8. LLG Kevelar Marathon 2010

Neues Jahr – Neues Spiel – Neues Glück

10.01.10 von Bernd Neumann

Das Neue Jahr 2010 ist erst 10 Tage alt und es zieht mich schon wieder auf die Marathonstrecke. Da Marathons um diese Jahreszeit noch sehr rar sind habe ich die Einladung von Klaus Duwe (www.marathon4you.de) gerne angenommen beim Kevelaer Marathon zu starten. Kevelaer ist auch die Auftaktveranstaltung für die Laufenden Reporter von „Marathon 4 you“. Hier bietet sich die Gelegenheit auch die Kollegen kennen zu lernen die ich auf den Läufen noch nicht gesehen bzw. gesprochen habe, außerdem wollte ich auch den „Chef“ von M4y Klaus Duwe kennen lernen. Unser gemeinsames Ziel ist die Jugendherberge in Kevelaer, die auch gleichzeitig das Marathonzentrum ist.

Für das Wochenende waren Unwetterwarnungen mit größten Ausmaßen, wie das Schneechaos von 1979 durch Fernsehen und Radio gegangen. Ein Sender hat den anderen überboten. „Daisy“ so hieß das böse Mädchen das uns dieses Wochenende verschneien sollte. Mein Herzblatt Angie hatte große Bedenken wegen der Fahrt, aber ich wollte auf jeden Fall nach Kevelaer.

Also mache ich mich am Samstag auf nach Kevelaer das von meinem Heimatort ca. 270 km entfernt liegt. Wo liegt den dieses Städtchen in dem auch schon mehrfach die Deutschen-Senioren-Leichtathletikmeisterschaften stattfanden? Es geht über die Autobahn gen Westen durch das Ruhrgebiet und über den Rhein bis kurz vor die holländische Grenze. Die Stadt Kevelaer (28.000 Einwohner) liegt in der niederrheinischen Tiefebene inmitten einer Donkenlandschaft, im Kreis Kleve. Donk oder auch Dunk sind flache Erhebungen in sumpfigen Gelände die vermutlich schon im frühen Mittelalter Ausgangspunkte für die Besiedlung dieses feuchten Tieflandes waren. Die Stadtteile heißen Winnekendonk, Kervendonk, Kolvendonk und Grotendonk. Nur wenige Kilometer entfernt liegt der Airport Weeze der auch bekannt ist durch den Fisherman’s Friend Strongman Run der wieder am 18.04.2010 stattfindet.

Die Fahrt von Vellmar bis zur Autobahnauffahrt nach Warburg war schon grenzwertig, denn es gab viel Schnee auf der Straße und manche Schneeverwehung. Die Autobahn war gut befahrbar. Sogar quer durch das Ruhrgebiet gab es kaum Verkehrsaufkommen. Die Wetter- und Schneevorhersage haben viele zu Hause gelassen. Die letzten 25 km gehen über die Landstraße und da gab es wieder Schneeverwehungen.

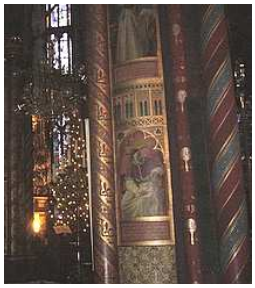
Kevelaer ist eine der bekanntesten Städte am Niederrhein was vor allem daran liegt, dass Kevelaer der größte Wallfahrtsort Nord-Westeuropas ist. Im Stadtzentrum liegt der Kapellenplatz mit der Gnadenkapelle und darum befindet sich die Basilika, die Kerzenkapelle, die Beichtkapelle sowie vier Fußgängerzonen. Die Wallfahrten mit ca. 1 Million Menschen jedes Jahr aus der ganzen Welt bilden schon seit über 360 Jahren das Kevelaerer Stadtleben. Im Jahre 1987 besuchten Papst Johannes Paul II. und Mutter Theresa die Stadt.

Bei einer so interessanten Stadt lohnt sich auch ein Rundgang obwohl es laufend schneit und windig ist. Ich komme über die Busmannstraße, an der Busmann Statue vorbei, zum Kapellenplatz. Die Gnadenkapelle ist mitten auf dem Platz. Daneben befinden sich die Marienbasilika mit Beichtkapelle, Sakramentenkapelle und Priesterhaus. Gegenüber ist die Kerzenkapelle.

