

1. Rheine Kloster/Schloss Bentlage Marathon

Zum Jubiläumslauf nach Rheine



Volkmar Henke hat zum 1. Rheine Kloster / Schloss Bentlage Marathon eingeladen. Hier will er seinen 600. Marathon laufen. Eine solche Einladung kann ich nicht ausschlagen und möchte gerne dabei sein.

Nach 70 Minuten habe ich den Startort an der Obi Arena erreicht. Die Rahmenstartzeit liegt zwischen 6 und 10 Uhr. Ich bin mit meiner lieben Inge und unserer Freundin Christiane kurz vor 8 am Startort. 20 Teilnehmer/innen haben sich heute eingefunden. Einige sind bereits auf der Strecke aber ein Großteil möchte auch um 8 Uhr starten.

Volkmar ist bereits die Runde abgelaufen und hat seine Markierungen nochmals überprüft. Nun begrüßt er hier die Teilnehmer und schickt uns dann auf die Strecke.

Die Runde beträgt 7,2 km

Die Runde beträgt 7,2 km und muss 6mal durchlaufen werden. 5 km führen über befestigten Waldboden und 2 km sind asphaltiert.

Der Weg führt uns durch eine Bahnunterführung eine Allee entlang zum Kloster/Schloss Bentlage. Es ist das Kleinod von Rheine. 1437 wurde das Kloster durch den Orden vom Heiligen Kreuz gegründet, und blühte rasch auf. Im Zuge der Säkularisierung wurde das Kloster 1803 aufgelöst und nun zum Schloss umgebaut. 1978 erwarb die Stadt Rheine die Gebäude und nutzt sie seitdem für kulturelle Zwecke.

Leider haben wir keine Zeit uns die Kulturgüter anzusehen, denn die Uhr läuft. Weiter geht es an der Ems entlang und durch den Bentlager Wald. Hier gibt es viel

Schatten. Das Wetter ist heute nach den Hitzerekorden vom Dienstag und Mittwoch mit 25 Grad recht moderat. Jetzt am frühen Morgen ist es mit 16 Grad noch sehr angenehm. Bald erreichen wir den Salinenpark Rheine und können an den Gradierwerken tief Luft holen. Danach führt uns der Weg am Zoogelände vorbei durch eine Unterführung auf eine 2 km Schleife wieder zurück zum Start. Da hat sich Volkmar für seinen Jubiläumslauf eine schöne Strecke ausgesucht.

Volkmar ist ein großes Vorbild

Ich kenne Volkmar bereits seit einigen Jahren. Oft sind wir in Süchteln, Münster, Bad Godesberg und Düsseldorf zusammen gestartet. Ich bewundere ihn schon lange für seine Hartnäckigkeit, mit der er allen Widrigkeiten des Alters trotzt. Gesundheitliche Rückschläge hielten ihn nicht davon ab weiterhin seinem Lieblingssport nachzugehen. Heute läuft er also mit 78 Jahren seinen 600. Marathon. Dem 100 MC gehört er seit dem Gründungsjahr an und kennt fast alle bekannten Gesichter. Gerade für uns ältere Läufer ist er ein leuchtendes Vorbild.

In seiner langen Läufer Vita stehen neben den schnellen Marathonzeiten unter 3 Stunden auch Ultraläufe und Starts in vielen Ländern. Im letzten Jahr war er noch beim 1. Maspalomas Marathon auf Gran Canaria dabei und kam dort mit 5:20 ins Ziel.

Trotz massiver Rückenschmerzen will er heute den Jubiläumslauf genießen und plaudert ausführlich mit seinen Mitläufern.

Für die Laufverpflegung muss man selbst sorgen

Am Verpflegungspunkt lasse mich von meiner Begleitung versorgen. Da hier keine Startgebühr anfällt muss man sich selbst versorgen. Gut, dass man das Auto direkt an der Strecke parken kann. Inge und Christiane machen fleißig Fotos und halten so das denkwürdige Ereignis fest.

Mit Peter, René, Joachim, Christoph, Jürgen, Gerd und Dietrich sind etliche Bekannte heute dabei. Besonders freue ich mich, dass ich hier mal wieder Johann Spieker treffe. Wir haben uns lange nicht gesehen. Auch Johann hatte gesundheitliche Probleme, aber er ist unverwüstlich auf der Strecke. Inzwischen läuft der 83jährige schon wieder unter 5 Stunden.

Ich laufe in der ersten Runde mit zwei jungen Frauen aus Witten zusammen. Eine hatte im Frühjahr eine Coronainfektion und leidet immer noch unter den Spätfolgen. Nun überlegen sie, ob sie eine oder zwei Runden laufen sollen. Am Ende werden es doch vier Runden.

