10. RWE Hunsrück Marathon 2010

Unterwegs auf dem Schinderhannes-Radweg

29.08.2010 von Bernd Neumann

Zum Marathon gehört auch immer eine Erkundung der Umgegend und die führte mich direkt an den Rhein, denn der Hunsrück verläuft parallel zum Rhein zwischen Bingen und Koblenz. Einen ersten längeren Stop habe ich in Bararach gemacht. Eine wunderschöne alte Weinstadt mit UNESCO Weltkulturerbe Status. Bararach entspringt dem keltischen Namen Baccaracus. Sehenswert sind die alte begehbare Stadtmauer sowie die Burg Stahleck die oberhalb der Stadt liegt. Unterhalb der Burg gibt es einen Malerwinkel der in wenigen Minuten zu erlaufen ist und einen an viele Kitschgemälde erinnert. Im Ort befinden sich alte Fachwerkhäuser die bis ins 14. Jahrhundert zurückgehen. Die Ruine der Wernerkapelle sowie Alter Posthof, alter Marktplatz und auch die evangelische Kirche St. Peter sind sehenswert. Eine Stadt die schon der Jäger aus Kurpfalz bewohnt hat. Jedes Jahr zieht es tausende Touristen hierher natürlich auch um den guten Wein der hier überall angebaut wird zu geniessen.

Ich geniesse heute nur die schönen Ausblicke und fahre anschließend über viele Serpentinen mit dem Rhein im Rücken auf die Höhen des Hunsrück nach Simmern.

Der Hunsrück ist mit dem Namen und der Person Schinderhannes eng verbunden. Ende des 18. Jahrhunderts machten der junge Johannes Bückler (Schinderhannes) und Johann Peter Petri (Schwarzer Peter) den Hunsrück unsicher. Der Name ist entstanden durch die Tätigkeit die Bückler bei zwei Wasenmeistern (Abdecker), die mancherorts auch Schinder genannt wurden, als Lehrjunge verbracht hatte. Bückler war bei über 40 Vieh- und Pferdediebstählen beteiligt und soll was jedoch nie bewiesen wurde auch bei Tötungsdelikten beteiligt gewesen sein. Er wurde im Februar 1799 verhaftet und im November 1803 auf dem Schafott hingerichtet. Viele ausführliche Infos zum Schinderhannes hat Joe Kelbel letztes Jahr in seinem Bericht niedergeschrieben.

Nach ihm wurde auch der Schinderhannes-Radweg genannt (nicht nach Joe sondern nach Bückler). Der 38km lange Weg führt auf der ehemaligen Eisenbahntrasse (Hunsrückbahn) von Emmelshausen über Kastellaun nach Simmern. Hierauf verläuft auch der größte Teil der Marathonstrecke. Zur Ergänzung auf die Länge von 42,2 km werden im Startort Emmelshausen und im Zielort Simmern die restlichen Kilometer ergänzt.

Der Hunsrück ist auch noch durch zwei Musikfestivals bekannt. Das Lott-Festival das auch „Woodstock“ auf dem Hunsrück genannt wird findet seit hier 1977 statt. Das größte europäische Festival der elektronischen Tanzmusik ist jedoch das „Nature One“, das seit 1995 auf der ehemaligen Raketenbasis Pydna stattfindet. Hier wo früher Pershings und Cruise Misiles stationiert waren findet heute der größte Techno-Event Deutschlands statt.

Dieses Wochenende steht jedoch ganz im Zeichen der Skater, Läufer und Walker für die der Schinderhannes-Radweg sogar gesperrt wird. Auch in diesem Jahr sind wieder einzelne Läufer aus dem europäischen Raum in den Hunsrück gekommen. Auch viele lustige Vereinsnamen sind in der Liste zu finden, wie z.B.: Lebenslang, Die Vier aus dem Wilden DoKo-W, SSC Kölner Roll-Möpse 1998 e.V, Rennmäuse Nahetal, Schneegestöber, Beckenrandschwimmer, Die Alten vom Sportplatz, Speck-weg Spabrücken.

Ich erreiche über die Höhen des Hunsrück die Kreisstadt Simmern. Um die Stadt, wo mein Ziel ist besser kennen zu lernen gibt es die Möglichkeit einem „Kulturhistorischen Stadtrundweg“ zu folgen, auf den Spuren der ehemaligen Residenzstadt der Herzöge von Simmern. Er erinnert an Gebäude, Persönlichkeiten und Ereignisse aus der wechselvollen Geschichte der Stadt Simmern, die 1330 von Kaiser Ludwig dem Bayern Stadtrechte erhalten hatte.

