

16. Rhein-Herne- Kanal Marathon in Essen Dellwig

Feiertag am Rhein-Herne-Kanal



115Bilder

- Werner Britz ist heute der Star.
- hochgeladen von [Werner Kerkenbusch](#)

Zum 16ten Mal lud Michael Scheele die Laufgemeinschaft zum Marathonlauf nach Essen Dellwig.

Die Veranstaltung ist mittlerweile zum Selbstläufer geworden. Bei 120 Meldungen musste Michael die Reißleine ziehen und die Anmeldung über Race Result schließen. Läufer aus den Niederlanden, Frankreich, Griechenland, Großbritannien, Spanien, Polen und Afghanistan geben dem Lauf dann auch noch ein internationales Flair.

Michael bietet eine 7,1 km Runde direkt am Rhein-Herne-Kanal. Der Start ist in Essen an der Prosperstraße. Hier ist eine Bushaltestelle und für die PKW-Fahrer der Parkplatz des Freibades Hesse. Gut, dass es noch nicht geöffnet hat. Da können sich die Läufer hier breit machen. Das ist auch wichtig, da für die Verpflegung jeder selbst zuständig ist. Prima, wenn diese dann problemlos aus dem Kofferraum erfolgen kann.

Start ab 6 Uhr

Der offizielle Start ist um 10 Uhr. Ab 6 Uhr kann man aber auch nach Belieben starten. Das ist günstig, denn neben der Marathondistanz wird auch die 50 Kilometerstrecke angeboten. Allein hierfür haben sich 20 Läufer/innen angemeldet.

Michael hat aber auch ein Herz für Teilnehmer welcher es etwas moderater mögen. Zwischen einer und sieben Runden wird alles gewertet. Wer möchte kann die Distanzen auch walken. Ein Zeitlimit gibt es hier nicht. Ideal also für jeden, wenn er mal seine Grenzen ausloten möchte.

Bei der Anmeldung muss man zwar die gewünschte Entfernung angeben, trotzdem kann jeder während des Laufes noch eine Runde kürzen oder verlängern.

Ich habe mich mit 3 Runden für die halbe Distanz gemeldet. Heute ist es mir gelungen meinen besten Lauffreund Helmut zum Start für 2 Runden zu überreden. Wir laufen jeden Sonntagmorgen zusammen durch den Hiesfelder Wald, aber heute dann halt mal am Kanal. Wir treffen uns um 9:30 und melden uns bei Michael, welcher aus seinem PKW ein Meldebüro gemacht hat. Ein Startgeld braucht man hier nicht entrichten jedoch kann man gerne das Spendenschwein füttern. Das mache ich doch gerne, denn neben einer Urkunde erhält man hier auch sofort eine schöne Erinnerungsmedaille. Davon habe ich nun schon 15, denn ich war hier immer dabei. Nur einmal musste ich coronabedingt passen. Gut, dass wir dies hinter uns haben. Zur Zeit grassiert allerdings einer Erkältungswelle. 20 Angemeldete mussten wieder absagen, sodass 112 starten werden.

7,1 KM Runde

Schnell machen wir noch ein Gruppenfoto und dann geht es über die Brücke hinunter zum Kanal. Für 3,5 km verläuft die Strecke nun bis zur Osterfelder Brücke, welche überquert wird. Danach geht es dann immer am Kanal entlang wieder zurück zum Freibad. Das hört sich vielleicht langweilig an, ist es aber keineswegs. Auf dieser Distanz berühren wir immerhin mit Essen, Bottrop und Oberhausen drei Ruhrgebietsstädte. Mit dem Oberhausener Centro, dem Gehölzgarten, dem tanzenden Strommast und der Emscher Kunst gibt es einiges an Abwechslung. Die Aussicht auf den Gasometer gibt es auf dem Hinweg noch zusätzlich. Das Wetter ist heute mit 15 Grad durchaus frühlingshaft. Zwar hält sich die Sonne noch etwas zurück doch für März ist es doch sehr angenehm.

Ich laufe mit Helmut zusammen und wir treffen ständig andere Mitläufer. Entweder können wir sie überholen oder werden selbst überholt. Fast alle kenne ich hier, denn es gibt viele Wiederholungstäter.

Karl und Kerstin gehören genau wie Andreas zu den 50 km Läufern. Christian läuft den Marathon, und wird diesen heute als Sieger beenden.

