

Bienwald-Marathon in Kandel

10. März 2013

ein Bericht von Matthias Schell

Der Mann mit dem Hammer kam dieses Mal außergewöhnlich früh. Und zwar in Gestalt des Parkplatzeinweisers in Kandel. Ich wusste zwar nicht, wozu er den Hammer brauchte, habe ihm aber empfohlen, sich schleunigst auf den Weg zu km 35 zu machen. Schließlich schlägt der Hammermann erfahrungsgemäß dort am häufigsten zu.



Begleitet von meinen Mitstreitern Robert und dessen Kollegen Milos hatten wir uns am Sonntagmorgen auf den Weg zum Bienwald-Marathon nach Kandel gemacht. Schließlich galt es die Werbung der Veranstaltung mit „den schnellen Strecken“ zu testen. Pünktlich um 10 Uhr gab der Ministerpräsident a.D., der ehrenwerte König Kurt (Beck), den Startschuss und die rund 500 Marathonis und die 1100 „Halben“ wurden auf die Strecke geschickt. Nachdem noch am Donnerstag eine Regenwahrscheinlichkeit von 95 % vorausgesagt wurde, blieb es bei idealen Temperaturen den ganzen Lauf hindurch trocken.

Nach 5 km erreichten wir das Nachbardorf Minfeld und damit auch schon die zweitletzte menschliche Ansiedlung auf den ganzen 42 km. Danach ging es in den Pfälzer Wald, den ich bislang nur von meiner Bundeswehr-Grundausbildung kannte. Dort allerdings in noch tieferer Gangart. Da im Wald naturgemäß kaum Zuschauer zum Anfeuern vorhanden sind, gab es für die mitgereisten Begleiter den Bienwald-Express, einen Sonderbus, der die begeisterten Nichtläufer an die Strecke brachte, um ihre Favoriten zu unterstützen. Ein Service, den es wohl nicht oft geben dürfte. Dennoch waren leider nicht viel mehr Zuschauer zu verzeichnen als bei unseren samstäglichen Buoch-Läufen.

Bei km 13 war der Wendepunkt für den Halbmarathon und danach wurde es noch ein wenig einsamer für die verbliebenen Marathonis. Immerhin kam dann nach weiteren 3 km die letzte Ortschaft vor der Rückkehr nach Kandel in Sicht. Etwas verwirrt las ich auf dem Ortschild den Namen Schnait, was mich unangenehm an den harten Samstagslauf 14 Tage vorher erinnerte. Ich befand mich dann aber doch in Schaidt, wo sich sicherlich die pfälzischen Füchse und Hasen gute Nacht sagen. Immerhin gabs hier eine schmissige Kapelle, die ein wenig Abwechslung in den Lauf brachte. Um sich eine zweite Combo zu sparen, hatte man hier auch den ersten Wendepunkt eingebaut, was einem doppelten Musikgenuss bescherte.

Hatte ich schon erwähnt, dass wir immer noch im pfälzischen Wald liefen? Ab der Halbmarathonmarke wurde eine 10 km-Schleife eingebaut. Die zweite Wendemarke verhinderte erfolgreich, auf weitere befestigte Ortschaften zu treffen. Ab hier hatte ich das Motto „schnell-familiär-

naturverbunden“ endgültig begriffen. Der große Vorteil ist tatsächlich die Asphaltstrecke ohne jegliche Steigung. Immerhin blieben rund 10 Prozent der Starter unter 3 Stunden!! Eine Sportveranstaltung vom alten Schlag und völlig ohne Eventcharakter. Und wer das Naturerlebnis statt Großstadtschluchten bevorzugt, ist hier richtig aufgehoben. Auch an der Organisation und der Verpflegung gab es nichts zu meckern.

Zurück auf der Hauptstraße war das harte Training der letzten Wochen doch deutlich spürbar. Ich schlich mich dennoch am virtuellen Hammermann vorbei, was meinen Laufstil am Ende ganz gut beschreibt. Dafür wurden die Verpflegungspausen mit Cola und Elektrolyten jetzt etwas ausgedehnter. Und ab km 41 konnte man schon die Musik im Stadion hören. Sweet home (Alabama) – wie schön, nach Hause zu kommen. Das motivierte auf dem letzten Kilometer. Gut, dass erst nach dem Zieleinlauf nach über 4 Stunden „Highway to Hell“ gespielt wurde. ;-) Der Stadionsprecher begrüßte jeden Finisher mit Namen. Auch das gibt's nicht überall. Auch Milos etwas vor mir und Robert kurz hinter mir hatten den ersten Wettkampf 2013 erfolgreich absolviert.

Fazit:

Ein guter Auftakt für die Wettkampfsaison bei bestem Laufwetter auf einer schnellen Strecke. Der Lauf hatte also gehalten, was die Werbung versprochen hatte.