

Einmal Treppe , immer Treppe so ist das beim METM.

2mal als Alleingänger habe ich den Treppenmarathon schon gefinisht. Da dafür immer 2 freie Tage am Wochenende benötigt werden, haben ich mich wieder für eine 3er Seilschaft entschieden. Mein Team vom Vorjahr hatte ebenso Ambitionen wieder mit anzutreten.

Die Anmeldung klappte. Reiner fügte die Veranstaltung in meinen Trainingsplan mit ein. Nach dem Ultralauf 7.0 lag nun der nächste Fokus auf Radebeul. So kam ich im Vorfeld regelmäßig zum Üben her. 21 Tage meldete sich ein Teammitglied krank . Nach einer ruhelosen Nacht stand Ersatz parat. Safi den viele von den Veranstaltungen in der Dresdner Laufsportszene kennen , wollte es versuchen.

Am Vortag der Veranstaltung kurzen Frühdienst gemacht, im Kahnaletto. Dann schnell nach Hause. Als Koch kann ich zu jeder Zeit schlafen...21.00 Uhr dann zur Nachtschicht in Radebeul aufgestanden. Gegessen und Getrunken um die nötige Power zu haben. Mein Magen sah das anders. Egal das definierte Ziel war angepeilt.

22.15 Uhr fuhr mich meine Frau zur Treppe.

23.00 Uhr Briefing der 3er Seilschaften.

0.00 Uhr Start .

Timo aus Frankfurt am Main ging als erster von uns ins Rennen. Ich ging 0.08 Uhr auf meine erste Runde. Safi startete um 0.16 Uhr. So ging es durch die Nacht. Immer wieder mal einen Blick auf Reiner geworfen. Der spulte seine Runden kontinuierlich ab. Geredet haben wir männertypisch nur ganz kurz. Zudem war ich ja im Sprint-Rhythmus. Zwischen 3.30-4.30 Uhr schlug meine innerer Uhr brutal zu. Sekundenschlaf in den Pausen...das kannte ich als Alleingänger. Zwei Kameraden vom DRK konnte ich um 04.00 begrüßen. Sie waren zur medizinischen Absicherung zuständig. Ich durfte laufen...

Als es wieder hell wurde war meine innere Uhr auch wieder im Takt. Die Müdigkeit war weg. Tee und Reistaler gab es zum Frühstück. Zwischendurch Gel's von GU. Meine beiden Teammitglieder Safi und Timo liefen fleißig ihre Runden ab. Die 100 Runden konnten wir uns nach eigenem Ermessen reinteilen. Die amtliche Vorgabe war für jedes Mitglied Minimum 25 Runden und maximal 50 Runden. Um unsere Platzierung machten wir uns keine Gedanken. Zwischenzeitlich rutschten wir vom Platz 14 auf den 15. ab. Durchhalten und gesund ankommen war das Ziel. Im Teilnehmerfeld gab es bereits einige Ausfälle. Davon bekamen wir aber nix mit.

Am späten Vormittag gab es wieder Reistaler mit Bierschinken/Käse sowie herrliche Orangen. Um 12.00 Uhr musste unsere Supporterin nach Hause. Ab da waren wir 3 Männer allein auf uns gestellt. Supporterin Carola sorgte u.a dafür das jeder immer wieder rechtzeitig am Startpunkt war. Danke.

Gegen 13.00 Uhr rief mir Timo zu "Wir sind auf dem 10. Platz". Nun war der Ehrgeiz da den zu halten. Jeder strengte sich jetzt noch mehr an.

Nach je 25 Runden nicht ganz so einfach. Zumal es typisches April Wetter war : Regen, Schnee, Sonne, Kalt...

Die Touri-Staffeln sowie die Feuerwehrleute in kompletter Ausrüstung absolvierten ihre je 1 Runde pro Starter. 14.00 Uhr starteten die 11 Freunde Staffeln . Bis dato wollten wir fertig sein. 13.50 Uhr ging mein " Oppacher Ultraluf Team" in seine 100ste Runde . Diese liefen wir Timo, Safi und ich gemeinsam. Am Fuße des sächsischen MT. gab es vom Treppenmaskottchen Clara die Finishermedaille und einen Kirschzweig. 13.59 Uhr überquerten wir die Ziellinie.

Ein tolles Event ging gemeinsam zu Ende. Großen Dank an Reiner für die Trainingspläne, den vielen Helfern vor Ort und meiner Familie für vielen Auszeiten.

Meine weiteren Ziele sind der Schlosstriathlon Moritzburg (Team und OD), 2er Team beim Mauerwegslauf und im Herbst der Dresden Marathon.

Zeitgleich laufen die Planungen zum Ultraluf 8.0 Zittau + X

Hartmut Kohn