29. Athen Classic Marathon 2011

22.11.2011 von Wolfgang Knittel und Peter Orth

Vom 10.- 14. November 2011 besuchten Peter Orth und Wolfgang Knittel die griechische Hauptstadt Athen um an dem 29.Marathonlauf teilzunehmen.

Hier nun aber die Einzelheiten unseres gemeinsamen Abenteuer:

Da unser Flieger bereits am Freitagmorgen um 8.25 Uhr startete , fuhren wir bereits am Donnerstag den 10.11.2011 mit dem Zug nach Frankfurt um im Airport Hotel Post zu übernachten.
Gut ausgeschlafen und sicher eingescheckt startete unsere Lufthansamaschine pünktlich um 8.25 Uhr gen Athen.
Unterwegs und mit klarer Sicht konnten wir aus dem Flugzeug herrliche Landschaften erkennen. Auch den Landeanflug konnten wir mit der Kamera festhalten.

Am Flughafen Athen erwarteten uns bereits die Mitarbeiter von den Sportreiseanbietern.
Da wir beide unterschiedliche Anbieter hatten, Peter- Kreienbaum Laufreisen und ich Otto Sportreisen lagen glücklicherweise unsere beiden Hotels nur 8 Minuten per Fußmarsch entfernt.
Mit dem Bus ging es dann vom Flughafen Richtung Athen Innenstadt zu den Hotels.
Anlässlich zu den Olympischen Spielen 2004 in Athen sind damals bereits moderne Schnellstraßen ,Autobahnteilstrecken und Zubringerstraßen neu gebaut worden.
Das Zentrum des modernen Athen ist nach neoklassizistischen bayerischen Vorstellungen am Reißbrett entstanden und aufgebaut worden.
Inzwischen hat sich Athen zu einer Fünf-Millionen Metropole entwickelt, in der etwa die Hälfte der griechischen Bevölkerung wohnt und in den Vororten mehr als die Hälfte der Griechischen Industrie angesiedelt ist.

Theoretisch besteht Athen aus einer Kerngemeinde – welche die unmittelbaren Innenstadt-bezirke umfasst – mit 38 Vororten. Praktisch jedoch ist von Kifissia im Norden bis nach Piräus und Voulilagmeni an der Küste alles zusammengewachsen.

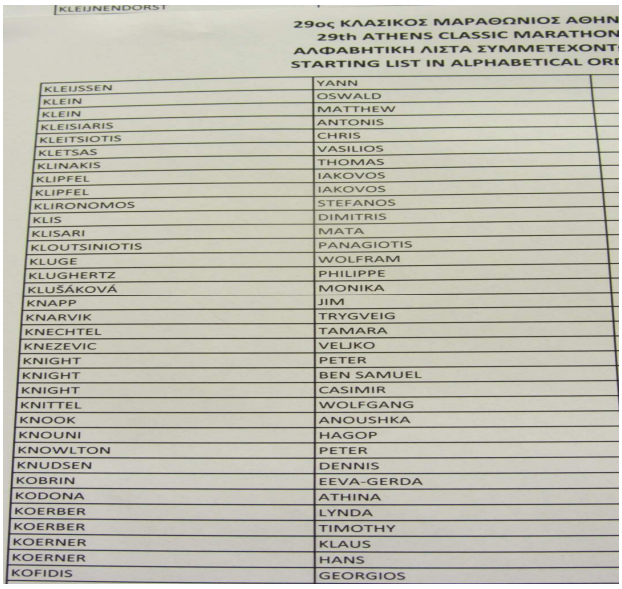
Nachdem unser Bus die Autobahn verlassen hatte, bogen wir ins Zentrum ein

Trotz täglichem Verkehrschaos fließt irgendwie der Verkehr.