Neben der Marienbasilika befindet sich der Brunnenhof. Schon beim Eintreten grüßt ein Bild der Gottesmutter mit dem Jesuskind. Rechts befindet sich die Basilika und gleich daneben die Sakristei deren Vorraum wurde mit wunderschönen Bildern ausgemalt. Sie bildet auch einen Durchgang zur Beichtkapelle. Die 1857/58 errichtete Beichtkapelle ist 42m lang, 10m breit und zweistöckig. Der langgezogene, zweistöckige Klostergang erstreckt sich zwischen der Sakramentskapelle und dem Verbindungsgang von der Beichtkapelle zur Basilika. Links am Hofeingang befindet sich die Sakramentenkapelle.

Hendrik Busmann der damalige Handelsmann brachte im Jahre 1642 das Andachtsbildchen nach Kevelaer, das als Wurzel der Wallfahrten gilt. Der Kapellenplatz mit der Gnadenkapelle als Mittelpunkt bildet auch das Herz der Wallfahrten. In der Gnadenkapelle befindet sich das Andachtsbildchen von Hendrik Busmann das jährlich über eine Million Pilger und Touristen besehen. Jedoch ist die Kerzenkapelle die eigentliche Wallfahrtskirche, in der sich über 450 Kerzen befinden. Zum Marienlob um 18:00 Uhr brennen hier ca. 150 Kerzen.

Gleich daneben steht die Basilika aus dem Jahre 1864, mit dem Pilgerportal und der von Bert Gerresheim entworfenen Darstellung der Apokalypse. Friedrich Stummel hat bei der Ausmalung den Gedanken der „biblia pauperum“ aufgegriffen. Der Besucher oder auch Pilger der in der Basilika verweilt kann auf den Malereien ein Geschehen aus der Heilsgeschichte, der Kirchengeschichte, aus dem christlichen Leben in den Sakramenten, aus der Heiligen Schrift oder der Liturgie verfolgen und dabei sich innerlich ausruhen sprich meditieren. Zwischen der Basilika und dem Priesterhaus befindet sich der Brunnenhof mit dem Papstportal (Portal der Versöhnung). Das Ostportal der Basilika ist Mutter Theresa gewidmet.



In Kevelaer wird von vielen Wundheilungen bei den Wallfahrten erzählt. Wunder brauchen wir Marathonis aber nicht, sondern vernünftiges Training mit den richtigen und wichtigen Erholungspausen. Ob das auch alle beherzigt haben werden wir morgen nach dem Marathonlauf feststellen können. Wir sollten angesichts des Wetters jedoch auf ein kleines Wunder hoffen, das die Strecke gut belaufen werden kann.

Heute heißt es erst mal auf zur Jugendherberge und Quartier nehmen. Die Herbergsmutter Sigrid Schloms begrüßt die Gäste und freut sich über 50 Übernachtungen in ihrem Haus. Schon am Eingang treffe ich auf zwei M4y Reporter und man begrüßt sich herzlich. So nach und nach treffen dann heute 11 M4y Reporter plus der Chef Klaus Duwe ein. In der Zeit zwischen 17 und 19 Uhr gab es ein Kennenlernen und Austauschen der Laufenden Reporter. Ein Fazit schon vornweg, Klaus Duwe hat hier eine tolle Gemeinschaft von Marathonläufern für sein Internetportal gewonnen. Wir verstanden uns von Anfang an ausnahmslos gut.

v.l.
Vorn: Anton Lautner, Wolfgang Bernath,
Mitte: Angelika Abel, Bernd Neumann, Joachim Ewen,
Hinten: Joe Kelbel, Eberhard Ostertag, Werner Kerkenbusch, Olaf Ulmer, Klaus Duwe, Bernhard Manhard, Daniel Steiner, Bernhard Sesterheim (kein M4y-Reporter)

Um 19 Uhr gab es dann leckere Pasta und ein Salatbuffett bei dem Nachschlag erwünscht war. Hier konnte man so manchen Läufer bzw. Läuferin wiedersehen die man so im Laufe des letzten Jahres fast überall beim Marathon getroffen hat und es gab so manchen interessanten Austausch von den Läufen und einige interessante Marathontipps.

