Auffüllen der Kohlenhydratspeicher, schlägt man beim Rennsteiglauf mit Gerichten wie Hechelheimer Klösse mit Gulasch und Rotkraut dem tags drauf drohenden Hungertod ein Schnäppchen. Ehrensache, dass

Wirkte weit besser, als der Name suggeriert: Stärkung mit dem legendären Haferschleim.



alles mit der einen oder anderen regionalen Starkkaltschale runtergespült wird. Angesichts der strahlenden Gesichter und heiteren Stimmung unter den «Pasta-Party-Gängern» sollte man sich wirklich fragen, ob die anderen zehntausend Laufveranstaltungen auf der Welt mit ihrer Art des «Carbo-Loading» nicht einem Irrtum aufgegessen sind.

DAS WETTER: GEFÜHLT LAUNISCH

Gestandene Rennsteigläufer, also solche, die mitunter schon seit Jahrzehnten keines der Gutsmuths-Rennen auslassen – darunter übrigens knapp 800, die öfter als 25-mal dabei waren und mehr als 300, die bereits 30 Teilnahmen sammelten, von den Dutzenden mit 40 Teilnahmen ganz zu schweigen – behaupten zudem immer wieder, dass das Wetter einen nicht zu unterschätzenden Anteil am Kultstatus des

Laufs habe. In Abwechslung mit aussergewöhnlich stark brennender Sonne gehören Regen-, Graupel-, Hagel- und/oder Schneeschauer einfach dazu. Es gilt die Regel: Wer sich beim Rennsteiglauf über das Wetter beklagt, ist entweder zum ersten Mal dabei oder wird wohl nie wiederkommen.

GESCHICHTLICH AUSSERGEWÖHNLICH

Die wirklich erfahrenen Läufer unter den Lesern, die bis zu dieser Zeile durchgehalten haben, wissen natürlich, dass auch die letztgenannten Beispiele noch keinen vollständigen Kultstatus ausmachen. Denn ein anständiger Kult steht bekanntlich auf mehreren Säulen – und eine davon heisst: Historie. Wovon der Rennsteiglauf folgerichtig auch eine Menge zu bieten hat. Der Rennsteig ist ein 170 Kilometer langer, historischer Grenzweg im ostdeutschen Thüringer- und Frankenwald. Er wurde

Zu Beginn mischten sich Dutzende von Geheimdienst- agenten unter die Läufer.

erstmal im Jahre 1330 erwähnt; man geht aber davon aus, dass es ihn schon einige Hundert Jahre zuvor gegeben hat. Im Mittelalter verteilten sich über das heutige Deutschland schätzungsweise 250 bis 350 dieser «Rennsteige». Die etymologische Herkunft der Bezeichnung ist übrigens bis heute noch nicht geklärt. Nur so weit: «Rennsteig» hat nichts mit Rennen zu tun!

Anfang der 1970er-Jahre setzten sich einige Orientierungsläufer – ein in der DDR hoch geschätzter Sport – zusammen und «hirnten» über einen wirklich langen OL, der über mehrere Tage führen und der damaligen «Friedensfahrt» auf dem Velo ähneln sollte. Sie legten eine Strecke von etwa 120 Kilometern Länge fest, die von der Hohen Sonne bei Eisenach bis nach Neuhaus führte. Vor und nach diesen Orten war jeweils

Tabuzone – weil streng bewachtes Grenzgebiet! 1973 fand ein Testlauf statt, der heute als 1. Gutsmuths-Rennsteiglauf gehandelt wird. Und zwar als reiner Ausdauerlauf, das Thema «Mehrertages-OL» wollte man aufgrund gefährlicher Grenznähe und zu wenigen zugänglichen Quartieren dann doch lieber nicht strapazieren.