Zentrum heißt: Syntagma Platz , Parlamentsgebäude, feine Einkaufsmeile Ermou, Altstadt Plakka, und Akropoilis. Dazu kommt das Hotel Grande Bretagne eine Nobelherberge, in der auch Könige die Klinke in die Hand geben

Nachdem wir beide unsere Zimmer in den jeweiligen Hotels belegt hatten, trafen wir uns am frühen Nachmittag zum Laufmessestand und zu einem Abstecher ins alte Panathinaike-Stadion (wo wir ja dann Sonntag einlaufen sollten)

Unser Weg führte uns durch die grüne Lunge Athens (dem Nationalgarten) hin zum Sportmessegelände. In der Congress Hall (einem architektonisch wunderschönen Halbkreis-Gebäude) was auch bereits anlässlich der Olympischen Spiele in 2004 genutzt wurde, konnten wir uns die zahlreichen Sportartikelhersteller auf dem Stand ansehen. Teilnehmerlisten hingen bereits aus. Hier haben wir dann ja am Samstag unsere Startunterlagen abgeholt.

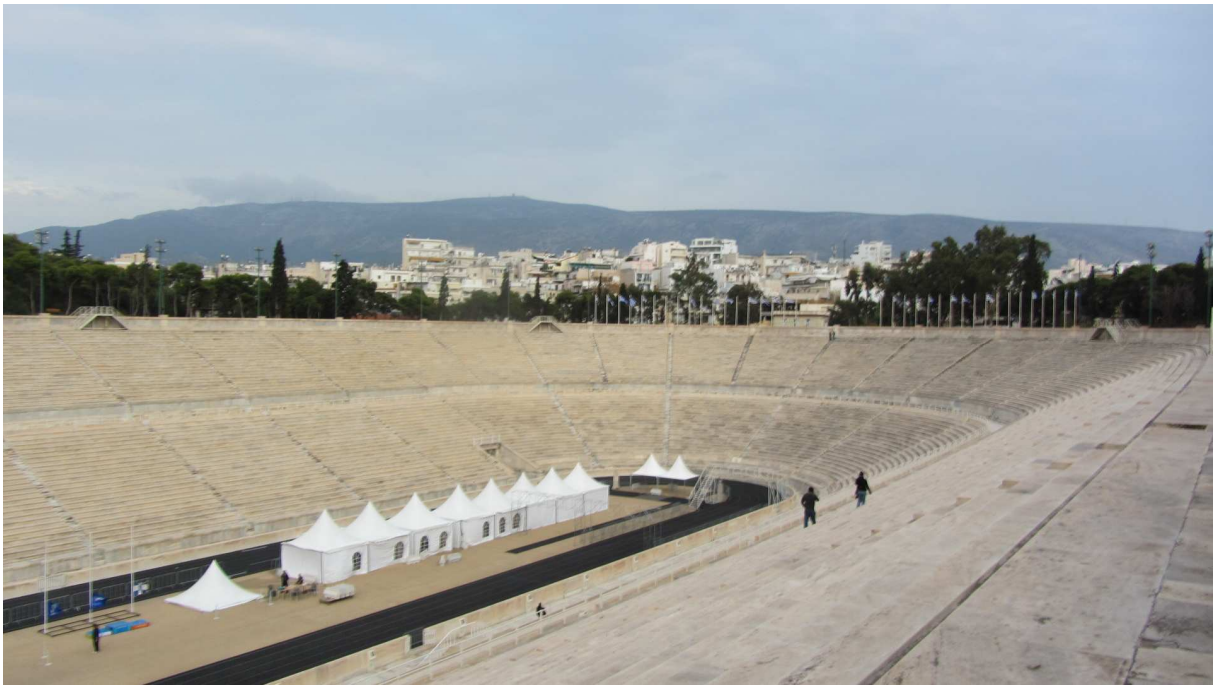


29ος ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ ΑΘΗΝ
29th ATHENS CLASSIC MARATHON
ΑΛΦΑΒΗΤΙΚΗ ΛΙΣΤΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤ
STARTING LIST IN ALPHABETICAL ORD

