Beer Lovers‘ Marathon in Liege (09.06.2019)

Als ich als passionierter Liebhaber des belgischen Bieres und bekennender Genussläufer vom Beer Lovers‘ Marathon in Liege hörte und gleichzeitig feststellte, dass mir Belgien als Marathon-Land noch fehlte, war der Entschluss schnell gefasst: Ich würde bei diesem Event am Pfingstwochenende 2019 starten. Die Veranstalter hatten offenbar so viel Spaß beim Weingelage-Marathon du Médoc in Pauillac gehabt, dass sie etwas ähnliches in Belgien auf die Beine stellten – nur eben auf der Basis von Bierproben während des Laufs. Insgesamt 15 Brauereien warteten an den verschiedenen Verpflegungsständen auf die durstigen Läufer.

Entspannte Atmosphäre am Start

Wie in Pauillac legen die Veranstalter in Liège den Teilnehmern nahe, verkleidet zu laufen. 2019 lautete das Motto „Superhelden“. Entsprechend findet man teilweise sehr aufwendige Kostüme im Starterfeld. Im reinen Läufer-Outfit startet daher fast niemand.

Ich selbst wählte als „Superhelden-Pseudonym“ den „Big Bavarian Beer Man“ mit der Superkraft „Can drink beer all the time“. Das entspricht natürlich nicht ganz der Wahrheit. Ich lebe zwar bekanntlich in Bayern, aber geboren bin ich ja in Nordrhein-Westfalen.

Erste Verpflegungsstelle bei Kilometer 5

Uli Walters Laufberichte

Bei bestem Laufwetter startete eine bunte Truppe von 1800 Sportlern und Sportlerinnen am Pfingstsonntag um 9:30 Uhr ganz gemütlich auf die zunächst flache Strecke. Kurz vor der 374-stufigen Treppe „Montagne de Bueren“ (Soldatentreppe) gab es zur Stärkung bereits das erste Bier, ein helles „La Corne“. Und dann wurde es erst einmal anstrengend. Auf den nächsten zwölf Kilometern ging es nahezu 360 Höhenmeter hinauf und wieder herunter, teilweise über Single-Trails durch kleine Waldstücke.

Montagne de Bueren mit 374 Stufen

Selbstverständlich wurden die Teilnehmer alle paar Kilometer mit leckeren Pröbchen belohnt. Besonders positiv blieb mir hier das 9%ige „La Redoutable“ bei km 9 (wie sinnig) in Erinnerung. Auch die Verpflegung mit fester Nahrung war unterwegs ganz hervorragend. Neben Obst gab es Plätzchen, Wurst und Knabbereien auf der Strecke. Daran kann sich manch anderer Veranstalter ein Beispiel nehmen.

Uli Walters Laufberichte

Blick über Liege bei Kilometer 7

„La Redoutable“ – 9%iges bei Kilometer 9

Single Trail bei Kilometer 11

Bunte Kostüme in grüner Landschaft bei Kilometer 12

Vom Herstaler Bahnhof bei Kilometer 17 ging es durch das Gebäude der Brauerei „Belge“ zur Halbmarathonmarke auf der „Ile Monsin“ und dann über den Fuß- und Radweg die Maas hinauf. Wie schon zuvor spürte man auch hier kein besonderes

Interesse der Zuschauer, von kleinen Stimmungsnestern abgesehen. Die Radfahrer schienen die Läufer gar zu stören. So wurde ich mehr als einmal geschnitten bzw. sehr knapp überholt. Aber dafür kann der Veranstalter ja nichts.

Leckeres „Val Dieu“ im Bahnhof Herstal bei Kilometer 17

Beim Weiterlaufen kam ich mit zwei jungen Schweizern ins Gespräch. Sie absolvierten hier tatsächlich ihren ersten Marathon. Ein paar Kilometer weiter traf ich auf einen weiteren Marathon-Debutanten. Das Alkoholangebot an den Verpflegungsstellen scheint ganz neue „Kundensegmente“ zu erschließen.

Halbmarathon-Marke auf der „Ile Monsin“

Maas-Ufer mit Marktständen bei Kilometer 24

In einer kleinen Gasse, die wir bei Kilometer 25 durchlaufen, wartet wieder ein Starkbier auf uns: „Sainte Nitouche Triple“ hat 9,5% Alkoholanteil, schmeckt aber im Gegensatz zu den meisten deutschen Starkbieren kein bisschen malzig. Lecker!

Maas bei Kilometer 29

Verpflegung mit „Lupulus“ bei Kilometer 33

Bei Kilometer 33 findet sich eine weitere Wendemarke. Von dort aus geht es wieder zurück in die Innenstadt. Man hatte hier die Wahl zwischen einem dunklen „Lupulus Brune“ und einem hellen „Lupulus Triple“. Ich probierte natürlich beide. So langsam machte sich jetzt bemerkbar, dass ich die ganze Zeit Bier trank anstatt Wasser. Die Beine fühlten sich etwas schwer an.

Bei Kilometer 33 bekommen die Teilnehmer auch ein rotes Bändchen um den Unterarm, das zur Teilnahme an der After-Run-Party berechtigt. Ich vermute, dass so mancher mit diesem Bändchen einfach in den nächsten Bus gestiegen ist.

Jetzt gab es fast jeden Kilometer einen Bierstand. Das kam dem Lauftempo nicht unbedingt zugute. Bei Kilometer 42 wurde ein anderes Bier ausgeschenkt, das mir sehr gut schmeckte: „Leopold 7“, ein IPA-ähnliches Getränk mit fruchtiger Note. Ich bedauerte nun etwas, dass der Marathon bald zu Ende sein würde. Zum Schluss kam noch ein besonderer Gag des Veranstalters: Die Teilnehmer mussten über eine etwa 5 Meter hohe Rutschbahn aus Holzplatten zum Ziel hinunter. Das dürfte so manchem Kostüm das Leben gekostet haben.

Insgesamt 1483 Teilnehmer finishten 2019 letzten Endes trotz Bier und Verkleidung erfolgreich. Die größten Kostverächter des Tages waren offenbar Sebastien Mahya und Jackie Stretton. Die beiden kamen als erster Mann (2:50:17 Stunden) bzw. erste Frau (3:17:56 Stunden) ins Ziel. Wer so schnell ist, kann gar nicht viel Bier konsumiert haben. Nun ja – vielleicht sind die beiden eher Weintrinker.

Uli Walters Laufberichte

Uli mit „Leopold 7“

Rutschpartie ins Ziel

Ich selbst habe 4:54:03 Stunden benötigt und dabei wirklich kein Bier ausgelassen. Da ich nicht zu einer Gruppe gehört habe, musste ich mich jedoch nicht an anderen Läufern orientieren, und meine leichte Verkleidung hat mir das Leben auch nicht allzu schwer gemacht. Dadurch war ich – im Nachhinein betrachtet – eigentlich viel zu schnell, denn ich habe Platz 144 von 1125 Männern und Platz 167 insgesamt belegt. Viele Teilnehmer haben sich gezielt am Zeitlimit von 6:30 Stunden orientiert und diese Grenze teilweise auch überschritten.

Nebenbei war es natürlich für mich Marathon Nr. 71 in Land Nr. 22. Und diese Statistik würde ich demnächst gerne fortsetzen.

Uli Walter