

# Ein Winterlauf im Mai.

## Der Volkslauf in Langenhain (2005)

Heute ist Muttertag. Ich liege im Bett und warte darauf, dass mir ein glockenhelles Stimmchen verkündet, dass der selbstgebackene Kuchen und der Milchkaffee auf dem Tisch stehen. Schon lege ich mich ein bisschen zurecht, um den Morgenkuss einer kleinen feuchten Schnute entgegenzunehmen – da fällt mir plötzlich ein, dass ich gar keine Mutter bin. Ich habe auch nicht in Mainz, Düsseldorf oder Hannover zum Marathon gemeldet. Ich habe also absolut keine Ausrede, um nicht in Langenhain anzutreten.

Meine Wetterstation zeigt 6 Grad und eine kleine Wolke, aus der Striche schräg nach unten stürzen. Toll.

Eigentlich ist die Strecke in Langenhain großartig. Eine kleine Steigung hier, ein paar hundert Höhenmeter dort – ganz reizend. Aber bei 6 Grad und fallenden Strichen?

Ein Läufer kennt zwar keinen Schmerz, aber er kennt Regen. Regen muss man ignorieren, mit Missachtung strafen. Das kann man allerdings nur, wenn man demonstrativ durch ihn hindurch läuft. Mit dicken Keksbacken in der Wohnung sitzend ist das ganze vollkommen unglaublich. Nun gut. Dann also Langenhain.

In der Sporthalle schaue ich mir das Streckenprofil an. Es sieht aus wie die Fieberkurve eines Malariakranken, den man immer wieder versuchshalber in der Kühltruhe ablegt. Heilung ist erst bei km 20 zu erwarten.

Wir simulieren kurz das Einlaufen, es ist einfach zu kalt, um sich wirklich warm zu machen. Passend zum Wetter hat man einen norddeutschen Moderator engagiert. Er erklärt etwa 34-mal die Streckenführung und alles, was er sagt, klingt ein bisschen wie "Horch, da kommt der Klabautermann!". So gesehen ist alles wieder sehr harmonisch, wie immer bei Volksläufen auf dem Land.

Wir starten an einer willkürlichen Stelle und hoppeln gleich danach über eine sumpfige Wiese. Im anschließenden Lauf durch das Dorf werden die frisch gefegten Bürgersteige sofort mit Erdbrocken aus 160 Schuhprofilen verunreinigt. Mir ist kalt. Ich will nach Hause. Nach wenigen Kilometern beginnt es zu regnen. Ich bemerke es gar nicht. Der Regen ist mir völlig egal. Regen? Sagt jemand was von Regen? Pöh!

Lief ich anfangs noch neben einem Läufer mit Frotteestirnband, habe ich bald schon den Anschluss an andere und erst recht an das Feld vor mir verloren. Ich laufe im Energiesparmodus, das Malariaprofil ist mir eine Warnung. Erst an der heftigsten Steigung bei Kilometer acht treffe ich wieder auf ein paar schnaubende Gesellen. Ich lege den kleinsten Gang ein und es fängt an Spaß zu machen. Gegner, gebt mir Gegner!

Die Erfüllung meines Wunsches bleibt mir verwehrt. Stattdessen prasselt bald darauf ein rüder Platzregen auf mich herunter. Ich hebe die Arme nach oben und rufe: "Herr, ich habe gerade 5 Euro an einen gemeinnützigen Verein bezahlt, ist das denn noch nicht genug?" Aber wie so oft hört mir niemand zu und ich werde wortlos weiter beregnet. Ein Glück, dass ich kein Frotteestirnband habe, es hätte sich vermutlich in eine bleischwere Augenkompressen verwandelt. Guten Mutes laufe ich weiter, und bemitleide die Streckenposten. Aus deren Bärten ragen meterlange Eiszapfen und der Verlust einiger Zehen ist wahrscheinlich.

Mich selbst rettet gerade wieder einmal eine Steigung vor Unterkühlung. Vor einer Depression durch Einsamkeit bewahrt mich eine einzelne Mitläuferin. Sie läuft viel schöner als ich, aber die Digitalanzeige im Ziel hat nun einmal keine Skala für Schönheit. Ich bin schon bei km 17, höchste Zeit, mich in der gewohnt unschönen Art, mit dem federnden Schritt eines schwangeren Nashorns und hochrotem Kopf ins Ziel zu verabschieden. Und mit der Kraft der zwei Herzen hole ich zu einem unangefochtenen Endspurt aus - es ist ja auch niemand mehr da zum Fechten. Ganz bestimmt hätte ich das Feld von hinten aufgerollt, wenn das Feld nicht schon im Ziel gewesen wäre.

In der Halle singe ich ein Loblied auf alle Mütter, die die selbstgebackenen Kuchen ihrer Kinder stehenden Fußes zu nassgeregneten, ausgehungerten Läufern gebracht haben.

Ich esse soviel davon, dass ich das anschließende, von Herbert Steffny empfohlene Wannenbad wohl treffender als "Wammenbad" bezeichnen sollte.

© Heidi Schmitt, Frankfurt