Simmern lag an der wichtigen Heerstraße Bingen-Trier und wurde deshalb schon 1072 erstmals urkundlich erwähnt. Das heutige Stadtgebiet war aber bereits in der Römerzeit schon besiedelt. Von 1515-1576 lebte hier Friedrich III. der Kurfürst von der Pfalz. Die Pfalz hat eine sehr wechselvolle Geschichte. Nach der

französischen Revolution eroberten die Franzosen erneut die Pfalz, hierbei wurde Simmern ein Kanton im Dèpartement Rhin—et-Moselle. Die neu gegründete Nationalgendarmerie nahm auch den Schinderhannes und schwarzen Peter gefangen und sperrten sie in den heutigen Schinderhannes-Turm ein, aus dem sie jedoch beide wieder ausbrechen konnten. Napoleon I. weilte auch 1804 in der Stadt. Nach der Franzosenzeit 1815 kam Simmern dann an Preußen.

Nach einem Rundgang durch die Stadt begab ich mich in die Hunsrückhalle wo von 14-18 Uhr die Startunterlagenausgabe und eine kleine Marathonmesse stattfand. Das Startpaket von 33-46€, je nach Anmeldung, umfasst: Bustransfer, Urkunde, Medaille und bei rechtzeitiger Anmeldung ein kostenloses Funktions-T-Shirt. Ab 16:30 Uhr gibt es die kostenlose Nudelparty im Festzelt auf dem Schlossplatz. Es ist schon bewundernswert was hier Rosi und Ottmar Berg in 10 Jahren geschafft hat. Respekt für eine solche Veranstaltung, deshalb mein Prädikat: sehr empfehlenswert.

Neben den Kinderläufen am Nachmittag findet auch noch ein Staffelwettbewerb über 4x850m statt. Hier nimmt auch Ottmar (Otti) mit einer Mannschaft teil.

<u>Sonntag Marathontag:</u> Wer aus der Nähe kommt kann seine Startunterlagen ab 6 Uhr in der Hunsrückhalle oder am Startplatz in Emmelshausen abholen. Parkplatzprobleme gab es heute morgen nicht.Es gibt um die Hunsrückhalle mehrere Parkplätze. Im Marathoncafè gab es ab 6 Uhr Frühstück, nicht nur für die kostenlosen Sporthallenübernachter. Da es heute morgen so gegen 7:30 Uhr noch recht kühl ist (9 Grad) kamen die Läufer erst kurz vor Abfahrt der Busse aus der Halle oder ihren Autos.

Um 7:55 Uhr startet der Bustransfer vom Ziel in Simmern zum Startplatz nach Emmelshausen. Es geht gemütlich so ca. 30 Minuten über die Hunsrücker Landstraßen. Nach Ankunft im Ortszentrum ist noch eine knappe halbe Stunde bis zum Marathonstart um 9 Uhr. Die Skater starten 15 Minuten vor uns, dann die Walker. Nach uns gehen dann noch die die Staffelläufer auf die Strecke.

Da es noch recht kühl ist versammeln sich die meisten Läufer noch im warmen in der Halle. Hier treffe ich auch Renate Werz die gerade nach einem Werkzeug für ihren Schuh sucht. Auch meine Kollegin Sabine Schneider die fast jedes Wochenende in Sachen Marathon unterwegs ist ist hier.

Zwischen den rund 200 Marathonläufern hier am Start befindet sich auch die Nr. 1 Marco Diehl der Seriensieger. Man könnte sagen "Alle Jahre wieder“ oder “Er kam sah und siegte“. Es hat schon die letzten 5 Läufe gewonnen und wird auch heute den Sieg ein(fahren)laufen. Die Teilnehmer sind alle relativ entspannt und nach dem Startschuss setzt sich das Feld vorne schnell ansonsten gemütlich in Bewegung und zieht sich schnell auseinander. Also ein problemloser Start. Warum auch nicht es gibt ja die Nettozeit-Messung mit dem Champion-Chip. Kein Chip, keine Zeitmessung.

