



## Frankfurt-Marathon (25.10.1998) – Gedächtnisprotokoll

Nach drei Runden durch Berlin hatte ich Lust, andere Marathons auszuprobieren. Außerdem dachte ich, es könnte sinnvoll sein, den für Berlin mühsam aufgebauten Trainingszustand ein zweites Mal zu nutzen. Nur fünf Wochen nach Berlin startete ich deshalb 1998 in Frankfurt.

Dieses Mal nahm ich nicht nur Ulli mit, sondern auch unsere Tochter Svenja. Schließlich wurde für die Kleinen am Samstag vor dem Marathon ein eigener Kinderlauf angeboten. Svenja rannte begeistert mit. Vernünftigerweise war die Distanz sehr kurz, so dass es tatsächlich ein Spaßlauf wurde. Zuvor gab es jedoch noch den „Brezel-Lauf“, wo Svenja und ich der Mami inmitten von Hunderten anderer Teilnehmer beim Traben zusehen konnten.

Am nächsten Morgen um 10 Uhr wurde es für mich ernst. Es war deutlich kühler als in Berlin, und außerdem regnete es immer wieder leicht. Ich zog deshalb meine Gore-Tex-Regenjacke an, in der ich später allerdings arg schwitzen musste. Heute hätte ich passendere Kleidung parat.

Natürlich war das Ziel, die Zeit von Berlin noch zu verbessern. Zunächst konnte ich das vorgesehene Tempo auch gut einhalten. Ich lief wieder mit der Pulsuhr und versuchte, 140 Schläge pro Minute nicht zu überschreiten. Doch dann wurde ich übermütig. Ich fühlte mich gut und dachte „Heute kannst Du schneller laufen!“ und beschleunigte ein wenig. Das rächte sich ab Kilometer 30 fürchterlich.

Jetzt ging plötzlich gar nichts mehr, und auf den verbleibenden 12 Kilometern musste ich zahlreiche Gehpausen einlegen. Ich wurde im Feld nach hinten durchgereicht. Das tat mir allein deshalb schon sehr leid, weil ich vor Ulli und Svenja gerne eine bessere Leistung erzielt hätte. Sie erwarteten mich in Höchst (wo noch alles rund lief) und am Schweizer Platz an der Strecke und feuerten mich an. Das und die vielen anderen Stimmungsnester, die an der Strecke zu finden sind, half mir jedoch nicht mehr.



Stimmung am Schweizer Platz

Nach 3:54:52 Stunden erreichte ich schließlich abgekämpft das Ziel und war damit sogar noch langsamer als bei meinem zweiten Start in Berlin im Vorjahr. Ich belegte Platz 744 von 1033 Finishern in der M35 (Platz 3833 von 5742 Männern, Platz 4202 von 6609 Finishern insgesamt). Dass die Platzierung nicht besser war, lag sicher auch daran, dass in Frankfurt 1998 auch die Deutsche Meisterschaft ausgetragen wurden, so dass viele sehr gute Athleten am Start waren. Das Ziel befand sich 1998 übrigens noch nicht in der Festhalle, wo die Marathonis heute stimmungsvoll empfangen werden, aber auch so bekam ich vom lebhaften Frankfurter Publikum viel Applaus.

Immerhin habe ich Frankfurt gleich zwei Dinge gelernt: „Übermut tut selten gut – halte Dich streng an Deinen Vorgabepuls!“ und „Zwei schnelle Marathons innerhalb weniger Wochen sind nicht möglich.“ Das ist doch auch etwas wert.

Uli Walter