

61. Westenergie Marathon

Marathon "Rund um den Baldeneysee"



Zum 61. mal fand nun der Marathon „Rund um den Baldeneysee“ statt und ist damit der älteste Marathonlauf in Deutschland. 1963 begann die Erfolgsgeschichte und setzt sich bis heute fort.

Mit dem Baldeneysee hatte man ein wunderschönes Fleckchen mitten im Ruhrgebiet gefunden. Vor 90 Jahren wurde hier die Ruhr gestaut und damit ein Naherholungsgebiet der besonderen Art geschaffen. Zahlreiche Sportvereine siedelten sich an und nutzten den See zum Segeln und Rudern. Bald hatten auch die Läufer den See entdeckt, konnten sie doch am Ufer auf einer 18 km langen Runde sich nach Herzenslust austoben.

So war es logisch, hier am See auch Laufwettkämpfe auf den breiten Uferwegen auszutragen. Die Idee fand im sportbegeisterten Ruhrgebiet sofort breite Zustimmung und einen festen Läuferstamm.

Ich war auch schon 22mal am Start und konnte 1994 hier meine Marathonbestzeit laufen.

Seerunde führt über 18 Kilometer

Auch in diesem Jahr wollte ich wieder dabei sein. Da zur Marathondistanz auch die 18 km Seerunde angeboten wird hatte ich eine prima Alternative. Die Seerunde wird seit 2016 im Rahmen des Marathonlaufes angeboten und hat inzwischen von den Teilnehmerzahlen den Marathon überholt.

Auch in diesem Jahr haben sich für die Seerunde über 1100 Teilnehmer gemeldet.

Die Startunterlagen hole ich bereits am Samstag ab, und ich finde einen günstigen Parkplatz direkt an der Ausgabe. Schnell erhalte ich meine Unterlagen und es gibt noch zusätzlich gute Wünsche für morgen.

Heute findet bereits der Walking Day statt, und die letzten Walker kommen gerade ins Ziel. Sie haben auf einer großen Schleife 14 km absolviert.

Ich treffe noch die Familie Roch und Scheele. Karl macht morgen den Zugläufer für 4:15 und wird seine Gruppe punktgenau ins Ziel bringen. Jutta, Hanna und Michael haben die Gepäckabgabe übernommen und werden die Aufgabe souverän lösen.

Auf dem Weg zurück zum Auto werden wir von einem Gewitterschauer überrascht. Nach 15 Minuten ist der Spuk vorbei und wir sehen einen wunderschönen Regenbogen über dem See. Das sollte doch ein gutes Omen für morgen sein.

Problemlose Anfahrt

Am Sonntagmorgen mache ich mich mit meinem Sohn Dennis auf den Weg zum See. Meine Frau Inge und unsere Freundin Christiane begleiten uns und werden wieder viele Fotos machen. Um diese Uhrzeit kommen wir problemlos vorwärts und werden auf der Freiherr vom Stein Straße zum Parken eingewiesen. Von hier aus sind es nur wenige Meter bis zum Start.

Im Regattahaus ist die Umkleidemöglichkeit und die Gepäckabgabe ist in einem Zelt direkt an Start und Ziel. Hier braucht man keine Kräfte bei langen Wegen verschwenden.

Wir treffen noch unseren Vereinsfreund Danny. Auch er läuft heute die Seerunde und wird mit 1:18:29 den 8ten Platz in der M40 belegen.

Ausgerechnet an diesem Wochenende hat sich ein Kälteeinbruch angekündigt. In der Nacht gab es einen Temperatursturz auf 4 Grad außerdem waren ergiebige Regenschauer angekündigt. Da stellt sich die Frage was zieht man an. Am Start sehe ich alle Varianten von kurz bis zur Winterausrüstung. Ich selbst habe einen Kompromiss gefunden. Ein langärmeliges T-Shirt mit einem Windbreaker soll mir reichen. Da der Regen zum Glück ausbleibt liege ich damit richtig.

Start erfolgt um 9:45 Uhr

Seit dem letzten Jahr gibt es eine Änderung. Der Start erfolgt nicht mehr auf der Freiherr vom Stein Straße, sondern direkt hinter dem Regattaturm. Der Start für die Seerunde erfolgt pünktlich um 9:45 Uhr. Die Marathonläufer werden um 10 Uhr folgen. Da sie zuerst in Gegenrichtung eine 6 km Ausgleichsrunde laufen, wird es keine Probleme geben.

Wir laufen hoch zur Werdener Brücke und von dort durch Werden hinunter zum See. Am Stauwehr bei Kilometer 4 stehen zahlreiche Zuschauer. Hier ist also auch der 1. Wechselpunkt für die Staffelläufer, welche dann aber bereits 10 km geschafft haben. Inzwischen hat sich das Feld bereits weit auseinandergezogen. Die nächsten Kilometer verlaufen immer am Seeufer entlang. Jetzt kommt aber der Wind unangenehm von vorne. Die Segler auf dem See sind begeistert, aber den Läufern macht er das Laufen schwer.

In Kupferdreh haben wir Kilometer zehn erreicht. Hier ist auch eine Verpflegungsstelle welche Wasser; Iso und Cola anbietet.

Über die Kampmannbrücke geht es dann zurück. Ich staune, wie modern die Brücke nun ist. Allerdings kommen einige Höhenmeter dazu. Auch hier gibt es wieder eine Trommlergruppe, welche uns anfeuert.

Nun laufen wir wieder am Seeufer zurück. In einer Wohnsiedlung gibt es durch die Anwohner Beifall. Jetzt sind es nur noch 4 km bis zum Ziel. Ich bin froh, dass ich nicht noch eine weitere Runde laufen muss. Mit 76 Jahren sollte man doch mit seinen Kräften haushalten.

Schöner Zieleinlauf

Bald kommt der Abzweig wo sich die Seerunde von den Marathonläufern trennt. Jetzt sind es nur noch 1,5 km. Noch zweimal abbiegen und ich habe das Ziel am Regattaturm im Blick. Auf der Tribüne haben sich viele Zuschauer eingefunden und feuern die Finisher an. Meine Vereinsfreunde Carla und Bernd sind auch dabei. Herum geht es um den Regattaturm und ich sehe den Zielbogen. Eine Cheerleader Gruppe bejubelt jeden Läufer und der Sprecher nennt die Namen. Nach 2:19:51 bleibt die Uhr für mich stehen. Das ist Platz 6 in meiner Altersklasse M75. Nachdem ich mich kurz erfrischt habe, ziehe ich mich schnell um. Zu zivilen Preisen kann man sich bei Kaffee und Kuchen noch mit den anderen Läufern austauschen. Zeitweilig kommt sogar die Sonne hervor und wärmt uns auf. Dennis ist noch unterwegs. Er sah zu Beginn der zweiten Runde noch gut aus. Wir warten auf der Tribüne und nach 4:03:50 ist auch er zufrieden im Ziel. Auch er musste dem kalten Wetter etwas Tribut zollen. Zufrieden fahren wir nach Hause und wollen gerne zur nächsten Auflage wiederkommen.