Am Kreisel wo sich K96 und L206 kreuzen geht es los über die Rhein-Mosel-Straße bergab vorbei am Stadtteil Liesenfeld (dem ältesten Kern der Stadt) in Richtung Gondershausen. Wir verlassen den Ort und biegen links zum Friedhof ab. Dann geht es zurück in den Ort. Kurz vorm Stadion geht es rechts ab nach Basselscheid. Wir durchlaufen den Ort mit einem Linksknick und die Strecke führt zurück bis kurz vor unseren Startort in Emmelshausen. Die Strecke war bis hierher leicht wellig nur zwischen km 4 und 5 gibt es einen knackigen Anstieg.

Emmelshausen hat erst vor 60 Jahren die Stadtrechte erhalten und sich heute zum Zentrum des Vorderhunsrücks gemausert. Großer Magnet ist das Zentrum am Park. Der Bahnhof der Hunsrückbahn war jedoch die Keimzelle, mit dem heute noch viele Touristen in die Stadt kommen um die umliegenden Flusstäler zu erkunden. Sehenswert ist das Agrarhistorische Museum mit seiner Ausstellung zum Leben und Arbeiten in der Landwirtschaft: In einem wiederaufgebauten und restaurierten Hunsrücker Bauernhaus aus dem Jahre 1660 zeigen zahlreiche landwirtschaftliche Arbeitsgeräte die Entwicklung der landwirtschaftlichen Arbeitsmethoden von der Vergangenheit bis in die Gegenwart.

Kurz hinterm 5 Km-Schild biegen wir ab auf den Schinderhannes-Radweg der ganz in der Nähe an der Tourist-Info startet. Vor uns liegen jetzt rund 35km welliger Radweg. Auch wenn das Ziel tiefer ist wie der Start so sind doch einige Höhenmeter zu erlaufen. Der alte Bahndamm ist durchgehend asphaltiert was einige auch zu schnellem Laufen verführt. Ich bin erstaunt wie viel Menschen schon auf den Beinen sind um uns zuzujubeln.

Die Laufstrecke führt durch Leiningen und ca. 2km dahinter erreichen wir Norath. Ab hier bei km 12 beginnt ein langgezogener fast 5 km langer fast unmerklicher Anstieg. Bei km 14 passieren wir den ehemaligen Bahnhof von Pfalzfeld der zu einer schönen Gaststätte mit großem Biergarten umgebaut wurde. In den abgestellten Eisenbahnwagen gibt es Schlagwaggons mit 50 Schlafplätzen sowie einen Speisewagen. Ganz in der Nähe auf einem kleinen Hügel ist vor 2 Jahren eine keltische Erinnerungs- und Erlebnisstätte mit einer 3,5 Meter hohen Nachbildung der Pfalzfelder Flammensäule entstanden. Auf dem alten Friedhof in Pfalzfeld,

im Jahre 1640 hat man die keltische Säule von Pfalzfeld gefunden. Die Originalsäule die nur 1,48m hoch ist wird auch im Volksmund “Flammensäule” genannt (steht in der Ortsmitte). Sie wird von der Fachwelt als eines der wichtigsten keltischen Steinzeuge nördlich der Alpen bezeichnet. Mitte des 20. Jahrhunderts gab in der Nähe eine Blei- und Zinkgrube.

Die nächsten 3km geht es noch weiter leicht bergauf bis nach Lingerhahn. Neben unserer Strecke liegt der schon mehrfach ausgezeichnete Campingpark „Am Mühlenteich“. Wieder lädt uns ein Gasthaus „Zur Linde“ zum verweilen ein, aber wir wollen weiter.

Nördlich von Lingerhahn wurden 1890 Reste einer römischen Villa Rustica (ein Landhaus beziehungsweise Landgut im Römischen Reich) ausgegraben, die zur Versorgung römischer Truppen diente. Hierbei handelte es sich um „Platten aus gebranntem Thon sowie Thonröhren und Reste von Asche“. Sie lag an einer Verbindungsstraße vom Rhein zur Mosel die schon zu vorrömischer Zeit bestand. Der Ausgrabungsort blieb bis 1930 unbebaut und war von Dornen überwuchert. Beim Pflügen fand eine Frau 1957 dort zwei römische Münzen.

Jetzt geht es wieder bergab nach Dudenroth. Hinter dem Ort befinden sich die Reste der Dudenrother Schanze. Es handelt sich hierbei um eine mittelalterliche Turmhügelburg, deren Funde auf eine schiefergedeckte Fachwerkbebauung hinweisen. Heute sind davon nur noch kleine Wall- und Grabenreste zu erkennen. Die Bahntrasse wurde Anfang des 20. Jahrhunderts direkt durchgebaut. Unser Laufweg führt uns mitten durch die „Turmhügelburg“. Nur wer es weiß sieht heute noch rechts des Weges einen Graben.

