

Der Stefan Andres Lauf

Von diesem Lauf schon soviel gehört, meine Frau und der ganze Verein darauf schwört. Hab mich irgendwann dann breitschlagen lassen, weil ich dachte, ich würd was verpassen. OK, da soll's ein paar Steigungen geben, dass ist eben so wie im richtigen Leben. 23 km die sind doch zu knacken, von Schweich nach Leiwen werd ich schon noch packen. So `ne Distanz doch schon öfter geschafft, ich bin gut drauf und steh gut im Saft. Schon so oft in den Weinbergen trainiert, ich bin ziemlich sicher dass mir nichts passiert.

Von Leiwen mit dem Bus nach Schweich gekarrt, denn hier ist traditionsgemäß der Start. In Schweich hab ich noch frohen Mut und denke bei mir: alles wird gut. Man grüßt sich, weil sich hier jeder kennt, man jedes Jahr von neuem hier rennt. Eine kleine aber feine Schar, ist jedes Jahr immer wieder da. Werd sofort in die Gemeinschaft integriert, man freut sich dass mich der Lauf interessiert. Es werden auch keine Zeiten genommen, wer hier ankommt, ist angekommen. Von jedem wird noch das Startgeld entrichtet, auch wenn man sich quält ist man dazu verpflichtet. Noch ein paar Worte im Niederprümmer Hof an der Ecke und schon schickt man uns auf die lange Strecke.

Ich lauf also mit den anderen los und meine Erwartung, die ist groß. Nach ein paar hundert Metern da sehe ich, mit großem Entsetzen den ersten Stich. Der Stich überhaupt nicht Enden will, ich kann nichts mehr sagen und werde ganz still. Meine Frau versucht mir was zu entlocken, doch mir, mir kommt der Atem ins stocken. Ich denk bei mir tapfer, das wirst du schon schaffen, die neben mir reden, (die wollen nur bluffen). Einer fragt allen Ernstes wie es mir geht, der Schweiß auf meiner Stirne steht.

Ich weiß nicht wie, irgendwann bin ich oben, die um mich herum fangen an mich zu loben. Die haben sich gerade mal warmgelaufen und ich, ich kann kaum noch schnaufen. Meine Frau immer in meiner Nähe bleibt, damit sich ihr Mann auch nicht entleibt.

Nun geht's eine Weile ständig Berg runter, ich erhol mich und werd wieder munter. Die Brücke von Longuich wird überquert, der Weg an der Mosel ist flach und geteert. Bei mir kommt wieder Freude auf, weil ich gerne im Flachen lauf.

An der Brücke von Mehring wird rechts abgebogen, alle laufen da hoch wie an der Schnur gezogen. Am Ende der Häuser geht's ab ins Gebüsch, die Steigung wird heftig, wie fürchterlich. Ich bin dabei mit meinem Atem zu ringen und denk bei mir, die müssen ja spinnen.

Meine Frau versucht die Stimmung zu heben und sagt bald wird es ein Ende geben. Ich glaub sie kann mich nicht mehr trösten, ich wünschte sie würde in der Hölle rösten. Ei der Daus ich kann's nicht fassen, auf was hab ich mich nur eingelassen.

Die rennen hier hoch mit einer Leichtigkeit und ich, ich bin kaputt und breit. Vor jeder Biegung macht meine Frau mir Mut und sagt zu mir alles wird Gut. Hab ich die Biegung hinter mich gebracht, die Steigung noch immer kein Ende macht. Immer geht es nur bergauf und das im lockerem Dauerlauf.... Ich kann nicht mehr, ich werd ganz blau und wieder tröstet mich meine Frau. Besser sie würde nichts mehr sagen, sonst wird sie am Ende von mir noch erschlagen.

Nach einer für mich endlosen Zeit, ist es dann doch endlich soweit. Ich habe tatsächlich den Gipfel erklommen, ich kann es kaum glauben, bin noch ganz benommen. Hoch oben über dem Moseltal, die Aussicht ist toll, doch mir ganz egal.

Edi und Marita verteilen Getränke, ich nehme sie an wie große Geschenke. Soviel habe ich rausgeschwitzt, die Zunge verklebt am Gaumen sitzt. Zum Ausruhen gibt's aber keine Zeit, die Strecke ruft, nein ich glaub sie schreit. Ich möchte ja nicht als letzter ankommen, das hab ich mir fest vorgenommen. Ein paar Meter geht's die Landstraße hinab, dann wieder bergauf (hoffentlich mach ich nicht schlapp). Es ist der Weg zum 5 – Seen – Blick, die stetige Steigung die tut mir dick. Bald drohen mir die Kräfte zu versagen, ich fühl mich kaputt, was muss ich noch ertragen.

Endlich ist der Aussichtspunkt erreicht. Hier oben wird dem Läufer ein Schnaps gereicht. Ich denk noch bei mir, die ticken doch nicht richtig, aber das ist jetzt auch nicht mehr wichtig.

Auf Schotterpiste kilometerlang abwärts nach Leiwien, ich hoffe nur es wird so bleiwen. Tatsächlich keine Steigung mehr, der Weg nach Leiwien ist nicht mehr schwer. Der Rest, der ist jetzt schnell erzählt, vorbei die Zeit in der ich mich gequält.

Beim Zieleinlauf warten nur die Harten, nämlich die, die selbst hier starten. Oder die, die das Event verpasst, weil eine Verletzung sie geschasst. Der Stefan - Andres – Lauf ist ein Event, welches man nur als Insider kennt. Jeder der hier gestartet ist, die Strecke niemals mehr vergisst.

Die meisten werden wiederkommen, ich selbst bin davon nicht ausgenommen.

24.09.2009

Heiner Mönch