

Heutzutage wird vieles gemessen, gewogen oder gezählt, um in Folge dessen als rekordwürdig bezeichnet zu werden. Besonders mehr oder weniger sinnvolle sportliche Aktionen sind dabei zu finden. Auch ich bin davon infiziert, allerdings auf einem ganz niedrigen Level: meine Rekorde gelten wahrscheinlich nur in Heiligensee, mit etwas Glück auch noch in Tegel, aber ganz sicher nicht mehr für ganz Reinickendorf. Bereits im VfL-Info Nr.10-12/2012 habe ich über meine Marathonserie (60 Marathons in jeweils 1 Minute Abstand, also in 3h:01min, 3h:02min usw. bis 4h:00min) berichtet, eine meiner bisherigen Highlights und persönlichen Rekorde.



Nun habe ich endlich eine weitere persönliche Schallmauer durchbrochen. 200 Wettkämpfe über die Marathonstrecke (oder auch über längere Distanzen) sind geschafft. Am 29. September 1983 absolvierte ich beim Berlin-Marathon das erste Mal diese Traumstrecke, damals in 3:23:13. Den 200. Lauf über diese Distanz „feierte“ ich am 14. Dezember 2014 beim Siebengebirgsmarathon in Bad

Honnef. Dabei war der Wettergott „mit von der Partie“, denn den ganzen Samstag regnete es durchgehend (bei 2 Grad Celsius), ebenso am darauffolgenden Montag. Nur beim sonntäglichen Wettkampf war es „staubtrocken“, abgesehen von den tief hängenden Nebelwänden, den ersten Schneeflecken des Jahres und den schlammstrotzenden, auf uns Läufer wartenden Waldwegen. Sowohl meine Frau Annemarie (die den Halbmarathon in 3:06:36 walkte und damit ihre AK gewann) als auch ich (nach 3:53:21, ebenfalls AK-Sieger) hatten unsere liebe Not mit dem sehr anstrengenden Profil (650 Höhenmeter) und rutschigen „Geläuf“. Hinterher sahen wir suhlenden Schweinen ähnlicher als erfolgreichen Läufern.

Was waren besondere Höhepunkte, Besonderheiten, Traumläufe? Hier eine kurze Zusammenfassung:

- schnellster Marathon: 2:45:33 beim Berlin-Marathon 1993
- emotionalster Lauf: 1990 beim ersten Berlin-Marathon durch's Brandenburger Tor
- langsamster Marathon: 20. Dezember 2008 beim „Decke-Tönne-Marathon in Euskirchen (Gruppenlauf, also ALLE im gleichen Tempo, aber auch 43,5 km) in 4:42:00. Ich habe es aber

immerhin geschafft, bisher nur 7 Mal länger als 4:00:00 zu benötigen. Die bisherige Durchschnittszeit über alle meine Marathons: 3:23:28.

- längste Laufserie: 24x Berlin-Marathon
- Marathon-Gesamtsieger: im August 1999 beim Elbe-Havelmarathon in Sandau (2:57:43 mit 300 DM Siegprämie), im August 2008 beim Oldesloer Auf-und-Ab-marathon in 3:32:28 (allerdings 44,4 km, Siegprämie 1 Flasche Schnaps!!) und im Dezember 2010 beim Gevattersee-Marathon in 3:53:00 (Schnee, Glatteis, Glühwein)
- entferntester Marathon: Honolulu 1996 (in 2:59:18, 186. Gesamtplatz bei einigen 10.000 Teilnehmern), dann noch mal 2003 (in 3:19:07) und 2012 (in 3:28:24).
- fast gleiche Zeiten: April 1998 in Hamburg in 2:49:17 und September in Berlin in 2:49:15
- größte Feier nach dem Marathon: beim „Jahrtausendmarathon“ am 31.12.1999 (Start um 21 Uhr, meine Laufzeit 3:17:44, damit erst im nächsten Jahrtausend im Ziel).
- größte Rundenzahl bei einem Marathon: im Januar 2009 beim Senftenberger Hallenmarathon (169 Runden in 3:19:21)
- meiste Grenzüberschreitungen: Bodenseemarathon (D, CH, Ö, in 3:20:43)
- meiste Marathons hintereinander: Passionslauf 2006 mit 5 Marathons in 5 Tagen (3:54:33, 3:56:30, 3:43:50, 3:57:28 und 3:39:34) in Lilienthal bei Bremen
- tiefstgelegene Laufstrecke: Untertagemarathon im Salzbergwerk Sondershausen im Dezember 2010 (700 m tief, heiß wie im Backofen, in 3:31:48)
- größte „Schaukelei“ und Wind: im Juli 2014 auf dem Kreuzfahrtschiff Artania in 4:02:28
- größte Treppenstufenzahl: 9. November 2014 beim TÜV-Indoor-Marathon (je 1210 Stufen auf und ab, in 3:52:23)
- größte Etagenzahl: 2008 in 3:35:55 und 2010 in 3:46:40 beim Parkhausmarathon (47 Runden jeweils 5 Etagen (=235 Etagen))

Zu meinen insgesamt 153 Marathons kommen noch 47 Ultraläufe hinzu: 6x 50 km, 5x60 km, 9x Rennsteig-Ultra mit 65...72,7 km, 2x Swiss-Alpine mit 67 km, 4x Müritzt-Umrandung mit 75...78,5 km, 1x Comrades-Lauf in Südafrika mit 89 km, 14x 100km bei verschiedenen Wettkämpfen sowie 6x Apeldoorn-24h-Lauf mit insgesamt 1075 km (dabei mein längster Einzellauf 1998 mit 193,88 km.

Was bleibt? Viele wunderbare Erinnerungen, berührende Freundschaften mit anderen Läufern, ungezählte Muskelkater, herrliche Reiseerinnerungen, aber auch eine gehörige Wettkampfmüdigkeit. Und wie geht's nun weiter? Schauen wir ,mal!

Karl Mascher