



## **Zeeland-Marathon von Burgh-Haamstede nach Zoutelande (02.10.2004) – Gedächtnisprotokoll**

Als ich 2003 davon erfuhr, dass es einen Marathon an der wunderschönen Küste Zeelands entlang geben sollte, wollte ich gleich mitmachen. Bei der zweiten Auflage im Jahr 2004 hat es dann funktioniert. Ich konnte eine Dienstreise nach Gent und Emden so legen, dass ein Wochenende in Zeeland dabei herausprang.

Die Strecke verlief 2004 von Burgh-Haamstede nach Zoutelande. In späteren Jahren wurde die Regel eingeführt, das Rennen in jedem zweiten Jahr in umgekehrter Richtung laufen zu lassen. Das erhöht die Chance auf Rückenwind natürlich deutlich.

Ich übernachtete jedenfalls im Zielort Zoutelande und fuhr am Morgen des Marathons mit dem Bus nach Burgh-Haamstede. Dort gesellte ich mich zu den in lockerer Aufstellung versammelten anderen Startern. Ich trug mein Finisher-Shirt vom Swiss-Alpine-Marathon, was eine Frau zum Anlass nahm, mich darauf anzusprechen. Sie war dort auch gestartet. So hatte ich gleich eine nette Unterhaltung.



Dünen zwischen Domburg und Westkapelle

Nach dem Start liefen wir zunächst auf dem Radweg in den küstennahen Wald, um anschließend ein Stück über den Strand zu traben. Dann jedoch ging es schon auf



den ersten Deich, wo wir uns heftigem Gegenwind stellen mussten. Die Holländer sind das gewohnt und laufen bei solchen Gelegenheiten in einer engen Gruppenformation, um sich gegenseitig Windschatten zu geben. Ich wurde freundlicherweise gleich eingeladen, mich einer bereits bestehenden Phalanx anzuschließen. Hier begann ich gleich das nächste Gespräch, mit einer Läuferin aus Amsterdam. Wir liefen anschließend bis zur Halbmarathonmarke zusammen.



Treppe bei Westkapelle

Der Parcours des Zeeland-Marathons gehört für mich zu den schönsten Laufstrecken, die ich kenne. Mal führt er durch den Wald, mal über den Strand, mal



durch die Dünen und mal über den Deich. Immer wieder gibt es reizvolle Ausblicke auf das Meer und in das Landesinnere. Er ist allerdings nicht einfach zu laufen. Insgesamt kommen ein paar hundert Höhenmeter zusammen. Auch die Strandabschnitte kosten viel Energie. Am meisten kann jedoch der Gegenwind an den Kräften zehren. Da der Wind meistens aus dem Südwesten kommt, läuft sich die Strecke wesentlich leichter, wenn der Start in Zoutelande ist.



Westkapelle

Im Jahre 2004 gab es wegen des Windes Arrangements zwischen Läufern und Radfahrern, die vor Westkapelle auf sie warteten, um ihnen für die nächsten Kilometer Windschatten zu geben. Das war enorm effektiv. Selbst "in zweiter Reihe" habe ich stark von einem Radfahrer profitiert. Meines Wissens ist eine Unterstützung durch Radler jedoch inzwischen nicht mehr zulässig.

Wegen der netten Unterhaltung mit der holländischen Läuferin hatte ich nicht besonders auf mein Tempo geachtet. So kam es, dass ich die Vierstundenmarke knapp verpasste und nach 4:02:53 Stunden ins Ziel lief – in einem Sprintduell mit Huib Struijk aus Middelburg, mit dem ich die letzten Kilometer gemeinsam gelaufen



war. Das bedeutete Platz 71 von 174 Teilnehmern der M40 (Rang 159 von 371 Männern / Rang 168 von 403 Finishern insgesamt).



Laufstrecke von Westkapelle nach Zoutelande

Die Fotos zu diesem Bericht sind übrigens während eines Urlaubs im Jahr 2019 entstanden. Teile der (übrigens ganzjährig ausgeschilderten) Strecke bin ich auch 2019 im Training erneut gelaufen – wie schon in vielen anderen Urlaubsen. Und jeder Trainingslauf in Zeeland bestärkt mich in dem Wunsch, irgendwann die gesamte Strecke ein zweites Mal zu bestreiten.

Uli Walter