

# Das Keuchen im Nacken



Erste Steigung: Auf dem Weg zum Westberg zog sich das Feld der 18,8-Kilometer-Läufer auseinander.

Foto: Maiterth

## Das Thema

408 Sportler waren beim Volkslauf in Hofgeismar am Start. Unter ihnen unsere Mitarbeiterin Karin Maiterth, die ihre Eindrücke vom 18,8-Kilometerlauf schildert.

VON KARIN MAITERTH

HOFGEISMAR. Eins, zwei, drei im Sauseschritt, läuft die Zeit, wir laufen mit. Der Spruch stammt von Wilhelm Busch und so was fällt mir beim Laufen durch den Wald ein. Wenn es besonders anstrengend ist, frage ich mich allerdings, wer mir diesen Fioh ins Ohr gesetzt hat. So ist es auch an diesem Sonntagmorgen. Die meisten Menschen genießen wohl gerade ihr Frühstück, während ich die Joggingschuhe anziehe. Anstrengend wird es später: Zum ersten Mal bei der Steigung zum Westberg. Später erzählte mir Werner Paryk, Mitorganisator und einer der fast 40 Helfer, es seien nur 600 Meter gewesen. Mir kam es ganz anders vor, vielleicht auch weil ich das Gefühl nicht los wurde, dass meine Mitstreiter mir fast alle davonlaufen. Kein Wunder, dass mir die Angst, als Letzte durchs Ziel zu kommen, die ganze Zeit im Nacken saß.

Eine Woche vorher bin ich in Kassel den Halbmarathon gelaufen. Ganz automatisch beginne ich die beiden Veranstaltungen miteinander zu vergleichen, um festzustellen, dass es da nichts Vergleichbares gibt. Der Kassel-Marathon ist Wettkampf und Volksfest in einem, das die Massen an-

lockt. Der Volkslauf in Hofgeismar ist eine reine Sportveranstaltung. Es stehen keine Menschen anfeuernd am Straßenrand, die Anmeldung erfolgt innerhalb von nur ein paar Minuten, Schlangen vor den Toiletten gibt es auch nicht, obwohl im Angerstation nur zwei Kabinen für die Frauen zur Verfügung stehen.

Am Start beim 18,8-Kilometerlauf waren 66 von insgesamt 408 Teilnehmern. Ich gehörte dazu, mein Mann auch. Das war auch gut so. So gerne ich Sport im Wald mache, so ungern tue ich das allein. Und nach der Steigung zum Westberg, als es dann eine Weile bergab ging und angenehm wurde, hatten wir zwei die Strecke für uns. Die vor uns waren nicht mehr zu sehen und die nach uns noch nicht. Das sind die Momente, in denen ich vor lauter Freude und einem ordentlichen Adrenalinschub die ganze Welt umarmen möchte.

Bis zu Kilometer 3,5. Mit lautem Rufen „Achtung! Bitte

Platz machen!“ preschte der erste Zehn-Kilometer-Läufer an uns vorbei. Dann ging das Schlag auf Schlag. Die meisten von ihnen kündigten sich mit schwerem Keuchen an, bevor sie uns einholten und mit den anderen Läufern zu einer sich fortbewegenden Schlange verschmolzen. Und die Helfer Sven Paryk und Marius Altmann versorgten die Sportler mit Wasser. Dann teilte sich die Schlange. Die einen wurden nach links Richtung Hofgeismar geleitet, mein Mann und ich durften nach rechts weiter den Berg hoch rennen.

Zwischen Kilometer sieben und acht dann ein Tiefschlag für mich: Uns kam bereits der erste 18,8-Kilometer-Läufer entgegen. Kurz bevor mich ein weiteres Gemütsief überrumpeln wollte, holten uns die Kaufunger Schwestern Ursula Hein und Elisabeth Christmann ein. Petra Hoffmann aus Kassel folgte ihnen dicht auf den Fersen. Christmann erzählte sie sei immer wieder gerne in Hofgeismar dabei.

Auch Kassel hat sie absolviert und einen Marathon ist sie auch schon gelaufen. Mit ihren Worten lenkte sie meine Gedanken in eine positive Richtung, meine Beine bewegten sich automatisch, vielleicht auch weil es nach fast elf Kilometern endlich nur noch bergab ging. Als sich der Wald öffnete und Hofgeismar zu unseren Füßen lag, waren die drei Frauen zwar noch zu sehen, aber weit vor uns.

Nach zwei Stunden, zwei Minuten und 56 Sekunden war ich im Ziel. Ich war nicht die Letzte und hatte meinen Schnitt von 9,2 Kilometern die Stunde halten können. Zufrieden mit mir selbst und glücklich darüber, dass ich mitgelaufen war, genoss ich den Tee des Lauftreffs Hofgeismar in vollen Zügen. (zrk)

## HINTERGRUND

### Mehr Starts als im vergangenen Jahr

Beim 31. Volkslauf in Hofgeismar gingen insgesamt 408 Läufer an den Start, 30 mehr als im Vorjahr. Es waren dabei: Vier Walker, 147 Fünf-Kilometer-Läufer, die Zehn-Kilometer-Strecke liefen 110 Sportler und auf der 18,8-Kilometer-Strecke waren 66 Läufer unterwegs. 13 Bambinis (bis 9 Jahre) liefen 400 Meter; 1000 Meter schafften acht Schüler A (14/14 Jahre), 13 Schüler B (12/13), 24 Schüler C (10/11) und 23 Schüler D (bis 9 Jahre). Alle Wettbewerben für den Bewerb des DLV-Kilometerabzeichens, DLV-Volkslaufabzeichens und dem Nordhessen-Cup-Lauf gewertet. (zrk)



Ein Trab durch den Wald: Ursula Hein (von rechts) und Elisabeth Christmann aus Kaufungen sorgen mit ihren Erzählungen für Kurzweil und guter Stimmung bei Karin Maiterth (links).