KLEIJSSEN	YANN
KLEIN	OSWALD
KLEIN	MATTHEW
KLEISIARIS	ANTONIS
KLEITSIOTIS	CHRIS
KLETSAS	VASILIOS
KLINAKIS	THOMAS
KLIPFEL	IAKOVOS
KLIPFEL	IAKOVOS
KLIRONOMOS	STEFANOS
KLIS	DIMITRIS
KLISARI	MATA
KLOUTSINIOTIS	PANAGIOTIS
KLUGE	WOLFRAM
KLUGHERTZ	PHILIPPE
KLUŠÁKOVÁ	MONIKA
KNAPP	JIM
KNARVIK	TRYGVEIG
KNECHTEL	TAMARA
KNEZEVIC	VELJKO
KNIGHT	PETER
KNIGHT	BEN SAMUEL
KNIGHT	CASIMIR
KNITTEL	WOLFGANG
KNOOK	ANOUSHKA
KNOUNI	HAGOP
KNOWLTON	PETER
KNUDSEN	DENNIS
KOBRIN	EEVA-GERDA
KODONA	ATHINA
KOERBER	LYNDA
KOERBER	TIMOTHY
KOERNER	KLAUS
KOERNER	HANS
KOFIDIS	GEORGIOS

Nach einem Fußmarsch von weiteren zehn Minuten erreichten wir das legendäre antike Olympiastadion Panathinaike Stadion.
Es wurde als Rekonstruktion auf den Fundamenten des antiken Stadions gebaut.
Beeindruckend ist das hergerichtete hufeisenförmige Stadion.
Sitzplätze, Treppenanlagen, Ehrenplätze und Konstruktionen aus feinstem Marmor.
Es hat eine Länge im Innenraum von 236 m. Die Arena hat Platz für etwa 50000 Zuschauer. Alleine 105 Stufen brauchten wir, um von dem obersten begehbarem Oval nach unten auf die Laufbahn zu kommen.

Als 2004 die Olympischen Sommerspiele wieder in Athen abgehalten wurden, fanden hier die Wettkämpfe im Bogenschießen statt. Außerdem war hier der Zieleinlauf der Läufer im Marathon.
Heute ist das Stadion ein beliebtes Ziel von Touristen und wird nur noch zu gewissen Zwecken genutzt wie z. Beispiel um siegreiche griechischen Athleten zu empfangen. Zuletzt namentlich die griechische Fußball-Nationalmannschaft mit dem deutschen Trainer Otto Rehagel, die sensationell die Fußball EM 2004 gewonnen hatte.



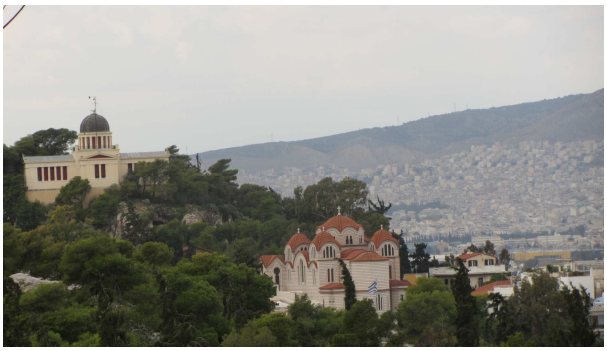
Samstag der 12.11.2011

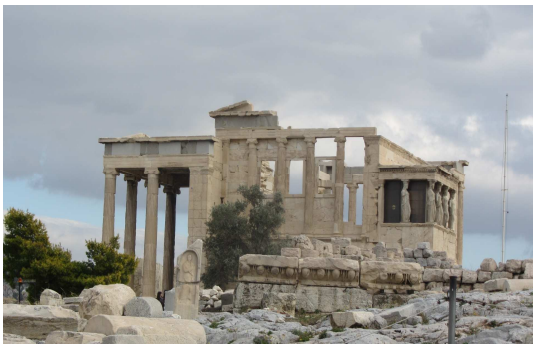
An diesem Samstag war der Besuch der Akropolis, eine Stadtrundfahrt mit Streckenbesichtigung und der Besuch des Sportmuseum in Marathon angesagt.
Hier sollten wir auch die Quelle des Olympischen Feuers kennen lernen.

