

Geschichten, die der Leser schrieb.... Marathon über den Baikalsee

Ich werde häufig von Freunden und Kollegen gefragt, wo und wann ich denn meinen nächsten Wettkampf geplant hätte. Normalerweise erwarten sie dann so Wettkämpfe wie Triathlon in Roth oder Berlin-Marathon.

Als ich im Winter 2006 gefragt wurde und dann von einem Marathon über den Baikalsee erzählte, erntete ich fast immer nur Kopfschütteln. Wer nicht wusste, wo der Baikalsee ist und dann erfuhr, dass der in Sibirien liegt, konnte mich noch weniger verstehen. Den meisten war bis dahin auch gar nicht aufgefallen, dass ich nicht von einem Marathon *am* See oder *um* den See sondern **über** den See sprach. Als sie dann verstanden, dass es über einen vereisten See gehen soll, war jegliches Verständnis dahin!

Wie man auf eine so verrückte Idee kommt?

Ich war in Köln über die Marathonmesse gelaufen (nachdem ich dort einen Doppelmarathon (Skate & Run) geskatet bzw. gelaufen war) und hatte Ausschau nach ungewöhnlichen Marathons gehalten. Die meisten Marathons, die ich

interessant fand (z. B. Spitzbergen-Marathon, New York-Marathon), waren zu teuer oder die Reise zu lang oder in der falschen Zeit. Der Baikalsee-Marathon war ideal. Außerdem fand ich die Idee, über einen vereisten See zu laufen, interessant. Tatsächlich ist der See an der Stelle, wo man läuft 42 km breit, so dass man von Küste zu Küste läuft.

Meine Maria war für eine Reise in die Kälte (zwischen -10 und -25 °C) nicht zu gewinnen, aber meine Mutter fand die Reise auch ohne Marathon interessant und begleitete mich. Der Marathon- und Reiseanbieter „Baikalexpress“ bot eine einwöchige Reise in der ersten Märzwoche von Mittwoch bis Mittwoch mit Marathon am Samstag an. Hinflug von Frankfurt über Moskau nach Irkutsk, was auf Grund der Zeitverschiebung (7 h) 1,5 Tage kostet. Dann ein paar Ausflüge am Baikalsee, wie eine Luftkissenbootfahrt oder eine Schlittenhundfahrt zum Akklimatisieren und nach dem Marathon eine Stadtrundfahrt und Besichtigung der Stadt Irkutsk.

Der Hinflug war mühsam. Nicht nur weil unser Weiterflug ab Moskau erst nach Mitternacht startete und weil die Beinfreiheit in der Aeroflot-Maschine gegen null ging, sondern auch weil wir vom nationalen Flughafen in Moskau weiterfliegen mussten, wo eigene russische Gesetze gelten. Hier steht man nicht in Schlange an Schalter, Sicherheitskontrollen usw. an, sondern drängelt sich rücksichtslos durch. Wer nicht mitmacht, kommt nicht weiter oder findet sich neben dem Eingang oder Schalter und nicht davor!

Doch vor Ort war alles bestens organisiert. Ein eigener Bus, der uns überall hinbrachte, eine russische Reiseleiterin, die hervorragend deutsch sprach und auf fast alles eine Antwort wusste.

Der See, übrigens der tiefste Süßwassersee der Welt, der im März eine Eisschicht von ca. 1 m hat und damit auch für Autos befahrbar ist, war, sobald wir ankamen, faszinierend. Das Ufer gegenüber, ca. 50 km entfernt, war nur manchmal zu sehen. Ansonsten eine Eiswüste mit teilweise blankem Eis, größtenteils aber Schneewehen und Eiskanten, die sich bei kleineren Erdbeben bilden.

Besonders die Sonnenauf- und -untergänge sind toll. Bei einem Testlauf morgens fühlte sich das Eis sogar relativ griffig an, so dass ich mir sicher war, dass ich ohne Spikes laufen konnte.

Der Marathon selbst ist auf Initiative des deutschen Reiseveranstalters entstanden und findet seit 3 Jahren jährlich im Rahmen eines Sportfestivals am Baikalsee statt. Man wird zunächst mit Bussen an das andere Ufer gefahren (über das Eis, denn eine Straße um den See gibt es nicht) und läuft dann zurück. Dieses Jahr waren 25 Teilnehmer am Start, davon 15 Deutsche, 8 Russen, 1 Pole und 1 Österreicher. Dieses Jahr wurde außerdem ein Halbmarathon angeboten, der in der Mitte des Sees endet.