Hier komme ich mit Melanie und Steffen Kohler ins Gespräch. Sie sind erst vor 14 Tagen die 100km von Leipzig gelaufen und machen heute einen lockeren Trainingslauf in 4 ½ Stunden. Melanie ist bei ihrem 1. 100km Lauf auch gleich 1. Pfalzmeisterin über diese Distanz geworden. Wir laufen einige Kilometer zusammen und tauschen uns über viele schöne Läufe aus. Danke auch an Steffen der mir einige Fotos zur Verfügung gestellt hat. Die Zwei haben auch eine schöne Internetseite www.runningfreaks.de

In leichtem Bergauf und Bergab geht es durch das 250 Seelendorf Ebschied und das 290 Seelendorf Hollnich. Immer wieder haben wir freie Blicke über die wunderschöne wellige Landschaft des Hunsrücks. Vor mir läuft Günter Klitsch der zu seinem 100. Marathon von seinem Fanclub begleitet wird. Günni läuft erst seit 1998 Marathon und nach der Frage: Welches sind deine schönsten Läufe gewesen, kommt die Antwort: Rursee und Monschau. Scheint auch ein Landschaftsgenussläufer zu sein.

Es geht fast 3,5 km leicht bergab zum nächsten Ort. Schon 2km vorher bei km 25 hören wir Fetzen von Musik und Lautsprecherdurchsagen. Kastellaun naht. Wir sind bei km 27 und laufen auf ein großes Zieltor zu. Hallo, das kann es doch noch nicht sein, ich meine das Ziel. War es auch nicht. Es war der Start für die Halbmarathon-Schülerstaffeln (Start 11:15 Uhr) und der Halbmarathon-Läufer (Start 11:30 Uhr). Die laufen jetzt zum 2. Mal durch das Tor nachdem sie eine ca. 7 km Schleife durch den Ort gelaufen sind. Ab hier haben wir einen gemeinsamen Weg zum Ziel.

Wir überlaufen den Marktplatz um den sich zahlreiche alte Häuser sowie Restaurants und Gaststätten reihen. Es gibt eine kleine schöne Altstadt zu besichtigen sowie ein Spielzeugmuseum und die über die Stadt ragende Burgruine der ehemaligen Burg Kastellaun der Grafen von Sponheim.

Jetzt sind wir Marathonis nicht mehr einsam und allein auf der Strecke. Durch die anderen Teilnehmer wird es jetzt belebter. Es wird überholt und man wird überholt. Es wird manchmal eng, denn es gibt auch drängelnde Läufer die unbedingt im dichtesten Verkehr durch wollen. Ich behalte die Ruhe und laufe meinen Rhythmus weiter der nur manchmal unterbrochen wird wenn ein Überholer zu eng vor mir einschert.

Die nächsten 2km zum Bahnhof Bell geht es mal wieder bergauf, begleitet durch eine Regenschauer. Bell ist eine sehr alte Siedlung, schon der Name „Bell“ bezeichnet im keltischen eine Anhöhe oder Siedlung auf der Anhöhe. Das Wagengrab das in der Nähe gefunden wurde hat in der Archäologie einen besonderen Stellenwert gefunden. Es ist eines der ältesten Zeugnisse für die Ursprünge und Entwicklung des frühlatènezeitlichen Prunkgräberbrauchs in der Mittelrheinregion.

Wir sind bei km 30 und das Streckenprofil zeigt ab jetzt nur noch bergab, wir werden sehen. Nach weiteren 2,5km erreichen wir Hasselbach. Der Ort hat zwar ein Spielzeugmuseum, bekannt wurde es aber durch die „Spielzeuge“ der USA. In der Nähe bei Pydna sollte eine Raketenbasis mit Cruise Missiles errichtet werden. In den Jahren 1983-1989 gab es hier die Demos der Friedensbewegung auch bekannt als Ostermärsche. Um Hasselbach ist auch jedes Jahr das Zeltlager der Nature One. Am Radweg gibt es eine Hinweistafel auf den „Meeresand bei Hasselbach“.

Die ehemalige Bahntrasse ist schön umgebaut worden zum Radweg und hat einen breiten und gut zu laufenden Asphaltbelag. Immer wieder kann man beruhigt in die Weiten des Hunsrück sehen und nicht nur auf den Laufuntergrund. Wir können, je nach Kondition, die letzten 10 Kilometer laufen und genießen.