Nachdem wir unsere Startunterlagen abgeholt und im Hotelzimmer abgelegt hatten, sollte es noch ein schöner Vormittag auf dem heiligen Tempelbezirk werden.
Wie kein anderes Wahrzeichen ist die Akropolis Sinnbild einer ganzen Kultur.
Sie ist zweifellos die bedeutendste Attraktion Griechenlands, gleichzeitig aber auch ein Umweltopfer ersten Ranges.
Eine Besichtigung der Akropolis ohne Menschenmassen ist im Sommer nur in aller Frühe möglich. An diesem Samstag hielten sich die Besucherströme in Grenzen.
Wir haben unsere Bilder bei relativ klarem Himmel, aber eisigem Wind machen können.

Der Tempel der Stadtgöttin Athene Parthenon ist der größte und schon von weitem sichtbare Bau über Athen.
Oft auf Postkarten abgebildet ist das asymmetrische und verwinkelte Erechtheion nicht weit weg vom Parthenon zu sehen.
.
Sechs Mädchenstatuen so genannte Koren tragen auf ihren Köpfen das Dach des Vorbaus.
Weitere Highlights von oben sind das Dionysos –Theater und das Odeion desHerodes Attika.

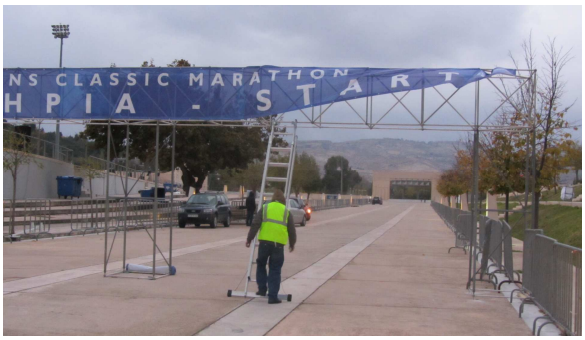
Mit vielen Bildern in der Kamera und kalter Nase war erst einmal Aufwärmen im Hotel angesagt.

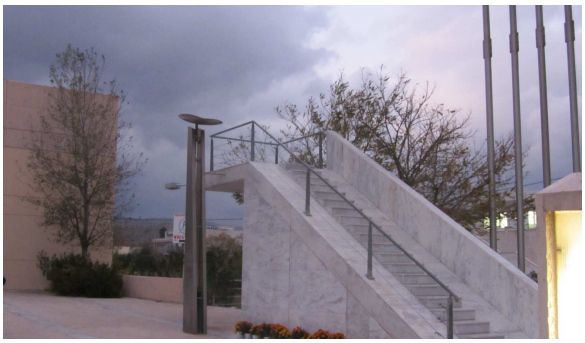




Am Nachmittag erfolgte dann die Streckenbesichtigung mit dem Besuch des Sportmuseums in Marathon. Wir fuhren mit dem Bus sozusagen vom Ziel bis zum Start nach Marathon. Nachdem wir die Stadtteile Papagos, Agia, Pallini, Pikermi durchfuhren, erreichten wir den Badeort Rafina und entdeckten auf der rechten Seite schon das Meer.
Der weitaus bekannteste Urlaubsort dieser Region ist Nea Makri.
Hier in dieser Region auch Attika genannt, wird viel Gemüse für den Handel angebaut.
Im Ort Vrana hielten wir kurz bei dem Grabhügel der Athener an. Hier wurden die 192 Soldaten beigesetzt, die in der Schlacht von Marathon gegen die Perser fielen.

Nach einigen wenigen Kilometern erreichten wir dann Marathon und fuhren mit dem Bus direkt zum Startfeld.
Ein breites relativ neu errichtetes Startgelände mit Gebäuden, Fahnenmaststangen aller Nationen und der Säule von wo aus das olympische Feuer alle 4 Jahre gezündet wird, erwartete uns.
Höhepunkt dieses schon sehr vorgerückten Tages, sollte der Besuch des Olympiasportzentrums sein.
Alle Olympiasieger der Neuzeit ab 1896 im Marathon sind hier in Bildern festgehalten.
Außerdem ist die Geschichte von Olympia der Antike auch hier beschrieben und bebildert.





