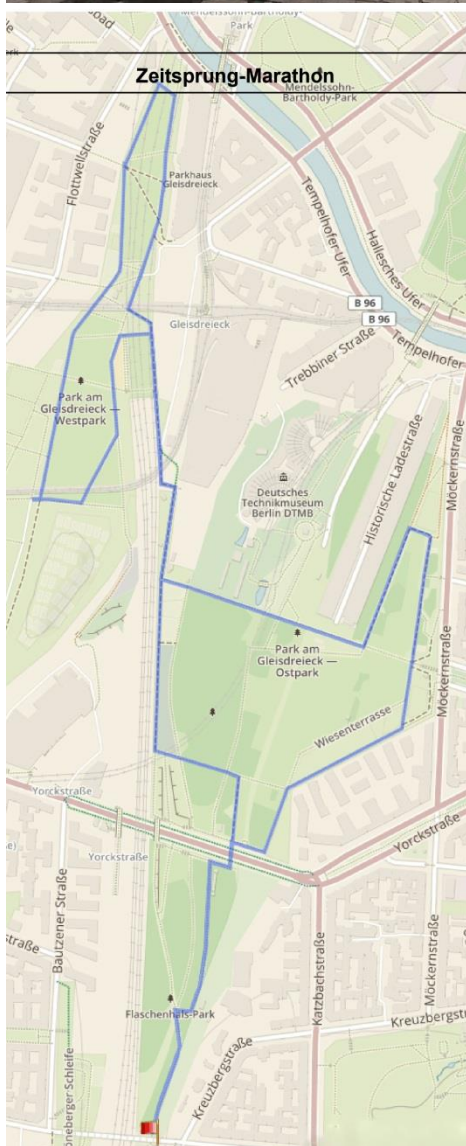


## Zeitsprung-Marathon im „Park am Gleisdreieck“

Immer am letzten Sonntag im Oktober werden unsere Uhren von der Sommer- auf die Winterzeit umgestellt. Um 3 Uhr Nachts „schenkt“ man uns eine ganze Stunde, indem die Uhren eine Stunde zurückgestellt werden. Viele nutzen dies, um die Tiefschlafphase auszudehnen, andere bleiben auf einer Party einfach eine Stunde länger, wieder andere stehen am Bahnhof und warten auf den verspäteten Zug.



Eine kleine Gruppe unentwegter Läufer/innen nutzte die gewonnene Zeit für einen Marathon! Die LRG Torpedo Berlin, ein lockerer Zusammenschluss von befreundeten Läufer/innen aus dem Raum Berlin-Brandenburg veranstaltet privat mehrere außergewöhnliche - meist längere - Läufe in Berlin und Umgebung. Start für den „Zeitsprung-Marathon/Halbmarathon“ war in diesem Jahr am 27. Oktober um 2 Uhr. Ein



kleines Häuflein von 26 Beinpaaren stand direkt unter der sogenannten Monumentenbrücke am Eingang zum „Flaschenhalspark“, der an seinem nördlichen Ende in den „Park am Gleisdreieck“ übergeht. Auf den Bänken unter der Brücke, zugleich die südliche Wendestelle der Laufstrecke, die 4x (beim Halbmarathon) oder 8x (bei Marathon) angesteuert wurde, war eine kleine, aber feine Verpflegungsstelle aufgebaut.

Stirnlampe und reflektierende Weste waren Pflichtausrüstung, denn trotz guter Beleuchtung durch eine Vielzahl von Laternen und ausreichend angebrachten Bodenmarkierungen durch blaue und rote Pfeile waren wir Läufer/innen trotz nächtlicher Stunde nicht allein unterwegs: knutschende Pärchen, schnelle Radfahrer, E-Roller, Hunde mit Herrchen/Frauchen am anderen Ende der Leine, über die Wege flitzenden Ratten und Kaninchen und als größtes Hindernis alkoholisierte Partygänger. Wegen der vielen rechtwinkligen Richtungsänderungen wusste man nie, was hinter der nächsten Kurve lauert. Und auch die Markierungen erforderten höchste Aufmerksamkeit, denn meist war der nächste Läufer außer Sichtweite (auch ich legte eine extra Schleife von ca. 1 km ein, da ich einmal statt nach links nach rechts abbog).

Außergewöhnlich schönes Herbstwetter (um 2 Uhr 15 Grad) machte die Kleidungswahl ganz einfach: T-Shirt, darüber eine ganz leichte reflektierende Weste,  $\frac{3}{4}$ -Hose. Nur leichter Wind und Null Regen, brettebener Laufkurs, komplett autofrei, keine Kreuzung. Also optimal, um eine gute Zeit zu erreichen. Nur der Biorhythmus war etwas beleidigt und wollte zur Schlafenszeit nicht so recht „in die Gänge“ kommen. Nach etwa zwei Stunden wurde es richtig einsam, denn die „Halbmarathonis“ hatten ihr Pensum erfüllt und ließen uns allein zurück. Und auch Berlin legte sich langsam schlafen, nur die Kaninchen fühlten sich durch uns zunehmend gestört. Ich blieb bei meinem eingeschlagenen Tempo von ungefähr 5:30 Minuten/Kilometer, erklärte meinen Muskeln, dass es bald wieder nach Hause und in's Bett geht und konnte sie damit zur weiteren positiven Mitarbeit überreden. Nach 8 Runden winkte das Ziel und ich war ganz gespannt auf meine Zeit: Start war um 02:00:00 Uhr, Zieleinlauf 04:50:17. Die Differenz ergibt nach Adam Riese 2 Stunden, 50 Minuten und 17 Sekunden. SUPERZEIT für einen 67-jährigen. Aber leider, leider: zwischendurch wurden alle Uhren um 1 Stunde zurückgestellt! Sch...ade. Die tatsächliche Laufzeit war somit 3:50:17. Auch damit war ich sehr zufrieden und es gab sogar noch eine außergewöhnlich schöne Medaille und die Urkunde. Da außer den beiden Helfern keine weiterer Betreuer vor Ort waren, klopfte ich mir selbst auf die Schulter für meinen soeben absolvierten 237. Lauf (182 Marathons und 55 Ultras) auf den langen Strecken.

Karl