Vier Teilnehmer liefen einfach mal los und wollten sehen, wie weit sie denn so kämen. Als Vorbild und Richtmarke dienten ihnen die «100 Kilometer von Biel», die sie zwar selbst aufgrund eines Reiseverbots in den Westen noch nicht unter die Sohlen nehmen konnten, von denen sie aber seit Jahren träumten. Knapp zehn Stunden später waren die Vier ziemlich erledigt, und irgendeiner fragte, wie weit man wohl gekommen sei. Nach einem Blick auf die Karte schätzte einer «etwa 100 Kilometer», wonach alle erleichtert aufatmeten und in der nächsten Herberge in ohnmachtsähnlichen Schlaf fielen.

Fortschrittliche Rahmenbedingungen «GRÜNDERZENTRUM» UNI JENA

Die Uni Jena war sozusagen das «Gründerzentrum» des Rennsteiglaufs. Wissenschaftlich wurden hier die Sportmedizin, die Traditionspflege und die Öffentlichkeitsarbeit bearbeitet. 1975 wurden alle Teilnehmer untersucht inklusive Blutabnahme vor und nach dem Lauf! Die guten Resultate halfen mit, dass die Langstrecke 1976 nicht aus «gesundheitlichen Gründen» verboten wurde. Die Zeitmessung des Rennsteiglaufes erfolgte von Anfang an auf elektronische Weise. Mit einer Startkarte aus Kunststoff, die etwas dicker und grösser als eine heutige Scheckkarte war, wurden die Läufer auf die Strecke geschickt. Wie bei einer Lochkarte war darauf die Startnummer eingestanzt und seitlich befanden sich Kontrollfelder, die an den Kontrollstellen gelocht wurden. Den Läufern waren weder Kontrollstellen (auch nicht deren Anzahl) noch die Kontrollzahlen bekannt. Im Ziel wertete ein Lesegerät die Kontrolllochungen aus und man konnte Laufzeit und Platzierung direkt ablesen. Ein vom Elektronikkombinat – Robotron eingeführtes Novum, das es so in den Siebzigern und Achtzigern weltweit bei keinem anderen Laufanlass gab.

SCHIKANIERT UND BEJUBELT

Die DDR-Parteispitze verordnete damals der Deutschen Demokratischen Republik eine neue Volkssportbewegung, die sie «Eile mit Meile» nannte. Entsprechend taufte die frischgebackenen Organisatoren des neuen Laufes auf dem Rennsteig ihr Rennen etwas anbietend «50 Meilen Gutsmuths-Gedenklau» (sie hatten übrigens ihren ersten Lauf nochmals richtig nachgemessen und kamen «nur» auf 82 Kilometer). Doch der Bezug zur Meile stiess beim zuständigen Staatssekretär auf wenig Gegenliebe.

Der «volkssportliche Charakter der Meilenlaufbewegung» sei angesichts der Streckenlänge nicht mehr nachvollziehbar. Was de facto einem Verbot gleichkam. Dennoch setzte man sich mit einer typischen DDR-Partisanenaktion durch und schrieb sich beim zuständigen Gremium des Präsidiums des Hoch- und Fachschulsports als «100-km-Leistungswanderung» ein. Was zum Erstaunen aller durchgewunken wurde – der (spätere) Gutsmuths-Rennsteiglauf war geboren!



Erstaunlich fortschrittlich: Frauen waren von Beginn weg gleichberechtigt auf allen Distanzen.

Symbol der Wiedervereinigung: Beim ersten Lauf nach der Wende führte die Strecke über das frühere Grenzgebiet.



BUCHTIPP

Helmut Hochmuth
Schattenläufer
auf der Sonnenseite –
Der Rennsteig und
seine Hinterherläufer
Acasa Werbung &
Verlag (2012)
ISBN-10: 3000399720

Bekannt gemacht wurde die «Leistungswanderung» zunächst über den Studentensportkalender, startberechtigt waren offiziell nur Studenten. Damit war die «Massenlaufbewegung» am Rennsteig in Schwung gekommen und konnte fortan nicht mehr aufgehalten werden. 1975 waren bereits über 974 Teilnehmer am Start und rund 800 kamen ins Ziel. In den darauf folgenden Jahren fanden Tausende immer Mitte Mai auf den Rennsteig. So viele, dass auch die DDR-Führung bei einem Verbot vor dem ostdeutschen Volk das «Gesicht verloren» hätte.