Müde vom ereignisreichen Tag, kehrten wir dann 21.30 Uhr ins Hotel zurück.

Sonntag der 13. November 2011

Abfahrtzeit der Busse war um 6.00 Uhr angesagt. Frühstück gab es im Hotel um 5.15 Uhr.
Da bereits am Samstag ein kräftiger kalter Wind aufkam und andauerte , habe ich in der wetterbedingten unruhigen Nacht kaum geschlafen.
Noch sehr müde schlich ich mich zum abgespeckten Frühstücksraum .
Mit Startnummer und kompletter Winterlaufbekleidung ging es dann zum Bus.
Es regnete bereits ein wenig und die Temperatur lag so unter 10 Grad Celsius.
Die Mitnahme der Winterlaufbekleidung sollte sich später beim Lauf als sehr richtig erweisen.
Mit Abgabe der Kleiderbeutel , einem schnellen Startfoto und der kleinen Aufwärmphase ging es dann zu den Startblöcken wo sich allmählich die knapp 10000 Teilnehmer sich aufstellten.
Mit unseren Chips an den Laufschnürsenkeln erreichten wir ca. 11 Minuten später unsere Startlinie.
Organisatorisch war vom Veranstalter alles super hergerichtet. Die komplette Schnellstraße war in unserer Richtung gen Athen für die Autofahrer gesperrt.
Wir als Läufer konnten uns nun so richtig auf dem Asphalt austoben.
Alle 5 Kilometer waren Getränkestände aufgebaut und es gab so zirka nach 20 Kilometern Bananen, Plätzchen Power Gels usw. Ab dem Kilometer 30 standen auch Becher mit Cola auf den Tischen.
Aufgrund der niedrigen Temperaturen und des relativ schlechten Wetters entschlossen sich doch viele Läufer in „Lang“ zu laufen. Nur gut, das wir kalten Schiebewind hatten.

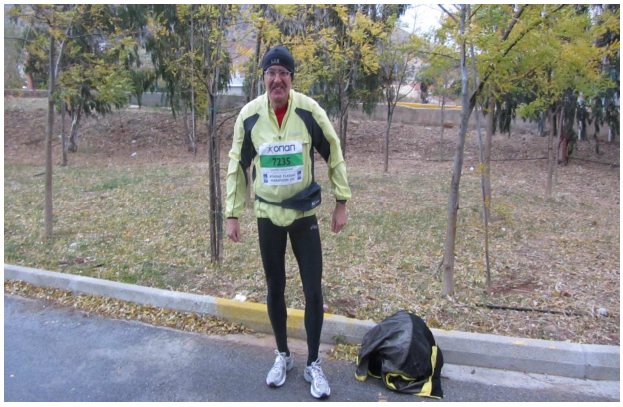
Unterwegs auf der Strecke haben wir sehr viele Rotkreuzhelfer gesehen, die insbesondere mit Eiskartuschen ausgerüstet waren.
Viele Kilometer bin ich mit einem Familienläufergespann zusammengelaufen. Dieses junge Ehepaar hatte in dem Laufrad Buggy ihr 6 Monate altes Kind. Ich hörte wohl später , dass sie mit dem Buggy durchs Ziel gelaufen sind.

Jetzt zum Peter. Ja wo ist denn mein lieber Peter geblieben? Ich hatte ihn auch nicht am Start gesehen. Aber plötzlich wie Phönix aus der Asche tauchte er neben mir so nach 20 Kilometern auf. Mit vielen Schnappschüssen unterwegs kam er wohl anfangs so richtig nicht zum laufen. Nachdem wir einige Worte gewechselt hatten, und ja jeder Läufer sein eigenes Tempo läuft, war er dann nach einigen Minuten schon wieder enteilt.