Nach der ersten Runde bieten sie mir eine selbstgemachte Energiekugel an. Sie enthält wohl viel Eiweiß, Zucker, Nüsse und schmeckt gut. Anscheinend hilft sie auch, denn ich komme weiterhin gut vorwärts. Die Strecke ist flach, bietet viel Abwechslung und ist gut markiert. Besonders das Stück an der Ems entlang gefällt mir sehr gut. Kein Wunder, dass es für mich gut läuft. Da hat Volkmar eine gute Wahl getroffen.

Eva Gaszek holt sich den Gesamtsieg

Eva Gaszek ist wie immer flott unterwegs und überrundet mich zweimal. Sie wird heute die Gesamtwertung für sich entscheiden.

Bald kommt mir Gunla entgegen. Sie ist wie immer als Paparazzi unterwegs. Als

ehemalige Lehrerin vergibt sie nun Haltungsnoten für die Läufer. Ich bekomme von ihr eine schmeichelhafte Eins. Davon habe ich während meiner Schulzeit nur geträumt.

Inge und Christiane haben am Natur Zoo Fotomotive gefunden. Erst auf meinen Ruf „Hier spielt die Musik“ konzentrieren sie sich wieder auf mich.

Dann kann ich zu Gerd und Dietrich auflaufen. Sie unterhalten sich über den Buchwedel Marathon, der bereits am kommenden Mittwoch stattfindet. Natürlich werden beide dort starten. Kein Wunder, dass sie im ersten Halbjahr bereits 61 bzw. 27 Läufe geschafft haben.

Ich kann immer noch im Salinenpark tief Luft holen und öfters kommt mir auch ein kühles Lüftchen entgegen. So kann ich zügig weiterlaufen.

Am Auto entscheide ich mich jetzt für gekochte Kartoffeln mit viel Salz. Das bekommt mir ausgezeichnet. Natürlich muss man sie mit viel Flüssigkeit hinunterspülen.

Jürgen Kuhlmei ist auch dabei

In der 4. Runde treffe ich auf Jürgen Kuhlmei. Obwohl er schon über 700 Läufe in mehr als 100 Ländern gelaufen ist, lässt es sich der 84jährige nicht nehmen heute hier beim Jubiläumslauf dabei zu sein.

Aus meinem Auto nehme ich nun immer eine Wasserflasche mit, um mir auch unterwegs einen Schluck zu gönnen. Inge ist mit meiner Verfassung zufrieden und bietet mir einen nassen Waschlappen zur zusätzlichen Erfrischung an. Weiter geht es. Noch zwei Runden sind zu laufen. Da einige Teilnehmer früher gestartet oder schneller unterwegs sind wird es jetzt ein wenig einsam für mich. Aber das ist kein Problem für mich. Die Zahl der Radfahrer nimmt jetzt zu und manche große Truppe ist dabei. Mir fallen die vielen E-Bikes auf, damit können auch Ältere jetzt lange Strecken bewältigen.

Nun geht es in die letzte Runde und auf den sonnigen Abschnitten wird es doch immer wärmer. Ich komme aber weiterhin gut vorwärts und brauche keine Gehpausen. Sechsmal 7,2 km machen also 43,2 Km. Bei der Marathonmarke schaue ich auf die Uhr. Mit 5:47:05 bin ich hochzufrieden. Da waren die letzten beiden Läufe doch wesentlich langsamer. Aber wie sagt Volkmar immer so schön „Zeiten sind Schall und Rauch“ Nach 43,2 km erreiche ich in 5:55:38 das Ziel und lasse mich von Inge und Christiane feiern. Volkmar wartet auch noch auf mich. Er hat sein Jubiläumsshirt an und sein Freund Hermann fotografiert alle Finisher und notiert die Zeiten.

Nachlese im Biergarten

Direkt am Ziel liegt „Das alte Gasthaus Delsen“ Hierhin hat uns Volkmar zum Umtrunk in den schattigen Biergarten eingeladen. Neben kühlen Getränken gibt es auch Kaffee und Kuchen. Für Volkmar hat sich zur Feier des Tages schon ein Gabentisch mit vielen kleinen Geschenken gebildet. Neben Büchern, Blumen, Gebäck und einem schönen Luftballon gibt es auch die Ehrenurkunde des 100 MC, welche Gerd Junker als 2. Vorsitzender übergeben hat. Ja, Ehre wem Ehre gebührt. Zum Glück hat noch niemand einen Pokal übergeben und so kann ich Volkmar mit einem solchen überraschen. Dieser soll ihn nun noch lange an seinen stolzen Tag erinnern.

Wir alle freuen uns, dass Volkmar sein großes Ziel erreicht hat. Natürlich geht es für ihn läuferisch weiter. Wer weiß wohin ihn sein Weg noch führt. Nichts ist unmöglich.

Nach ausgiebigen Gesprächen machen wir uns auf den Heimweg. Wir sind uns einig, dass heute mal wieder ein perfekter Tag war. Danke für all deine Mühe Volkmar.