LAUFENDE DOPPELAGENTEN

Also blieb den überrumpelten Parteibonzen nur das Prinzip Schikane. Mit ihrer «Nichtanerkennungspolitik» legten sie dem Rennsteiglauf Unmengen «Stolpersteine auf den Weg»: So hatten etwa Ausländer, auch die aus befreundeten Staaten des Ostblocks, nur ein Startrecht, wenn sie eine Arbeitserlaubnis für die DDR hatten. Nur wenige, von den DDR-Sportfunktionären



Je mehr Teilnahmen, desto besser: Rennsteigläufer sind für ihre Treue zum Lauf bekannt.



FOTOS: IMAGO

Die Strecke führt durch eine der prächtigsten Naturregionen Deutschlands.



FOTO: IMAGO

geladene Läufer aus Westdeutschland, durften teilnehmen: Sie zeichneten sich alle durch ein Parteibuch der Deutschen Kommunistischen Partei DKP aus.

Oder fast alle. Denn im Laufe der Jahre wurde es für viele westliche Läufer, die damals bereits ahnten, dass in der DDR ein Kultlauf ins Leben gerufen worden war, zu einer Art «Zweitsportart», über Verwandte in der DDR doch teilzunehmen. Nur musste man dabei aufpassen, dass man nicht zu schnell lief: Es gab tatsächlich einige westliche Könner, die vom omnipräsenten Geheimdienst enttarnt wurden, weil sie als «bisher in der DDR unbekannte Läufer» auf dem Altersklassen-Podest standen oder in die Top-Platzierungen der Gesamtwertung liefen. Und wohl aufgrund der Nähe zur streng bewachten Grenze wurden in das Organisationskomitee des Gutsmuths-Rennsteiglaufes einige IM (informelle Mitarbeiter) von der Stasi eingeschleust. Auch unter die Läufer mischten sich offenbar Dutzende davon. Das Problem war nur: Sie lieferten nach heutigen Erkenntnissen keine oder nur belanglose Berichte ab, so dass vermutet wird, es habe sich hier wohl um echte Doppelagenten gehandelt, die einerseits ihren Job machen mussten, aber auch eine gewisse Sympathie für lange Laufstrecken hegten.

«100 KILOMETER VON BIEL» ALS VORBILD

Doch trotz aller Tricksereien und «Partisanenaktionen» konnte sich ein Urwunsch der Rennsteiglauf-Leitung erst nach der Wende erfüllen: Bereits 1975 wurde der erste Gesamtleiter des Rennsteiglaufes ernannt, dass eine «Verbindung zu den Organisatoren des Bieler 100-km-Laufes in der Schweiz nicht erwünscht sei». Was doppelt ärgerlich war, weil sich ein paar Tage später in der Post ein (offenbar ungeöffneter) Brief mit Schweizer Briefmarke befand, mit dem das Rennsteiglauf-OK von den Bieler Kollegen in die Schweiz eingeladen wurde.

Trotz aller Schikanen und Hindernisse wuchs der Rennsteiglauf zu einem echten innerdeutschen Spektakel und war auch jenseits der «gesicherten Grenzen» bereits ein Rennen mit Namen. Das schliesslich nach der Wende förmlich «explodierte», zumindest was die Anzahl Teilnehmer und Anzahl Nationen anbelangt. 1988, ein Jahr vor dem Fall der Mauer, fädelten Freunde des Rennsteiglaufes beim Staatssekretariat für Körperkultur den Antrag auf Auszeichnung beim UNESCO-Sportpreis ein. Logisch, dass sie den im Jahr der Wende gewannen. Kurios wurde es dann jedoch bei der Preisverleihung am 10. Oktober 1990 in Kanada. Die beiden Rennsteiglauf-Organisatoren Kittel und Kremer erhielten eine Urkunde, auf dem die DDR als Austragungsland aufgezeichnet war und der nun gesamtdeutsche Botschafter blieb der Bühne fern, weil immer noch von der DDR die Rede war, obwohl es die ja offiziell seit dem 3. Oktober eben nicht mehr gab.

