

Rennsteig Marathon - Das schönste Ziel der Welt ist Schmiedefeld

18. Mai 2019

ein Bericht von Matthias Schell

Den Rennsteiglauf muss man sich wie eine Art Sternlauf vorstellen. Die drei Startorte Eisenach, Neuhaus und Oberhof (Supermarathon / Marathon / Halbmarathon) liegen weit auseinander. Das Ziel für alle ist Schmiedefeld. Darüber hinaus gibt es auch eine Nordic Walking-Strecke und eine Wanderung über 17 km.



Die Turnhalle bei der Startnummernausgabe war schon am Freitagabend rappellvoll. Eine Volksfestband sorgte für Stimmung bei der Kloßparty in Neuhaus. Anders als die üblichen Nudelgerichte gab es hier Rouladen mit Klößen, alles im Startgeld inbegriffen und superlecker.

Die Zubringerbusse zum Start am Samstagmorgen waren perfekt organisiert, so dass man das Auto stehen lassen konnte. Nach dem Absingen

des Rennsteiglieds und des Schneewaltzes (als Wessi muss man das nicht verstehen) wurde das Feld der über 3.000 Marathonis auf die Strecke geschickt. Direkt nach dem Start führte der Weg ordentlich bergauf, so dass man schon zu Beginn die ersten 50 der 770 Höhenmeter abhaken konnte. Bis zum ersten Verpflegungsstand (VS) lief man auf Asphalt. Gleich dahinter begann der eigentliche Rennsteig. Nach 8 km der erste wirklich habhafte Anstieg und schon legte sich ein Mitläufer mir zu Füßen. Nicht ich, sondern eine Wurzel war im Weg gewesen. Er hat sich dann aber schnell wieder berappelt.



Ich gönnte mir nach der Zwischenzeitnahme am VS Turmbaude in Masserberg (KM 18) eine kleine Pause. Die 150 Stufen hinauf zur Aussicht schenkte ich mir. Dafür wandte ich mich der reichhaltigen Verpflegung zu. Die Stände waren mit Obst und Broten gut bestückt. Den ostüblichen (Hafer)Schleim verschmähte ich erstmal, obwohl dieser als der beste Schleim der Welt angepriesen wurde. Ein Gourmet-Schleim, wie der Ansager meinte. Von diesem höchsten Punkt der Strecke konnte man gemütlich bergab traben und war bald bei der Halbmarathonmarke. Gleich danach kam das Läuferfeld kurz zum Stillstand, um sich für das nun folgende Trailstück einzureihen. Obwohl die Passage technisch anspruchsvoll war, versuchte sich der ein oder andere Mitläufer an halsbrecherischen Überholversuchen. Nur nicht stürzen war meine Devise. Obwohl (oder weil?) sich dieser Kilometer mit 10 Minuten (bergab!) ein wenig zog, war das für mich der schönste Teil der Strecke.



Der ganze Lauf war ein ständiger Wechsel von Bergauf- und Bergabpassagen durch den Thüringer Wald, bis wir den VS in Neustadt erreichten. Nicht das an der Rems, sondern das am Rennsteig. Auch hier waren die Stände für Getränke und Essen reichlich bestückt. Da wurde ich dann doch schwach und probierte den Schleim und zwar in der Schoko-Variante. Ich muss zugeben, echt lecker. Und da ich schon mal dabei war, musste es auch noch die Fettbemme (Butterbrot) sein. Nur das Gel mit Honig war nicht so meines. Und das dick beschmierte Wurstbrot wäre dann auch zu viel gewesen. Auch beim Marathon sollte man auf wohlausgewogene Ernährung achten.



Bis zum VS Frauenwald (KM 37) wechselten sich Asphaltstraßen und Waldwege ab, auch hier ein ständiges Auf und Ab. So wie es beim Trolli in Heilbronn Rotwein gibt, konnte man sich hier ein (Fast)Feierabend-Bierchen genehmigen. Meine Wahl fiel auf das Edelpils, weil ich beim Schwarzbier die Läuferverträglichkeit nicht so richtig einschätzen konnte. Kurz danach war in Stein gemeißelt, dass es doch nur noch lausige 5 km seien. Erfreulicherweise führten die nächsten Kilometer bergab und man konnte nochmal Fahrt aufnehmen. Begleitet von putzigen Sprüchen des SC Riesa (Kernig wie das wilde Schwein muss der Rennsteigläufer sein; nur noch 3 km - dann ist das Ding gelaufen... für dieses Jahr!) ging es Schmiedefeld entgegen. Vor die Zielgerade hatten die Veranstalter aber noch einmal einen schweißtreibenden Anstieg hinauf zur Festwiese gesetzt, wo die Schmiedfelder ein kleines Volksfest aufgebaut hatten. Mit toller Unterstützung der Zuschauer war auch dieser letzte Kilometer bald geschafft und ich konnte die Thüringer sofort verstehen: das schönste Ziel der Welt ist Schmiedefeld - zumindest für heute.....