Vom VfL Bergheide sind 13 Mitglieder dabei, wobei 3 Damen mit der 28,4 Kilometer Walkingstrecke die längste Distanz gewählt haben. Am Ende kann der VfL Bergheide 8 Podiumsplätze feiern, davon 6-mal Platz 1.

Zusammen mit Helmut vergeht die erste Runde wie im Fluge. Ich trinke kurz einen Schluck Wasser, um meinen trockenen Mund auszuspülen, dann geht es auch schon weiter.

Bald werden wir von Wibke überholt. Sie ist auch auf dem Weg zum 100sten. 73 hat sie bereits geschafft und wird den 100sten vielleicht auch hier feiern wollen.

Dann sehen wir vor uns meinen Sohn Dennis. Er hat neuerdings einen Hund namens Kilan und will heute mit ihm eine Runde joggen. Das macht anscheinend beiden Spaß.

Werner Britz ist der Star heute

Mit Werner Britz sehen wir den heutigen Star im Aufgebot Er läuft heute seinen 500sten Marathon. Er kommt aus Aurich und hat es sich nicht nehmen lassen heute hier seinen

Jubiläumslauf zu absolvieren. Er ist auch Dauergast und liebt die Strecke und die Atmosphäre. Wenn das kein Kompliment für Michael und seine Veranstaltung ist. Für einen Glückwunsch ist es noch etwas zu früh aber eine herzliche Begrüßung und Glückwünsche für die Reststrecke sind fällig.

Dann haben wir die zweite Runde geschafft. Helmut macht nun Schluss und ich kann Inge und Christiane begrüßen. Sie machen heute wieder die Fotos und werden gleich noch Kilan betreuen, denn der soll nach einer Runde nicht überfordert werden.

Nun laufe ich mit Danny in die dritte Runde und genieße das schöne Wetter.

Mit der Halbmarathondistanz habe ich die richtige Entscheidung getroffen. Nach dem 200sten Marathon, welchen ich im vergangenen Jahr auch hier gelaufen bin, habe ich mich entschlossen es nur noch halblang zu machen. Seitdem macht mir das Laufen doch wieder mehr Spaß. Ich muss halt dem Alter Tribut zollen.

Auch die dritte Runde läuft für mich gut und so kommen ich nach 2:50:33 zufrieden ins Ziel. Schnell melde ich meine gestoppte Zeit im Orgabüro und wechsele am Auto meine Kleidung. Natürlich möchte ich noch den Zieleinlauf von Werner Britz mitnehmen. Die Ziellinie ist schon geschmückt und viele Freunde warten, um ihn bei seinem Jubiläum zu feiern.

Jetzt kann ich die Marathonläufer noch anfeuern und mich mit den Finishern unterhalten. Einige haben auch nach 50 km nicht genug und wollen das schöne Wetter noch nutzen, um heute die 70 km voll zu machen. Da kann ich nur staunen.

Ralf und Birgit sind auch schon im Ziel. So sind vom TC Kray auch 8 Vereinsmitglieder dabei.

Ich komme mit Ray aus Straßburg in Gespräch. Er hat den 50 km Lauf in 4:04:15 gewonnen. Solche Veranstaltungen gibt es in Frankreich nicht und er ist begeistert. Heute lernt er noch ein neues deutsches Wort „Prost“

Toller Empfang für Werner Britz

Dann höre ich den Ruf „Werner kommt“ Wir positionieren uns zu „La Ola Welle“ und mit einem breiten Lächeln läuft er durchs Ziel.

Michael gratuliert ihm und übergibt die Urkunde des 100 MC und einen Pokal. Jutta hat extra einen Kuchen mit einer 500 gebacken und Inge und Christiane ein Transparent gemalt. Das wird einen Ehrenplatz bei ihm zu Hause bekommen.

Werner hat noch Sekt mitgebracht und erklärt kurz, warum er sein Jubiläum unbedingt hier feiern wollte. Nach einer schweren Herzerkrankung hat er doch hier mit einem Halbmarathon den Wiedereinstieg geschafft. Er bedankt sich bei allen, welchen ihn unterstützt und heute gefeiert haben.

So geht ein schöner und emotionaler Tag zu Ende. Michael wird die Serie fortsetzen und im Juli wird es dann mit dem 17ten Rhein-Herne-Kanal Marathon weitergehen. Den genauen Termin wird Michael rechtzeitig bekannt geben.