

## Coronathon April 2020

Vor ziemlich genau zwei Jahren lief Anke ihren ersten Marathon in Hamburg, mit Quälerei und einer Zeit, die ihr nicht gefiel. Die bügelte sie dann zufrieden 2019 im Öjendorfer Park aus. In diesem Jahr sollte es erneut der „Große“ sein, der HASPA Marathon Hamburg am 19.04.2020. Das Training dafür lief gut, es gab keine Schnee- und Glatteis-Läufe, Anke blieb gesund und ihr Mann Jörg gab ihr den einen und anderen Motivationsschub, wenn die Lust zum Laufen mal nicht ganz so groß war. Sie war auf den Punkt fit. Tja, und dann kam Corona...

Als die ersten Volksläufe im März abgesagt wurden, bewahrte sich natürlich jeder, der für den Hamburg-Marathon trainiert hatte, ein kleines Fünkchen Hoffnung, dass der Lauf vielleicht doch stattfinden würde. Doch irgendwann mussten alle der Tatsache ins Auge sehen, dass der Marathon zeitnah nicht durchgeführt werden konnte, auch der Veranstalter. Ein neues Datum wurde ausgeguckt, der 13. September 2020 soll es werden.

Das ganze Training für die Katz'? Denn für September muss natürlich komplett neu trainiert werden (und wer weiß, was dann ist...). Im Internet wurde auf verschiedenen Seiten angeregt, dann eben, unter Berücksichtigung der Sicherheitsbestimmungen, den Lauf trotzdem solo durchzuführen – den Coronathon. Auf der Runner's World Seite gibt es dafür sogar eine selbst ausfüllbare Urkunde zum Download. Aber was soll's, Urkunde hin, Medaille her, letztlich möchten die Läufer doch vor allem ihre Mühen zu einem krönenden Abschluss bringen.



So hatte sich Anke nach ein bisschen Unentschlossenheit durchgerungen, die 42,195 km auf eigene Kappe zu bewältigen. Auch Rico, der ebenfalls für Hamburg angemeldet war, wollte sich das nicht nehmen lassen. Carmen, die in diesem Jahr keinen Frühjahrs-marathon laufen wollte und ihr Laufpensum aus Zeitgründen eher gering gehalten hatte, entschied sich, Anke über einen Halbmarathon läuferisch zu unterstützen. Das sollte machbar sein, meinte sie.

Doch dabei blieb es nicht... zwei Tag vor dem Lauftermin meldete Carmen, dass sie sich gemeinsam mit Anke auf das „Abenteuer Marathon“ einlassen würde. Die Überlegung war, ein halber geht auf jeden Fall, alles danach ist ein Abenteuer. Aber den erfolgreichen 24-Stunden-Lauf 2019 wieder visualisiert, schien es machbar.

Rico startete am Sonntag bereits um 7 Uhr, begleitet von seinem Sohn Max, zur „Zwei-Brücken-Runde“ (= über die Elbbrücken in Geesthacht und Lauenburg). Gut gewählt, denn gegen den Ostwind musste er auf der ersten Hälfte ankämpfen und hatte ihn danach eher im Rücken. Tolle 3:40 h benötigte Rico und stellt sich jetzt schon darauf ein, den geplanten Rennsteiglauf, der für dieses Jahr komplett abgesagt wurde, auch vor der eigenen Haustür über die Bühne zu bringen.

Anke und Carmen machten sich um 9 Uhr auf den Weg. Jörg hatte die Strecke drei Tage zuvor mit dem Rad längenmäßig getestet, damit sie auch passt. Erst zum Marschenbahndamm, auf dem dann strikt Richtung Fünfhausen. So also mit dem Wind im Rücken waren die beiden flott unterwegs.



So schnell, dass Anette, die mit dem Rad entlang der Elbe fuhr und mal hier und da auf Stichwegen zum Marschenbahndamm stoßen wollte, sie glatt bis auf einmal verpasste. Wie gut, dass Jörg alles im Blick hatte und dem Publikum Auskunft geben konnte. Auch Franz und Karin, Detlev und Elke wurden bereitwillig eingenordet und traten in Fünfhausen als Zwischenempfangskomitee an. Mit Abstand natürlich.



Anke und Carmen hatten noch ein Stück Weg nach Ochsenwerder zu erledigen, bevor sie wieder Richtung Altengamme durften. Schön, dass Pia die beiden dort noch „einfangen“ konnte, die meinte, dass sie noch recht frisch ausgesehen hätten.

Wieder in Fünfhausen, wurden Anke und Carmen jubelnd von ihrer Fangemeinde begrüßt. Aber Anhalten gab's nicht, wie ein Uhrwerk liefen sie weiter. Nun über den



Fersenweg und weiter über Kirchwerder Hausdeich und Mühlendamm vorbei an der Riepenberger Mühle wieder zum Marschenbahndamm.

Zwischenzeitlich waren auch Stephan und Denise mit Greta Leen zum Unterstützen eingetroffen. Kurze Zeit später kam Volker H. dem Trupp mit dem Rad entgegen.



Auf dem Marschenbahndamm wurde es für die beiden Marathonis nun recht beschwerlich. Sie hatten jetzt bereits 30 km in den Beinen und der Wind wollte sie immer wieder ausbremsen. Aber Carmen und Anke sind als Kämpferinnen mit einer starken Psyche bekannt.

Als sie auf dem Horster Damm die 40 km voll hatten, schienen sie mit der gleichen Leichtigkeit wie am Anfang zu laufen. Es war fast geschafft – noch den Birkenweg und Erlenweg entlang und ab in die Straße Am Knollgraben. Ein kleines Stück mussten beide noch an Ankes Zuhause vorbei laufen, um die Marathonstrecke voll zu bekommen – dann war es geschafft in 4:29 h!



Herzlichen Glückwunsch allen drei Läufern - tolle Leistung!

20.04.2020

Anette Rosanowski