



Bukarest-Marathon (09.10.2022)

In Bukarest fand am Wettkampftag endlich mal wieder Wetterbedingungen vor, wie ich sie mag: Start bei 13 Grad, für die Mittagszeit waren 24 Grad angekündigt. Außerdem war die Strecke flach, so dass einer guten Zeit nichts im Wege stehen sollte. Das Ziel war, meine bisherige M60-Bestzeit aus Split (4:28:44h) zu unterbieten.



Kurz vor dem Triumphbogen: 10km-Wendemarke

Uli Walters Laufberichte



Außerdem stand auf der Wunschliste, die erste Hälfte mit einem Kilometerschnitt unter 6 Minuten zu laufen. Im Training ist mir das in letzter Zeit kaum noch gelungen.

Trotz der zahlreichen, gleichzeitig mit den Marathonis startenden Halbmarathonläufer, von denen wieder einmal viele langsame "Athleten" meinten, möglichst in der ersten Startreihe stehen zu müssen, kam ich um 9:30 Uhr gut weg. Für die ersten 10 km benötigte ich keine 59 Minuten, und die Halbmarathonmarke passierte ich nach 2:04:15 Stunden (mit einem Schnitt von 5:53 min/km). Das erste Ziel war erreicht.



Regierungspalast als Start und Ziel und als Halbmarathonmarke

Nun, es gab auch nicht viel, was mich vom Laufen ablenken konnte. Neben dem gigantischen Präsidentenpalast (dem schwersten Gebäude der Welt) an Start und Ziel und dem Triumphbogen an der 10km-Marke gab es nicht viel zu sehen, und die Zuschauer "störten" uns auch nicht. Zuspruch bekamen wir Läufer eigentlich nur von drei Trommlergruppen, an denen wir immerhin gleich mehrfach vorbeikamen, und zwei Lautsprechern, die uns mit rhythmischer Musik beschallten. Die Bukarester Einwohner scheinen sich nicht sehr für den Marathon zu interessieren. Selbst im Ziel standen nur wenige Zuschauer, und das waren wahrscheinlich hauptsächlich Angehörige der Läufer.



Einkaufszentrum am Plaza Unirii bei Kilometer 25

Nun, bis dahin war es aber noch ein weiter Weg. Die zweite Hälfte des Marathons führte uns über breite Hauptstraßen weit aus der Innenstadt hinaus. Löblicherweise waren sie für den Autoverkehr vollkommen gesperrt, was durch ein großes Polizeiaufgebot sorgfältig überwacht wurde. Ich konnte das auf der ersten Hälfte vorgelegte Tempo erwartungsgemäß auf dem zweiten Teil nicht durchhalten, lief aber dennoch flüssig weiter. Bei Kilometer 30 nahm ich wieder das gewohnte Koffein-Gel zu mir, was mich dazu befähigte, ab jetzt andere Läufer zu überholen. Nicht, dass ich schneller geworden wäre – ich wurde lediglich nicht so schnell langsamer wie die anderen. Gute 3 Kilometer vor dem Ziel sah ich bereits den Regierungspalast vor mir auftauchen. Es ging nun geradewegs darauf zu.



Zielgerade

Ich mobilisierte meine verbliebenen Reserven und konnte letzten Endes mit 4:21:45 Stunden meine bisherige M60-Bestmarke klar unterbieten. Ich beendete meinen 82. (Ultra-)Marathon in Land Nummer 32 immerhin als 388. von 640 Finishern (348. von 558 Männern / 17. von 35 in M55). Eine M60 gab es offiziell leider nicht, in der wäre ich nach eigener Berechnung 5. von 13 gewesen.

Die schnellen letzten Meter sorgten allerdings auch dafür, dass ich mich im Ziel erst einmal hinsetzen musste. Es waren einige Minuten und zwei Flaschen Wasser nötig, um meinen Kreislauf wieder zu stabilisieren. Nun, das hieß immerhin, dass ich keine Zeit verschenkt habe - schneller kann ich eben nicht mehr laufen.

Gewonnen haben mit Adela Baltoi (2:48:08h) und Alexandru Corneschi (2:15:58h) übrigens zwei rumänische Athleten, und auch auf den folgenden Plätzen waren kaum andere Nationen zu finden.

Uli Walter

Uli Walters Laufberichte



Uli im Ziel