SCHWEIZER «SPUREN» DURCH KNÖPFLI UND GSCHWEND

Sind das nun genug Gründe und Anekdoten, um den Kultstatus des Rennsteiglaufes zu untermauern? «Noch nicht ganz» würden jetzt die emotionalen Typen unter den

Rennsteigläufern antworten, denn es fehlen noch die «Helden» des Rennens. Rekordhalter wie etwa der Thüringer Christian Seiler, der 2014 den Streckenrekord auf der 72,7 Kilometer langen Supermarathonstrecke in 4:50:56 Stunden aufstellte. Und der sowieso «Mister Rennsteig» genannt wird, weil er zehnmal ganz oben auf dem Siegerpodest stand – bei allen drei Streckenlängen. Oder Isabella Bernhard, die 2003 für den «langen Kanten» 5:58:50 Stunden brauchte, eine Zeit, die bis heute von Frauen ungeschlagen ist.

Übrigens haben auch die Schweizer hier schon deutliche Spuren hinterlassen. Peter Gschwend siegte beim Supermarathon im Jahre 1999 in einer überdurchschnittlich guten Zeit von 5:16 h. Und Sonja Knöpfli triumphierte 2007 nach 6:11 h. Für den 44. Gutsmuths-Rennsteiglauf am 21. Mai 2016 sind bereits gegen hundert Anmeldungen aus der Schweiz eingegangen.

Doch der Rennsteiglauf wäre wohl niemals ein Kultrennen geworden, wenn er sich nicht auch – völlig zu Recht – als harter und unglaublich schöner «Volkslauf» einen Namen gemacht hätte. Was zwingend nach sich zieht, dass hier die breite Masse älterer wie jüngerer Läufergenerationen durch den Thüringer Wald rennt, läuft, joggt, trabt, geht oder schlurft. Und sich dabei einen feuchten Kehricht um persönliche wie offizielle Bestzeiten schert: Dabei sein reicht völlig aus. Entsprechend haben sich die Rennsteigläufer den Ruf erworben, die «härtesten Kämpfer um die letzten Ränge» zu sein. Was bitteschön symbolisch zu verstehen ist. Denn kaum eine(r) weiss bekanntlich im Vorfeld, wie gut oder dreckig es einem auf den Höhen des Rennsteiges ergehen wird. Aber vielleicht ist ja genau dieser wahrhaft volkstümliche Charakter die stabilste Säule für den Kultstatus des Rennsteiglaufes.



Nächste Austragung am 21. Mai

DIE WICHTIGSTEN RENNSTIEGLAUF-INFOS

Der Gutsmuths Rennsteiglauf zählt mit über 15 000 Teilnehmern aus mehr als 20 Nationen zu den grössten Laufveranstaltungen Europas. 1976 wurde die Streckenlänge von 82 auf 75 Kilometer reduziert, später dann auf 68 (1983 – 1985) und 65 Kilometer (1986 – 1996). Seit 1997 hat der Lauf mit dem Start in Eisenach seine heutige Länge von 72,7 Kilometern, wobei 2479 Höhenmeter bewältigt werden müssen. Der kürzere Lauf wird seit 1977 in Neuhaus gestartet, zunächst über 45 Kilometer, 43,5 Kilometer und ab 2016 über die Marathondistanz. Dazu gibt es auch noch eine Halbmarathonstrecke und Nordic-Walking-Distanzen. Infos: www.rennsteiglauf.de, www.sport-geschichte-jena.de

GARMIN.

beat your Couch



beat yesterday. fitness



ENDURO RUN

NO SHORTCUTS

Es ist genau der eine Moment, in dem sich ein flussiger Trail in eine hoch technische Passage verändert, in dem sich eine lockere Runde in eine Maximalbelastung umkehrt, und in dem Freundschaft auf Competition trifft. Ein wahrer Enduro Moment.

