

## Mein erster Rennsteiglauf:

Nacht's um 2 Uhr morgens klingelte der Wecker, so beginnt das Abenteuer Rennsteiglauf.

Am 19.05.2007 um 3 Uhr morgens fahren Manuela, Peter, Andreas und ich Richtung Eisenach

um den Rennsteiglauf in Angriff zu nehmen.

Andreas und ich als Läufer Manuela und Peter als Betreuer. Nachdem wir losfahren und den Verkehrsfunk hörten wurde ich ein klein wenig nervös, ob wir auch rechtzeitig ankommen würden. Der Verkehrsfunk sagte, daß wir eine Umleitung fahren müssten, da die Autobahn wegen Brückenarbeiten voll gesperrt sei. Die Fahrt ging aber doch zügig voran und die Umleitung kostete uns nicht sehr viel Zeit. Um 10 nach 5 kamen wir in Eisenach an. Ein Parkplatz war schnell gefunden, so daß wir uns auf den Weg machen konnten um uns die Startunterlagen abzuholen. Der Andrang war nicht sehr groß, so daß wir um 5 Uhr 30 am Marktplatz (<sup>2</sup>Startort<sup>2</sup>) von Eisenach angelangt waren. Ich mußte mich aber noch umziehen, was ich am Brunnen dann auch tat. 20 Minuten vor dem Start waren Andreas und ich auch endlich startbereit, nachdem wir noch geprüft hatten, ob auch der Zeitnahme-Chip befestigt war und die richtige Laufbekleidung gewählt wurde. Ich fragte mich wieder einmal, was ich eigentlich hier wolle, der Zweifel kam: Hatte man zu wenig für den Lauf trainiert, welcher immerhin 72,7 km lang ist und Anstiege von insgesamt 1490 m und Abstiege von 989 m hat. Doch Manuela beruhigte mich und sagte am Start von Biel ( 100 km ) hast Du Dich das auch gefragt und hast es geschafft! Peter machte noch ein paar Fotos wir begrüßten auch noch ein paar Läuferkollegen aus Karben und schon war es soweit.



*Abbildung 1: Kurz vor dem Start*

Um Punkt 6 Uhr ging es dann auch schon los, Andreas und ich liefen durch Eisenach und nach drei vier Kurven ging es gleich zur ersten Steigung. Doch das bewältigten wir noch frisch und locker im Laufschrift.



Abbildung 2: Andreas und Klaus vor dem Start in Eisenach am Marktplatz

Die Frage, warum ich das überhaupt mache wurde spätestens bei Kilometer 6  
²Marienblick² beantwortet, dort bot sich ein solch toller Blick: ²Blauer Himmel, leichter  
Dunst über dem Tal  
man kam sich vor wie in einem Film.



Nach 7,4 km bog man dann auf den Rennsteig ein. Bei der zweiten Getränkestelle, nach

ca.

12 km waren Andreas und ich doch sehr überrascht, daß wir Manuela und Peter an der Strecke vorfanden. Manuela und Peter waren ebenfalls erstaunt, daß wir so locker auf Sie zuzogen und keinen von uns Anstalten machte, sofort wieder loszulaufen, doch wir wollten in aller Ruhe trinken und dann wieder durchstarten.

Nach stetigen Steigungen erreichten wir die erste größere Verpflegungsstelle (<sup>2</sup>Glasbachwiese<sup>2</sup>) und es stimmte, die Verpflegung ist einzigartig: Tee, Wasser, Cola, Isogetränk, Äpfel, Bananen, Schnittlauchbrot, Haferschleim und sogar Schmalzbrot waren



vorhanden. Ich wagte mich auch einmal Schmalzbrot zu essen. Frisch gestärkt steuerten wir nun dem großem Inselberg entgegen, Andreas war nicht klein zu kriegen und lief jede Steigung durch. Nachdem wir den Inselberg erreicht hatten mußten wir einen sehr steilen Abstieg zur nächsten großen Verpflegungsstelle absolvieren. Bei dem steilen Abstieg sagten mir meine Oberschenkel schon so langsam das sie etwas getan hatten. Doch an der Verpflegung wartete bereits Andreas, der vorher einen kleinen Vorsprung rausgelaufen hatte, und natürlich auch Peter und Manuela, die uns Cola reichten und motivierten weiterzulaufen.

