

MATTHIAS POLITYCKI

42 195



Warum wir  
Marathon laufen  
und was wir  
dabei denken

Hoffmann und Campe



Weltgemeinde der Läufer, offensiv friedlich, und auch wenn sie sich schon nach wenigen hundert Metern wieder in lauter Individuen aufgelöst haben wird, die alle ihren eignen Kampf führen, so ist sie doch in diesen kostbaren Sekunden vereint. Berauschend großartiges Gefühl. Vorwiegend teilst du es mit deinesgleichen, sprich mehr oder weniger älteren Herrschaften. Als ob es einige Jahre, Jahrzehnte dauert, bis man sich an die Marathondistanz herangelaufen hat. Aber was heißt das schon, »älter«, und in welchem Alter beginnt das Ältersein genau? In der

Sekunde des Startschusses seid ihr, ob 35, ob 65, alle gleich jung und unsterblich. Hartgesottne Marathonis<sup>6</sup> erzählen nicht selten, daß sie mit Überschreiten der Altersgrenze von, sagen wir: M55 zu M60<sup>7</sup> eine bessere Plazierung erhofft hätten, sofern sie ihr Tempo würden halten können. Das Tempo hätten sie zwar gehalten, nur: Die Läufer über 60 seien *noch* ehrgeiziger als die unter 60, die Konkurrenz sei in der neuen Altersgruppe viel größer als in der früheren, man sei in der Plazierung sogar abgerutscht.

Und nun denk noch mal kurz an

all die Wochenkilometer zurück, die du für diesen Tag der Tage heruntergelaufen hast. Stell dir deinen Kumpel Jörg vor und wie er das Phänomen während eurer Trainingsläufe gern auf den Punkt gebracht hat. Nämlich wenn du einen besonders guten Tag erwischst und das vereinbarte Lauftempo vergessen hast: »Der ist heut wieder nicht zu halten!« hat sich dann stets wer beschwert, denn nichts ist einer Laufgruppe so heilig wie das vereinbarte und über die gesamte Distanz einzuhaltende Tempo. Genau genommen war's nicht irgendwer, der sich da beschwerte,

sondern immer wieder und ausschließlich Seb, nicht wahr? Und er sagte auch nicht, daß du heut wieder nicht zu halten seist, sondern: »Mann, der geht heut wieder ab wie ein Zäpfchen!« »Laß ihn!« beschwichtigte Jörg dann jedes Mal scheinheilig: »Der ist ein paar Jahre älter als du, dem läuft die Zeit davon.« Heute freilich ist nicht Training, heute ist Wettkampf. Und da bist du es, der der Zeit davonläuft.

# Km 1

*Alles richtig gemacht? Alles richtig gemacht.*

Die Einsamkeit des Langstreckenläufers beginnt schon auf dem ersten Kilometer, mitten im Pulk der Mitläufer.

Kannichalleshabichalles? Als Erstkläßler war's verhältnismäßig einfach, beherzt in den Tag aufzubrechen, stets gab es jemanden, der Sorgen und Selbstzweifel mit festem Ja davonfegte. Diese Instanz