

Mitternachtslauf Heuchelheim

Eine völlig neue "Renn-Erfahrung" durfte ich am 20.06.2015 in Heuchelheim beim dortigen "13. Mitternachtslauf" erfahren. Um einen kleinen Eindruck von diesem außergewöhnlichen Rennen zu bekommen, habe ich folgenden Nachbericht für Interessenten erfasst. Vorweg sei aber erwähnt, dass dieser Lauf für "Nachtblinde" und "Angsthasen" nicht geeignet ist (Scherz).

Die Anreise

Nun, was hat man an einem Samstagabend besseres zu tun, als sich um 20 Uhr ins Auto zu setzen und ins 140 Kilometer entfernte Heuchelheim (liegt ca. 30 Kilometer südlich von Marburg) zu fahren? Es gibt nichts Besseres!

Also düsten Vereinskollege Hilmar Vonholdt und meine Wenigkeit von Kassel los. Wir erreichten bei einbrechender Dunkelheit gegen 21.30 Uhr das Ziel. Es war noch genügend Zeit bis zum Start, der für 23.30 Uhr für den Hauptlauf angesetzt war. Als wir das Eventgelände erreichten, war bereits der 5 km-Wettkampf im vollem Gange. Danach gab es den Staffellauf, an dem sich ca. 40 Staffeln beteiligten. Die Atmosphäre, geschuldet aufgrund der Dunkelheit, war außergewöhnlich gut. Überall Teelichter, kleine bunte Lampen und die Leute feuerten die Läufer überdurchschnittlich laut an, das einem Gänsehautfeeling überkam.

Der Lauf

Ich habe in meinem jahrelangen Renn-Leben bisher noch an keinem Lauf im Dunkeln teilgenommen, also war ich gespannt auf das, was mich da erwartete. Exakt 202 Läufer und Läuferinnen wagten sich und so war die Aufregung dementsprechend.

Laut Streckenplan spielte sich das ganze Rennen ausnahmslos im Wohngebiet ab, wobei es 4 Runden á 2,5 km zu bewältigen gab. Dementsprechend war natürlich auch die Stimmung an der Strecke gleichbleibend überdurchschnittlich gut. Überall hatten die Anwohner Teelichter, Kerzen, Lampen, Lagerfeuer aufgestellt.

Mitternachtsgrillen war in einigen Vorgärten angesagt. All das konnte man beim Vorbeilaufen kurz festhalten.

Die Strecke war recht ordentlich. Zwei Anstiege von je 150 Meter bereicherten den Track. Diese durfte man ja dann auch gleich viermal während des Rennens bewältigen. Mir passierte es ab der dritten Runde, dass ich teilweise das Rennen einsam im Dunkeln lief. Ich bildete den Schlussläufer der Spitzengruppe.

Gespentisch, zumal es teils durch eine Schrebergartensiedlung ging. Während hier Zombies aufgetaucht, ich hätte mich nicht gewundert.

Aber, und das muss man den Organisatoren lassen, die Strecke war perfekt präpariert, soll heißen, gerade in dieser dunklen Passage hatten sie Positionslichter aufgestellt, damit man auch wusste, wo es lang ging.

Ich genoss den Lauf, ging nicht an meine übliche Leistungsgrenze, sondern blieb auf ca. 85 Prozent. Es ging ja um nichts, keine Punkte, keine Prämien. Ich wollte den Lauf einfach mal genießen, die Atmosphäre aufsaugen.

Den einzigen Fehler den ich bei diesem Lauf gemacht hatte, war, dass ich nicht meine GPS-Uhr verwendete, sondern nur meine normale Stoppuhr. Somit konnte ich das Renntempo nicht genau einteilen, da es keine Kilometerangaben gab. Auch hatte meine Stoppuhr kein beleuchtetes Display und eine Uhr im Dunkeln kann man schlecht ablesen. So denn bekam ich einen leichten Schreck als die erste Runde absolviert war und ich bei 10 Minuten lag. Das war ein 4,00 Schnitt. Zu schnell für mich! Ich drosselte das Tempo, aber ich wusste, dass es natürlich für eine sehr gute

Zeit zu spät war mit der Drosselung, da ich einen erheblichen Teil meiner Körner verschossen hatte. Die Dunkelheit, das Rennen im Wohngebiet ... all das lässt ein Renntempo völlig anders einschätzen.

Nach der zweiten Runde lag ich bei 21 Minuten, also eine Minute gedrosselt. Dritte Runde wurde bei Minute 32 absolviert. Letztendlich kam ich mit 43:52 ins Ziel und wurde im Gesamtklassement 45 von 202. In meiner Altersklasse belegte ich Platz 9. Aber wie gesagt, ich hatte den Lauf mehr genossen und auch der Fauxpas mit der Uhr nahm mir einige Zeit.

Hilmar Vonholdt kam in 55:48 ins Ziel, belegte Platz 173 im Gesamtklassement.

Fazit

An diesem Lauf nahmen viele "Cracks" teil, da dieser Lauf auch zum Mittelhessen-Cup gehörte. Viele Triathleten nahmen daran teil, lag wohl daran, dass der Triathletenverein "Team Naunheim" in der Nähe lag.

Und was mir besonders auffiel: Es gab viele sehr athletische schnelle Frauen, die fast alle eine "Einheitsfigur" hatten. Klein, sportlich und gutaussehend. Was für die männlichen Zuschauer und Finisher natürlich ein wohlverdienter Augenschmaus war. Ich kann jedem interessierten Läufer dieses Event nur empfehlen. Es macht Spaß und ist aufregend und eine interessante Erfahrung einen Lauf um Mitternacht einmal zu absolvieren, rundet das Geschehen noch mehr ab. Nächstes Jahr bin ich und Laufkollege Hilmar Vonholdt wieder mit dabei. Interessenten können sich bei uns melden.

Fred Sippel