Wir hatten jetzt etwa ein drittel der Strecke hinter uns. Es ging jetzt etwas flacher weiter nur ganz kleine Steigungen bis zu Kilometer 37,4 (<sup>2</sup>Ebertswiesen<sup>2</sup>). Auf der Strecke dorthin boten sich immer wieder herrliche Ausblicke über den Thüringer-Wald, und die Wege waren mal breit mal schmal, hatten Cross- Charakter, Wurzeln und Steine; einfach wunderbar.

Wir hatten die Hälfte der Strecke geschafft und nun probierte ich auch mal ein Würstchen zu essen. Es kam nun, (für mich), der schwerste Teil der Strecke, ich baute so langsam ab, die Steigungen wurden von mir nunmehr gegangen, Andreas lief sie aber immer noch. Doch bei Kilometer 50 war die Krise vorbei und es lief wieder besser, daß heist nicht, daß



einem so langsam alles weh tat. Am Grenzadler Kilometer 55 oberhalb von Oberhof warteten wieder Manuela und Peter auf uns. Andreas und ich wurden sogar vom Sprecher begrüßt, was einen auch anspornte nicht aufzugeben. So jetzt ging es auf die letzten knapp 20 Kilometer. Nun fiel es auch Andreas etwas schwerer, so daß ich ein klein wenig vorneweg laufen konnte.

Bei der letzten Verpflegung nahmen wir dann das letzte Teilstück gemeinsam in Angriff, und sagten: <sup>2</sup>Jetzt sind wir mehr oder weniger so weit zusammen gelaufen, dann finnishen wir auch gemeinsam<sup>2</sup>! Es ging nun bis zum Ziel auch zu 90 % bergab, obwohl uns die kleinen Wellen immer wider weh taten. 1,5 Kilometer vor dem Ziel hörten wir schon denn Trubel und mir lief eine Gänsehaut über den Rücken. Die Leute, die uns entgegenkamen, nickten oder klatschten anerkennend, was einen schon stolz machte.

Wir liefen dann unter 8 h 30 überglücklich gemeinsam durch das Ziel (und bedauerten doch ein wenig das schon alles vorbei war).

Manuela und Peter erwarteten uns bereits, stolz mit der Medaille um den Hals setzten wir uns erst einmal, was gar nicht so einfach war. Nachdem wir uns ein wenig berappelt hatten gingen wir zum Duschen. Manuela und Peter holten unsere Finisher-Shirts und

Urkunden, danach wurde im Festzelt erst einmal ein Köstritzer und original Thüringer Klöße vertilgt.

Bevor wir uns auf den Weg nach Hause machten trafen wir noch Walter Löw, Walter Horz und seine Frau Moni, welche auch geschafft aber erfolgreich ins Ziel kamen. Die beiden Walters liefen den Supermarathon über 72.7 km und Moni den Halbmarathon von Oberhof aus.



Zum Schluß möchte ich mich noch bei meinem Laufpartner Andreas bedanken der mir auf der Strecke viel geholfen hat, entweder durch Zuspruch oder einfach dadurch das er immer und immer wieder weitergelaufen ist.

Ebenso muß ich mich bei Manuela und Peter (siehe Bild unten) bedanken, die uns ganz toll betreut haben, beim Lauf sowie auch hinterher. Ich habe mich immer gefreut und angespornt gefühlt weil ich wußte gleich stehen die beiden an der Strecke.



Wir hatten vom Wetter her auch einen ganz tollen Tag erwischt, und eins ist gewiss das ich 2008 wieder den Rennsteig Supermarathon in Angriff nehmen will (und einmal auch

mit Manuela zusammen).

PS Laufzeit Andreas Kroh 8 Stunden 22 Minuten 41 Sekunden

Laufzeit Klaus Weisbarth 8 Stunden 22 Minuten 40 Sekunden



*GutsMuths-Rennsteiglauf*