Bei km 31,3 Höhe 247m über NN dem höchsten Punkt der Strecke sollten wir es dann einfacher haben.
Mit einem kräftigen Schluck Cola und den Anfeuerungsrufen der Athener Bravo kam dann der letzte Adrenalinschub.
Überglücklich es geschafft zu haben, bogen wir ins alte Olympiastadion ein.

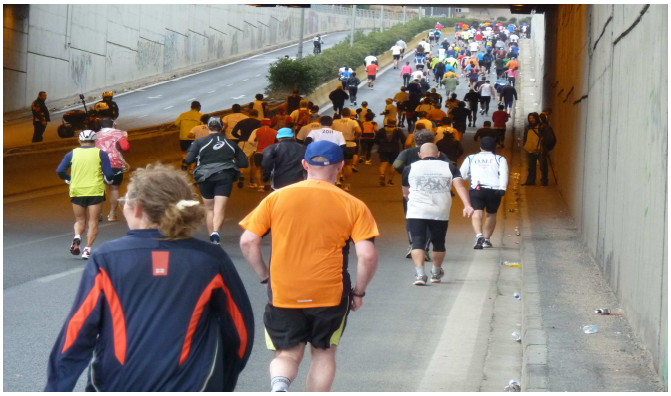
Als Läufer das Ziel dieses gigantische Stadion zu erreichen, ist pure Gänsehaut.

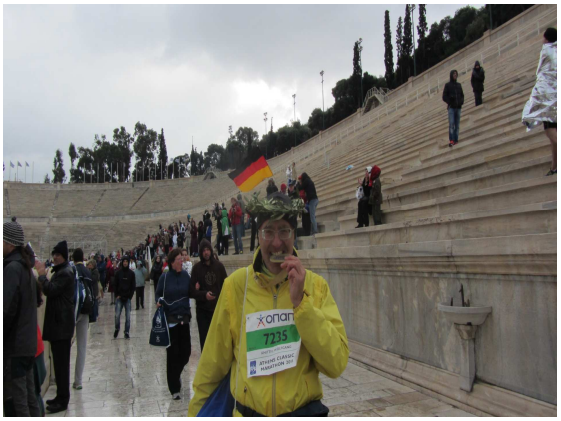
Einige Bilder vom Start , vom Lauf unterwegs und natürlich vom Zieleinlauf



ΜΠΙΛΙΑΡΔΟ
INTERNET
ΚΑΦΕΔΕΣ - ΣΑΝΤΟΥΙΤΣ
BiO
ΠΡΟΪΟΝΤΑ

Aimeri
爱美丽&爱魅力





Den Nachmittag und Abend haben wir in Ruhe angehen lassen.

Montag 14. November 2011

Da Peter bereits Frühmorgens den Flieger nehmen musste, hatte ich Gelegenheit noch einen Tagesausflug nach Piräus zu unternehmen.
Mit der Metro war ich in ca. 25 Minuten in der Hafenstadt.
Von Piräus fahren große Passagierkreuzfahrtschiffe weg. Auch hier gibt es Tourismus Hotels und Badestrände.

Am Nachmittag kam dann auch für mich der Abschied von Athen mit dem Transferbus zum Flughafen. Pünktlich um 18.00 Uhr hob dann unsere Lufthansamaschine vom Airport Athen ab.

Fazit:
Der Athen Marathon ist in jeder Hinsicht ein geschichtlicher Klassiker unter den Marathonläufen weltweit.
Er ist vom Kurs sicherlich nicht der schönste.
Aber wer sich für andere Kulturen, für die griechische Antike und auch für das moderne Griechenland interessiert, ist mit dem Marathonlauf hier in Athen am richtigen Platz.
Hilfsbereite und freundlicher Athener haben wir ohnehin kennen gelernt.
Es waren für uns bewegende Stunden und Tage hier in der griechischen Metropole.

Der Sieger des diesjährigen Marathons mit Streckenrekord war der Marokkaner Boubker Abdelkerim in 02: 11 :40 h

Unsere Zeiten

Peter Orth	04:24:42 h
Wolfgang Knittel	04:34:29 h