Es folgt ein Auszug aus meinem Tagebuch, der meine Erlebnisse bei dem Marathon gut wiedergibt:

Samstag, 03.03.2007

Es hat über Nacht geschneit und, wie uns andere berichten, auch ziemlich gestürmt. Einerseits ist das gut, weil mehr Eis von Schnee bedeckt ist, andererseits wird es sehr anstrengend zu laufen, wenn der Schnee tiefer wird.

Wir werden unaufgefordert um 6.30 Uhr durch das Telefon geweckt (übrigens auch die Teilnehmer, die sich erst um 7 Uhr wecken lassen wollten. Der Veranstalter hat (kommunistisch) beschlossen, dass alle um 6.30 Uhr aufzustehen haben.

Nach dem Frühstück treffen wir uns alle an der Hotelrezeption zur Ausgabe der Startnummern. Geplant war 7.30 Uhr und Abfahrt gegen 8 Uhr. Doch aus unbekanntem Gründen dauert es deutlich länger. Die Minibusse müssen über einen anderen Weg auf das Eis, um nicht über die gefährliche Bruchkante ca. 50 m vom Ufer fahren zu müssen. Doch bis die Busse dort stehen dauert es... Zum Glück können wir im warmen Hotel warten, wo schon alle Sitzplätze in der Lobby besetzt sind und die Leute teilweise auf dem Boden sitzen.

Erst gegen 9 Uhr geht es los. Jeweils sollen maximal 8 Personen pro Minibus fahren, die auf dem Eis gut verteilt stehen, um nicht zu viel Belastung auf dem Eis zu erzeugen. Der erste Bus ist leer, bzw. mit Material gefüllt. Ich sitze in dem 2. Bus. Kurz bevor es losgeht, steigen bei uns dann noch 2 Russen ein, also dann doch 10

Personen, hoffentlich geht das gut! Dann geht es im Konvoi die mit Fähnchen abgesteckte Marathonstrecke entlang. Wir können nur etwa 25 km/h fahren und so kommt einem die Strecke ewig lang vor. (Laut einem Deutschen, der zur Zeit in Tomsk arbeitet und auch mitläuft, sind bei Fahrten auf dem See offiziell sogar nur 10 km/h erlaubt!) Immer wieder gibt es Eisbruchkanten oder Schneeverwehungen, wo der Bus langsamer fahren muss. Alle 5 km sind Schilder aufgestellt. Das Erreichen des 35 km-Schildes (also nach 7 km) kommt uns schon ewig vor!!! Je weiter wir fahren, desto mehr Schnee liegt auf dem Eis. Die Busse werden geführt von 2 Schneemobilen und von 2 Luftkissenbooten begleitet. Nach ca. 20 km können wir endlich das andere Ufer sehen. Nach ca. 2 h haben wir es dann endlich erreicht. Nun müssen noch die Startstangen aufgestellt werden. Dazu werden mit einem Akkuschauber Löcher ins Eis gebohrt. Es folgen Teambilder vor dem Start für Begleiter, das deutsche und das russische Kamerateam.

Dann, um 11.10 Uhr, geht es endlich los! Nur im Bereich der Autospuren ist der Schnee einigermaßen fest.

Sonst sinkt man relativ tief ein in weichen nachgebenden Pulverschnee. Es ist angenehm warm, wärmer als bei meinem Testlauf gestern. Nach ca. 500 m ziehe ich meine Gesichtsmaske hinunter zum Hals, weil es mir sonst zu warm wird. Nach dem Start reihe ich mich an 4. Position ein und halte mich an einen Russen vor mir. Doch auch in der Autospur ist ein richtiges Abdrücken nicht möglich. Ab und zu komme ich aus der Spur und stolpere wieder hinein, was viel Kraft kostet. Die ersten 5 km passiere ich nach 26 min! Mir wird klar, dass eine Zeit von 3:30 h nicht möglich ist. Auch das angegangene Tempo werde ich vermutlich nicht halten können. Ich rechne mit einer Zeit von über 4 h.

Bei 10 km kommt der erste Verpflegungspunkt, einer der Busse mit laufendem Motor (damit warm). Man will mir alles Mögliche zu Essen anbieten (Müsliriegel, Trockenobst, Wurstscheiben, sogar Wurstbrote), doch was ich brauche ist Flüssigkeit. Es dauert etwas, bis mich der Russe versteht, und er mir einen kleinen Becher mit heißem Tee reicht. Ich signalisiere, dass ich noch eine Tasse brauche, doch er versteht mich wieder nicht. Kurzerhand tauche ich meine

leere Tasse nochmals in den Thermosbehälter und laufe weiter.