Der nächste Morgen begann mit lauten Geräuschen im Haus, denn es wurde für die Veranstaltung im Haus so einiges aufgebaut. Aber uns Läufer interessierte vor allen Dingen hat es noch mehr geschneit und wie wird die Strecke zu Belaufen sein. Nach einem ausgiebigem Frühstück präparierten wir uns für den Lauf. Die Temperatur lag bei Minus 1 Grad und es sollte Windstärke 2 sein. Für die Kleidung hieß das Funktionsrolli, Funktionsshirt Langarm und mittlere Jacke drüber, dicke Winterhose, Handschuhe und Schuhspikes gegen das Rutschen.

So begaben wir uns zum Startplatz der nur 300m von der Jugendherberge lag. Am frühen Morgen hatten über 50 Mitglieder und Freunde des Laufclubs und der Stadt die Strecke präpariert. Es wurde Schnee geschoben so weit wie möglich und Split auf den gesamten Rundkurs aufgebracht. Sogar der Vorsitzende des Clubs, Peter Wasser stand auf dem Anhänger und verteilte den Split.

Da es sich um einen mehrfach zu durchlaufenden Rundkurs handelt wurde diesmal mit Champion-Chip gelaufen, denn in den letzten Jahren liefen hier viele „Superzeiten“, da es keine Rundenkontrolle gab. Gemeldet hatten sich 400 Teilnehmer aber auf Grund des Wetters traten nur 268 LäuferInnen an.

Pünktlich um 10 Uhr wurden wir auf die Strecke geschickt. Der Streckenverlauf ist ein ca. 1,5 km langes Begegnungsstück leicht windgeschützt, dann ein ca. 3km Rundkurs durch freies Gelände, an Winnekendonk vorbei und über Felder. Dann geht es wieder zum Wendepunktstück und zurück zum Startpunkt wo es 180 Grad herum geht und die nächste Runde beginnt. Der Kurs wird 7 mal durchlaufen und die fehlenden 195 Meter führen dann direkt zum Fuße der Jugendherberge.

Ich hatte mich auf 5 Stunden eingestellt und wollte die erste Hälfte so in 2:15 – 2:20 angehen, so das ich für die 2. Hälfte noch ein Polster hatte, denn ich hatte keine gute Vorbereitung. Ich trat an mit nur einem 21km

Lauf in tiefem Schnee für die ich 2:38 Stunden benötigte. Ich fand in der 1. Runde einen Schnitt von 6:24 pro Kilometer (32 Min. = 6km). Durch meine Schuhspikes konnte ich bis auf ein ca. 2 km Stück sehr gut laufen. Nach ca. 200 Metern stand auf einem Hänger der Moderator Laurenz Thissen der unentwegt am Sprechen war und sehr viel über die Läufer erzählen konnte. Sein Dauerspruch war: „Wer wird heute Schneekönig und wer wird die Schneekönigin 2010?“.

Ca. 500 Meter weiter werden wir von lauter und fetziger Rockmusik begleitet. Hier waren auch einige Zuschauer. Dann kurz vor der Feldrunde gab es noch eine Verpflegungsstelle mit warmen Getränken und Honigkuchen. Früher hieß der Marathon auch Honigkuchenmarathon, aber nach Versterben des Herstellers wurde der Marathon umbenannt. Dann ging es raus aufs Feld wo der Wind ganz schön bließ, leider nicht von hinten. Kurz hinter Km 2 kamen wir an die Ortsgrenze von Winnekendonk an der wir ca. 500 Meter entlang liefen. Bevor wir den Ortsrand verließen und aufs offenen Feld liefen gab es noch mal eine Zuschauergruppe die die Läufer mit Namen anfeuerten (Vorname auf der Startnummer) und die Kälte mit Glühwein besiegten.

Nach der langen Geraden durchs Feld bogen wir kurz vor Km 4 Richtung Waldrand ab. Ab dem Wald wurde der Wind ruhiger. Es ging zurück zum Anfang der Schleife wo kurz davor noch mal eine Verpflegungsstation war. Wir laufen dann das erste Stück des Rundkurses in Gegenrichtung zurück zum Start, wo der Wendepunkt ist. Es kommen uns jede Menge Läuferinnen und Läufer entgegen, trotzdem wird es nie zu eng. Man kennt sich und klatscht sich ab. Als ich an der Wendeschleife bin sehe ich das auch hinter mir noch Läufer sind.

