

# Heiligabend Bescherung

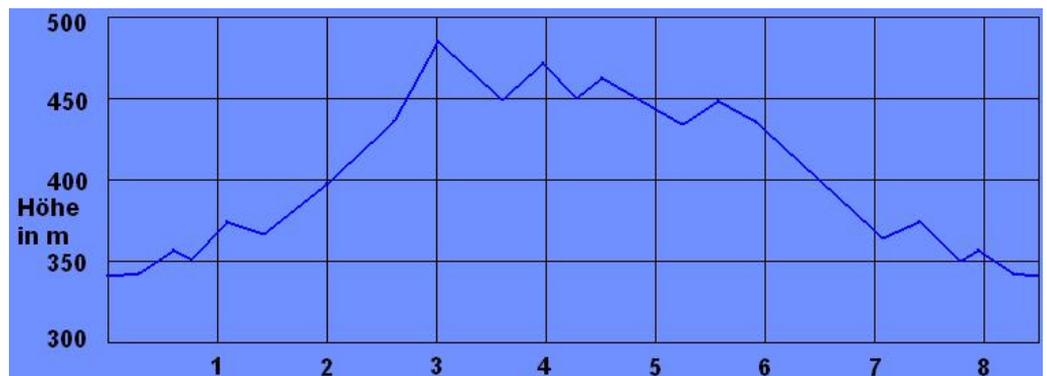
Für ein Paar Tage meldeten wir uns aus den Verpflichtungen ab und zogen unsere Kreise im Südwesten des Landes.



men. In einem ca. 50 m langen Tunnel war im Halbdunkel die Startnummernausgabe und schwach zeichneten sich noch weitere aufgetragene Stationen des sich abzeichnenden Geschehens ab.

Bereits um 08.15 Uhr sollte der Marathon gestartet werden. Ja, Marathon – an Heiligabend und es waren keineswegs nur diese oder jene, sondern ein lockerer Querschnitt durch alle Alters- und gesellschaftlich sozialen Gruppen. Eben ein buntes Völkchen, wie das Fahrende, nur hier die Sorte „Laufende!“. Deutlich über 100 wollten es wissen und begaben sich, bei noch sparsamen Tageslicht in den Schutz des Waldes, den die Masse erst nach deutlich über 4 Stunden wieder verlassen sollte.

Es waren durchaus arrivierte LäuferInnen am Start, aber die 8,5 km Runde war eine höchst ungnädige, denn sie wies doch etliche HöM auf, die bei 5 zu laufenden Runden doch ganz erheblich



Ab km 3 ging es mal rauf oder runter, aber tendenziell bergab, was mich Einige von dem auf- und einholen ließ, die sich auf den ersten 3 km von mir entfernt hatten. Das beruhigte, das motivierte, das machte Laune und nicht ein Einziger überholte mich auf dem Weg zum Ziel. Kurz bevor ich den 7. Kilometer abgearbeitet hatte durchlief Birgit das Ziel, wie ich anhand der Zeiten später rekonstruieren konnte. Satte 5 min war sie vor, was ihr u.a. auch den Sieg in der Frauenklasse einbrachte. Das war eine schöne Bescherung.

Durch die Eifel an die Mosel und weiter ins Saarland suchten wir diverse Plätze und Orte auf zu denen dann am Heiligabend Hoppstädten-Weiersbach in der Gemeinde Nohfelden gehörte. Den überregionalen Bekanntheitsgrad muss sich dieser Flecken noch erarbeiten, aber an Heiligabend steht der Ort schon ganz oben auf dieser Liste. Und das besonders in Läuferkreisen, denn vor Ort findet seit 2002 ein Lauf statt, der die Unermüdlichen wie auch die knapp an Zeit anlockt.

Der Lauf ist nach dem Tag benannt an dem er stattfindet. Wahrlich ein außergewöhnlicher Tag, wo sich wohl die große Masse nur wegtraut, um vielleicht letzte Geschenke, einen übrig gebliebenen Baum, den letzten Karpfen zu kaufen oder die Gästezimmer herrichtet, weil sich die liebe Verwandtschaft für die Feiertage angekündigt hat.

Das alles ficht uns nicht an, denn wir hatten schon um 7.30 Uhr die Laufklamotten an und fuhren die Aktivitäten so langsam hoch, um in den Wettkampfmodus zu kom-

ins Kontor schlagen.

Derweil sich diese Gruppe auf den Weg machte liefen wir uns ein, denn 09.45 waren wir gefordert. Das Wetter war ok, aber die Wege voller Laub und an manchen Stellen auch gerne matschig, was auch dem Bearbeiten des Weges der Marathontruppe zuzuschreiben war.

Um die 200 standen an und ohne Knall setzten wir uns in Bewegung. Birgit hatte ich noch bis km 2 schwach im Auge und dann sah ich sie erst im Ziel wieder.

Wie die Grafik zeigt, geht es relativ fix über die Schrittverkürzung in die Körpervorlage, was dem Anstieg geschuldet war. Diese Freude hielt einige Zeit an, genauer gesagt über 2,5 km mit 140 HöM! Bei mir reichte der Vorrat an Freude so eben aus, hätte aber für 5 Runden, wie es die Marathontonnen vor der Brust hatten, keinesfalls gereicht und wäre der totalen Verzweigung gewichen.