



Dubai-Marathon (21.01.2011)

Eigentlich sollte der Dubai-Marathon am 21.01.2011 – kurz vor meinem 50. Geburtstag – der 50. Lauf über 42,2 km oder mehr werden und so auf doppelte Weise ein Highlight darstellen. Da jedoch der für den 11. Dezember 2010 angesetzte Siebengebirgsmarathon wegen der Schneemassen ausfallen musste, ist diese Rechnung leider nicht aufgegangen. Dennoch bin ich mit hoher Motivation nach Dubai geflogen, um endlich mal wieder eine herzeigbare Zeit abzuliefern.

Dubai an sich ist eine interessante Mischung aus Tunesien, Indien und Disneyland. Die neu gebauten Hochhäuser, Straßen und Metro-Linien wirken wie ein gigantischer Freizeitpark. Ein paar Bilder dazu habe ich auf Facebook veröffentlicht.

Dem Dubai-Marathon fehlt dieser Glanz ein bisschen. Die schnelle Wendepunktstrecke entlang der Küstenlinie ist zwar vollkommen flach und fast frei von Kurven, aber viel mehr als 1300 Starter konnten sich nicht für den recht öden Kurs (die eigentlichen Sehenswürdigkeiten von Dubai bekommt man während des Laufs nämlich nicht zu Gesicht) begeistern. Dazu trägt vielleicht auch bei, dass schon zum Start um 7 Uhr morgens (4 Uhr MEZ) ca. 20 Grad und eine hohe Luftfeuchtigkeit herrschen. In meinem Fall kam noch dazu, dass ich in der vorausgegangenen Nacht keine zwei Stunden schlafen konnte – hauptsächlich wegen der Tanzmusik, die in unserem Hotelzimmer bis 3 Uhr morgens zu hören war. Das waren also mal wieder nicht unbedingt ideale Bedingungen.

Uli Walters Laufberichte



Vor dem Start – mit Florian



Unterwegs

Uli Walters Laufberichte



Trotz allem ging ich die Strecke ambitioniert an: 10 km in 49:07, 21,1 km in 1:44:50. Allerdings wurde mir schon nach einer Stunde klar, dass ich diese Schlagzahl wohl kaum bis zum Schluss durchstehen würde. Gespräche mit anderen Läufern und die wenigen, aber sehr engagierten Zuschauer motivierten mich jedoch immer wieder, noch ein wenig länger das Tempo hoch zu halten, wenn auch nicht ganz auf dem Niveau der ersten Hälfte. Zudem begann ich jetzt mit dem Überholen – und das macht ja immer Spaß! Verpflegung gab es seitens des Veranstalters außer Wasser und Gatorade keine, so dass mir bei km 30 und 35 meine beiden leckeren Gels sehr halfen. Auf diese Weise gut genährt war tatsächlich auf den letzten 500 Metern noch ein schöner Schluss-Spurt möglich, bei dem ich so einige Plätze gutmachen konnte.



Kurz vor dem Ziel

Letzen Endes wurde ich in 3:37:57 Stunden in meiner neuen Altersklasse M50 sogar 16. von 98 Finishern (189. von 1012 M / 231. von 1298 gesamt). Damit hatte ich 83,7 % meiner Altersgenossen und 81,3 % der Männer hinter mir gelassen. Beides war mir in den 48 (Ultra-)Marathons zuvor noch nie gelungen! Deshalb war ich

Uli Walters Laufberichte



bestimmt viel zufriedener mit dem Lauf als die kenianischen Favoriten, die ihre Ziele (nicht weniger als Weltrekord zu laufen) bei weitem nicht erreichen konnten und zum Teil ausgeschieden sind. Gewonnen hat schließlich der ebenfalls kenianische David Barmasai, von dem das wohl niemand erwartet hatte, in 2:07:18 Stunden. Bei den Damen benötigte Aselefech Mergia aus Äthiopien 2:22:45 Stunden, um sich die 250.000 Dollar Siegprämie zu verdienen. Netter Stundenlohn!

Uli Walter