

10. Berliner Mauerweglauf über 100 Meilen am 13./14.8.2022

Bereits am 9. November 2021 um 18:57 Uhr öffnete sich die online-Anmeldung zu diesem außergewöhnlichen Lauf. Das seltsame Datum bzw. die Uhrzeit erinnern an die Pressekonferenz von SED-Politbüro-Mitglied Günter Schabowski, der 1989 um 18:57 auf die Frage des Hamburger Bild-Zeitungsreporters Peter Brinkmann, ab wann der vorhin von Schabowski verkündete Beschluss des Politbüros des Zentralkomitees der SED zur Maueröffnung gelte, die Antwort stotterte: „Das tritt nach meiner Kenntnis – ist das sofort, unverzüglich“.



Ganz mutig meldete ich gleich zwei 4er-Staffeln an, 10 Monate vor dem Starttag, wobei da natürlich noch nicht feststand, wer letztendlich starten würde. Relativ früh hatten wir dann die Mann(Frau)-schaften komplett und auf die unterschiedlichen Streckenlängen (36,7 km – 37,0 km – 31,8 km und 55,9 km) aufgeteilt. Da sich jedes Jahr die Laufrichtung ändert, waren wir 2022 gegen den Uhrzeigersinn unterwegs. Und als Neuerung waren Start bzw. Ziel nicht mehr im Friedrich-Ludwig-Jahn-Sportpark in Pankow, sondern im Erika-Hess-Eisstadion in Berlin-Mitte, wodurch die Streckenlänge von 161 km

zwar ungefähr gleich blieb, aber die erste Etappe 3 km länger und dafür die 4. Etappe entsprechend kürzer – sehr positiv, denn damit war die 4. Etappe nicht mehr so außergewöhnlich lang.

Ebenfalls außergewöhnlich war der Sommer: viele, viele Tage vorher eine Hitzewelle mit Temperaturen über 30 Grad, wodurch dann die erforderlichen langen Trainingseinheiten zur Qual wurden. Und auch die



Vorhersage für den Wettkampftag kündigte Tropenwetter mit 32 Grad an, die aber dann doch nicht so extrem ausfielen – nur 28 Grad, dafür ziemlich schwül, da am Nachmittag und frühen Abend einige kleine Regenschauer(chen) ein Saunaklima erzeugten.

Start war für die Einzelläufer um 6 Uhr, wir Staffeln wurden um 7:30 Uhr losgelassen. Paul für unser Team1 und Holger für das Team2 stürmten los, immer dem ehemaligen Mauerstreifen folgend. Leider musste Holger (zu schnell losgelaufen? - Kreislaufprobleme) seinen Wettkampf abbrechen, wodurch sein Team geplatzt war. Paul hatte sich in den Wochen vorher einen Muskelfaserriss zugezogen, lief deshalb – für seine Verhältnisse – vorsichtig los und damit kam er sicher und während seiner 36,7 km supergleichmäßig in 3:37:54 zum Wechsellpunkt beim Ruderclub



Hennigsdorf. Schnell war das Transponderband (zuständig für die elektronische Zeiterfassung) an Oliver Bolm übergeben.

Oliver ist der Sohn des 2. Vorsitzenden unserer Leichtathletikabteilung und mit seinen 36 Jahren ein sehr erfolgreicher Triathlet/Ironman. Seine Etappe gehört zu den schönsten Abschnitten des Berliner Mauerweges und führt über Eiswerder, Staaken und Kladow nach Sacrow. Oliver war von den hohen Temperaturen unbeeindruckt. Die 37,0 km spulte er in hervorragenden 2:54:24 ab und damit war unser Team nun deutlich schneller unterwegs als unsere geplante Marschtabelle vorgab. Unmittelbar im

Schlosspark Sacrow vor dem kleinen Schloss gab Oliver den Transponder weiter an Florian Lür.

Florian ist 2. Vorsitzender der Handballabteilung im VfL Tegel. Ab und zu findet man ihn auch in den Ergebnislisten von Halbmarathonläufen. Deshalb war er für die nächste Etappe von Sacrow nach Teltow gesetzt, die in 31,8 km über Krampnitz, Potsdam, Potsdamer Brücke, Klein-Glienicke, Griebnitzsee und Kleinmachnow nach Teltow führte. Ebenfalls eine sehr schöne Strecke, viel Wasser und auch schöner Wald. Im Ziel erwarteten ihn seine Frau und die Kinder, eine weitere Motivation, um alles aus sich herauszuholen. Seinen bisher längsten Laufwettbewerb beendete er in sehr guten 2:50:56 und damit war unsere Staffel ein weiteres Stück schneller als geplant.