Den Russen, hinter dem ich mich halten wollte, sehe ich noch am Horizont, irgendwann verschwindet er dann. Der anfängliche Wind ist jetzt ganz weg. Es ist angenehm warm und man hat das Gefühl, so könnte man ewig weiterlaufen. Dann lässt sich am Horizont wieder ein Fahrzeug ausmachen: die nächste Verpflegung bei Km 21. Hier ist auch gleichzeitig das Ziel des Halbmarathons. Meine Mutter ist auch am Verpflegungspunkt und feuert mich an. Ich trinke wieder meine 2 Becher und nehme mir 2 Müslistücke für den Weiterweg mit. Ab km 25 wird es dann etwas unangenehmer: Wind von vorn. Leider sind die Schneebedingungen auch hier nicht viel besser. Es gibt zwar immer mal wieder Stücke mit festerem Schnee. Aber gerade, wenn man denkt, es ist besser, geht es wieder durch eine Schneewehe. Ich werde noch von einem Russen, einem Polen und einer Deutschen überholt. Immer öfter gerate ich aus der Reifenspur, was viel Zeit und noch mehr Kraft kostet. Aber mittlerweile ist das gegenüber liegende Ufer sichtbar.

Als ich den nächsten Verpflegungspunkt erreiche, sind meine Handschuhe gefroren. Aber mir ist noch warm. Ich bekomme noch den letzten Tee aus dem Thermosbehälter und noch mal 2 Müsliriegel. Außerdem aktiviere ich eines der beiden Handwärmer. Doch dieser hält nur ca. 30 min, aber immerhin so lange, dass die Handschuhe wieder auftauen. Am letzten Verpflegungspunkt gibt es noch mal Tee und leckere Schokolade, die letzte Energiereserven freisetzt. Doch die letzten 4 km ziehen sich hin wie Kaugummi. Jetzt ist nicht mehr der Schnee das Problem sondern die Eisfelder. Zweimal rutsche ich aus und liege da. Meine Reaktionen beim Rutschen lassen aufgrund der Müdigkeit auch langsam nach. Endlich habe ich das Ziel vor Augen und sehe, dass mich die Fähnchen einen langen Bogen laufen lassen. Die Eisplatten werden immer mehr. Kurz vor dem Ziel kommt noch die Eiskante von heute morgen. Ich möchte vorsichtig hinübersteigen und schon liege ich zwischen den Eisbrocken! Doch es ist nichts passiert. Ich rappele mich wieder auf und laufe vorsichtig bis zum Ziel, wo Sabine auf mich wartet.

Zeit 4:45; Platz 10.!

Bei diesen schwierigen Bedingungen bin ich mit meiner Leistung zufrieden. Eine Stelle an der Nase ist weiß gefroren und inzwischen ist mir auch nicht mehr richtig warm. Der eisige Wind hat mich ziemlich ausgekühlt! Zum Glück ist unser Hotel ja gleich 100 m weiter ... also geht's gleich ins Hotelzimmer, wo ich mir ein heißes Bad einlasse und langsam wieder auftaue. Auch die Nase sieht wieder normal aus. Doch bis die Wanne voll ist, vergeht fast eine halbe Stunde. Nun bin ich wirklich wieder warm, kann noch etwas meine Muskeln massieren und lege mich dann ins Bett. Ich kann zwar nicht schlafen, aber die Ruhe tut gut.

Um 19.30 Uhr gibt es Abendessen und gleichzeitig werden alle deutschen Teilnehmer geehrt. (Die eigentliche Siegerehrung muss wohl gewesen sein, als ich im Bett lag.) und wir bedanken uns beim Veranstalter. Gewonnen hat sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen eine(r) Deutsche(r)! Auch die Marathon-Erstläufer (2 Frauen sind hier tatsächlich ihren 1. Marathon gelaufen) sind alle durchgekommen.

Fazit:

Ein tolles Erlebnis. Dies war mein längster, anstrengendster, aber auch schönster Marathon.

Übrigens ist es bisher mein einziger Lauf, dessen Strecke man auf einer Weltkarte oder auf einem Globus erkennen kann.

Frank Füssl