Wir kommen durch Alterkülz (km 34) und laufen Richtung Neuerkirch. Hinter dem südlichen Ortsausgang in der Nähe des Külzbaches befinden sich die Überreste einer mittelalterlichen Eisenverhüttung und die Reste der Erzgrube Eid. In der Nähe auf einer Anhöhe stand von den Römern ein Gutshof, eine Villa Rustica.

Wir kommen durch das malerische Dorf Neuerkirch das sich mit seinen renovierten, hunsrücktypischen Fachwerkhäusern den Läufern präsentiert. Es sind nur noch 5km zum Ziel und es geht noch immer leicht bergab.

Kurz hinter Neuerkirch kommt Külz in dem auch frühgeschichtliche und römerzeitliche Bodenfunde gemacht wurden. Hinter dem Ort quert der 50. Breitengrad den Radweg. Er wurde kenntlich gemacht durch eine Hinweistafel sowie einen großen Stein und den Strich über den Weg.

Es geht vorbei an Keidelheim. Hier gibt es Technomusik recht laut. Ich frage den Disc-Jockey ob er hier die „Mini Nature One“ veranstaltet. Es geht zum tiefsten Punkt unserer Laufstrecke dem Schmiedeltunnel. Kurz vorm Tunnel erreichen wir das KM-Schild 41. Während durch die anderen Tunnel der Hunsrückbahn noch die Gleise führen führt heute der Schinderhannes Radweg durch den 81m langen Schmiedeltunnel.

Hinter dem Tunnel geht es unter einer Brücke durch und danach rechts ab als Überraschung aufwärts. Wir müssen die Brücke die wir unterquert haben. Dann geht es wieder läuferfreundlich leicht bergab. Wir umlaufen einen Kreisel wo uns die Polizei den Laufweg freihält. Nochmal kurz bergauf und dann liegt vor uns die 195m lange Zielgerade auf den Rathausplatz, wo eine Volksfeststimmung herrscht. Viele Läufer werden von ihren Angehörigen auf den letzten Metern nochmal angefeuert. Und so laufen Marathonis, Halbe und die Schülerstaffeln bunt gemischt ins Ziel.

Hinter dem Ziel gibt es eine schöne Medaille um den Hals. Noch ein paar Fotos und dann zur Verpflegung. Hier erwarten die Läufer Verpflegungsstände mit Läuferbier und vielen anderen Stärkungsmitteln. Um das Ziel herrscht Volksfeststimmung. Den Kleiderbeutel gibt es in der Hunsrückhalle und geduscht wird nebenan im Hallenbad. Wer nicht an den Massagen anstehen will kann auch einige Bahnen im Schwimmbad (sofern er an Schwimmsachen im Kleiderbeutel gedacht hat) zurücklegen und seine Muskeln so lockern.

Wer noch Zeit hat und die Stadt nicht kennt sollte sich noch so einige Sehenswürdigkeiten der Stadt ansehen, wie z.B. Schinderhannesturm, Schloss mit Schlossplatz, Gerberhaus, altes Rathaus, Stadtmauer, Bastion.

Fazit: Trotz einer starken und einer leichten Regenschauer, für die der Veranstalter nichts kann, war es eine sehr gut organisierte Veranstaltung. Das Preis- Leistungsverhältnis stimmt hier hervorragend. Auf Grund der unterschiedlichen Startzeiten ist es nie einsam auf der Strecke, ein gut durchdachtes Konzept. Danke nochmal an Rosi und Ottmar Berg.

Im Ziel: Marathon 234 (184 Männer und 30 Frauen). Marathon Skating 104, Marathon Walking 5 (3. wurde Ralf Buschmann mit einer Zeit von 5:55:11 der Blind und Taubstumm ist), Halbmarathon 850, Fun-Run-Lauf 196.

Marathon-Ergebnisse:

Männer		
1 Marco Diehl (GER)	Laufarena/LaufKultTour	02:28:58
2 Markus Kaiser (GER)	Running Team Bad Ems	02:43:46
3 Joachim Hammen (GER)	Hunsrück Marathon e.V.	02:54:14
Frauen		
1 Sabine Rech (GER)	LT Lilly-Luna	03:02:55
2 Iris Walter (GER)	TV 1848 Meisenheim	03:12:29
3 Inge Raabe (GER)	Röntgensportclub Remscheid	03:19:33