Schnell den Transponder mit dem Klettband um das linke Fußgelenk gebunden, dann konnte ich knapp vor 17 Uhr mit der letzten Etappe beginnen. Mein offizieller Radbegleiter war Hartmut, der schon mehrmals andere Läufer/innen in den vergangenen Jahren auf dem Mauerweglauf begleitet hatte und auch selbst schon 2018 eine Etappe gelaufen war. Da ich etwa ab der Streckenhälfte in der Dunkelheit laufen musste, war ein Radbegleiter zur Streckenbeleuchtung und Wegsuche sehr wichtig. Immer am südlichen Stadtrand entlang, vorbei in Marienfelde, Lichtenrade, Buckow, Gropiusstadt ging es nach Rudow. Einige Abschnitte dieser Strecke hatten noch den alten Betonplatten-Untergrund aus DDR-Zeiten, bei anderen wurde in der Euphorie des Mauerfalls der ehemalige Kolonnenweg spurlos beseitigt und besteht bis heute nur aus laufschuhbreiten Sandspuren, die extrem anspruchsvoll zu laufen sind. Von der versprochenen Wegsanierung war leider nichts zu sehen – Berlin wirbt zwar für den schönen Mauerweg, den es aber über viele Kilometer gar nicht gibt. Schade!

Ab km 30 begann dann ein sehr langweiliges Stück: zwar ein superglatter Radweg, aber schnurgerade zwischen Teltowkanal und A113 eingeklemmt und kein Ende zu sehen. Allmählich wurde es auch dunkel und nach trögen 7 km kam meine Stirnlampe zum Einsatz und auch eine reflektierende Weste musste ich überziehen. Bei immer noch 27 Grad kein Vergnügen. An jedem Verpflegungspunkt – nach jeweils 6...8 km – wurden meine Pausen immer länger, ich musste meinen dröhnenden Kopf kühlen, um überhaupt noch weiter zu kommen. Je näher der Mauerweg zur Innenstadt führte, desto eckiger wurde die Strecke. Rechts, wieder links, ständige Richtungswechsel. Und verdammt viele rote Ampeln, die man auf keinen Fall

ignorieren durfte, denn der Veranstalter hatte bei Nichtbeachtung mit Disqualifikation gedroht (und in einem der vorjährigen Läufe wurde sogar der Führende deswegen aus dem Rennen genommen!). Wir kamen immer näher an die Sehenswürdigkeiten – Oberbaumbrücke, East Side Gallery, Checkpoint Charlie in der Friedrichstraße, Brandenburger Tor, Reichstag, Berliner Hauptbahnhof. Besonders für Hartmut auf dem Fahrrad wahrlich kein Vergnügen, denn die vielen feiernden Hauptstadtbesucher hatten wenig Verständnis für unsere Drängelei und wir ernteten manchen Fluch.

Da der kurze Regenschauer die Bodenmarkierungen zum Teil ausgelöscht hatte und auch die klitzekleinen reflektierenden Pfeile, die an manchen Laternen und Pfosten klebten, oft nicht zu sehen waren, mussten wir in der Nähe des supermodernen Axel-Springer-Bürohauses einige Extraschleifen einlegen und suchten ungefähr 7 Minuten lang nach der richtigen Laufstrecke. Ein „Eingeborener“ konnte uns schließlich weiterhelfen. Dadurch war mein Adrenalinpegel hochgeschneit und plötzlich konnte ich wieder deutlich schneller laufen. Unmittelbar vor dem Einlauf ins Eisstadion erwarteten mich Paul (der ja die erste Etappe



gelaufen war) sowie Thomas (der bei unserer 2. Staffel ebenfalls die 4. Etappe laufen sollte, aber wegen des Ausscheidens unserer 2. Staffel nicht zum Einsatz kam) und begleiteten mich auf der letzten Runde im Stadion. Für meinen Abschnitt über 55,9 km benötigte ich ziemlich lange 6:31:16. Trotzdem war ich zufrieden, vor allem, nachdem ich realisierte, dass wir den 9. Platz von 61 Staffeln erreicht hatten und ganz knappe 4 Sekunden vor der nächsten Staffel lagen. Der heftige Endspurt hatte sich also ausgezahlt.

Insgesamt hatten 296 Einzelläufer (der schnellste nach 14:45:40, Zielschluss nach 30 Stunden) den Lauf nach 161 km erfolgreich beendet. 99 Läufer/innen hatten aufgegeben, sogar 106 waren erst gar nicht angetreten. Das hat sicher auch mit den Wetterkapriolen zu tun. Von insgesamt 174 Staffeln (2er, 4er und 10er) hatten 144 das Ziel erreicht.

Autor und 4. Staffelläufer: Karl Mascher