Auf dem Wendestück waren meine Spikes ideal, denn hier war der Schnee fest. Zwischendurch wurde von einigen fleißigen Helfern immer weiter Schnee geschoben. Der Untergrund war wirklich winterlich-optimal

hergerichtet. Im Laufe des Rennens wurde der Untergrund immer freier und auf längeren Stücken kam der Asphaltbelag zum Vorschein. Jetzt wurde es mit den Spikes immer schlechter zu laufen und so zog ich diese nach 4 ½ Runden aus und hängte sie an meinen Gürtel.

Meine Rundenzeiten waren: 1. Runde 38:24, 2. Runde 38:30, 3. Runde 38:55, 4. Runde 39:34, 5. Runde 41:04, 6. Runde 40:27, 7. Runde 40:01 + 1:20 für die letzten 195 Meter. Viele werden jetzt sagen ein Mehrrundenrennen ist langweilig, ich sage stimmt nicht. So ein kleiner Rundkurs, den man 7 Mal oder noch öfters durchläuft, ist abwechslungsreich. Schon auf der zweiten Runde werde ich vom Führenden überrundet und in meiner letzten Runde überrunde ich sogar noch einige Läufer. Man sieht sich und gibt sich Zeichen wie der Leistungsstand ist.

Als ich endlich nach Netto 4:39:12 ins Ziel laufe hat Klaus die Kamera nicht bereit und so laufe ich über die Matte der Zeitnahme und gebe noch mal zum Anfang des Zielkanals und durchlaufe den bis kurz vor die Matte für ein schönes Zielfoto. Dann gibt es einen Honigkuchen (Es grüßt der Honigkuchenmann) und der Aufstieg zur Jugendherberge.

Fazit: Trotz des Wetters und Untergrundes ein sehr gut organisierter Lauf. Die 7 Runden sind abwechslungsreich denn man sieht auch mal die Führenden. Die überwiegend asphaltierten Wirtschaftswege wurden gut präpariert. Die Strecke ist amtlich vermessen und daher bestzeitentauglich. Die Zeitmessung erfolgt per ChampionChip. Wer einen der 400 Startplätze will muss schnell handeln, denn die Plätze sind meist bis Sep./Okt. Schon weg. Im Startgeld von 25€ sind ein Funktions-Shirt enthalten. Die Pastaparty in der DJH ist kostenpflichtig aber lecker und Nachschlag erwünscht. Der Schneekönig wurde ein Kaiser und die Schneekönigin wurde ein Sonnenschein, der einzige an diesem Tag. Von den gemeldeten 400 Startern sind nur 268 angetreten und 248 ins Ziel gekommen. Schade, denn mit einem Zeitaufschlag auf die Wunschzeit konnte man die Strecke ordentlich bewältigen.

Ergebnisse
Männer

1 Kaiser, Michael	Team belalaSola	2:57:49
2 Linke, Falk	TLV Rangsdorf	3:01:05
3 Kehrbusch, Gerd	Athletik Waldniel	3:01:47
9 Lautner, Anton	marathon4you.de	3:14:14

Frauen

1 Sonnenschein, Kirsten	Marathon Dinslaken	3:29:57
2 Möllensiep, Sybille	SUS Schalke 96	3:30:09
3 Geltner, Raifa-Gertrud	SUS Schalke 96	3:35:32

<u>Marathon 4 you:</u>

Anton Lautner	m4y/Neuburg	3:14:12
Daniel Steiner	m4y/Neuhausen/Rheinfall/CH	3:45:55
Olaf Ulmer	m4y	3:54:58
Wolfgang Bernath	m4y/VfL Waldbreitbach	3:56:09
Joe Kelbel	m4y/Frankfurt/M.	4:16:51
Werner Kerkenbusch	m4y/VfL Bergheide	4:17:57
Bernhard Manhard	m4y/Team TOMJ	4:24:05
Bernd Neumann	**m4y/LG Vellmar**	**4:39:12**
Angelika Abel	m4y	4:44:28
Eberhard Ostertag	m4y/Ludwigsburg	4:44:31
Joachim Ewen	m4y	nach 6. Runde ausgestiegen