

8. Gorch-Fock-Marathon Wilhelmshaven 2013

mit 6. Bundeswehrmeisterschaft im Marathon

42,2 km zwischen Vortopp, Großtopp und Besan

16. Juni 2013 von Bernd Neumann

Vortopp, Großtopp und Besan das sind die drei Masten der Gorch Fock. Der Wilhelmshavener Marathon hat eigentlich zwei Namen. Es ist der Gorch-Fock-Marathon und es ist auch der *meer-marathon*. Den Namen Gorch-Fock werden wohl die meisten kennen, durch das Segelschulschiff der Bundesmarine. Es ist bereits die Gorch-Fock II die heute die Weltmeere befährt. Der Dreimaster ist eine getakelte Bark die in der zweiten Hälfte des 19. Jh. weit verbreitet als Hochseefrachter genutzt wurden.

Wenn schon Gorch-Fock-Marathon dann auch ein paar Daten zum Schiff. Die Gorch-Fock II hat einen Stahlrumpf und drei Masten. Die Takelage besteht aus dem 45m hohen Vortopp, dem mittleren 44,9m hohen Großtopp und dem hinteren 39,8m hohen Besantopp. Die gesamte Takelage gliedert sich in 23 Segel mit einer Gesamtfläche von rund 2.000 m².



Der Name des Segelschulschiffes wurde nach dem Mundart- und Heimatdichter Johann Wilhelm Kinau benannt. Er verfasste Anfang des 20. Jh. viele Gedichte und Erzählungen in finkenwerderischem Plattdeutsch. Sein Roman „Seefahrt ist Not!“ beschrieb das Leben der Hochseefischer auf Finkenwerder in heroisierender Weise und fast jeder Junge hat zu damaliger Zeit das Buch gelesen. Der Name Gorch Fock war einer seiner Schriftstellernamen den er aus Namen seiner Vorfahren gebildet hat.

Der Gorch-Fock-Marathon steht schon länger auf meiner Marathon-Wunschliste und nun wird es wahr. Dieter und ich fahren schon am Samstag über die Ostwestfalenstraße von Warburg nach Herford und weiter über das Wiehengebirge vorbei am Neustädter und Goldenstädter Moor (*Moormarathon am 25. August 2013*) über Oldenburg an den Jadebusen. Hier am Nordwestufer liegt die Kaiserstadt Wilhelmshaven die 1869 nach König Wilhelm I. von Preußen benannt wurde. Das „v“ im *haven* ist kein Schreibfehler sondern nach niederdeutschem Brauch wurde es so geschrieben.



Hier findet schon zum 8. Mal der Gorch-Fock-Marathon mit den 6. Bundeswehrmeisterschaften im Marathon statt. Heute am Samstagnachmittag rennen die Kleinen (Kinder und Schüler) um die Wette. Die langen Kanten 10km, HM und Marathonläufer starten morgen früh. Initiator und Veranstalter des Events ist die Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Soldatenbetreuung e.V. (EAS) die im Laufe der Jahre die

Unterstützung bzw. als Co-Veranstalter die Stadt Wilhelmshaven, die Marine am Standort sowie den Kreis-Leichtathletikverband Wilhelmshaven (KLV) gewinnen konnte.

Mit jährlich über 1 500 Teilnehmern an den zwei Tagen hat sich die Veranstaltung etabliert. Mit 186 Marathonis im Ziel erreichte man im letzten Jahr damit in Deutschland den 65. Platz bei den Finisherzahlen, knapp vor Helgoland und knapp hinter Hunsrück Marathon.

Unser 1. Anlaufziel ist das Gorch-Fock-Haus in der Virchowstraße, denn hier ist das Meldezentrum sowie morgen der Start und das Ziel. Heute Nachmittag findet hier auch von 16:30 – 20 Uhr die Pasta-Party statt.



Das Gorch-Fock-Haus mit dem Restaurant „Jade Port“ gibt es schon seit 36 Jahren und ist sehr zentral gelegen, südlich vom Stadtpark und nur 500m vom Südstrand entfernt.

Da um 16:30 Uhr die Kinderläufe und anschließend die Schülerläufe sind füllen sich der Vorplatz und auch die Hüpfburg vor der Halle. Alle Bambinis erhalten die Startnummer 1.



Während der Kinder- und Jugendläufe gehen wir zum Südstrand über die historische Kaiser-Wilhelm-Brücke. Die Brücke wird in diesem Jahr restauriert und ist nur an den Wochenenden (freitags 20 Uhr bis montags 6 Uhr) für Fußgänger und Radfahrer freigegeben. Sie ist mit 159 Metern Spannweite die größte Brücke von Wilhelmshaven. Zur Zeit ihrer Erbauung zwischen 1905 und 1907 war sie die größte Drehbrücke Europas und ist bis heute die größte Brücke ihrer Art in Deutschland und eines der Wahrzeichen der Stadt.





Heute haben wir Windstärke 6 und beim Versuch gegen den Wind zu gehen merken wir schon hier braucht man keine Berge je nach Gegenwindstärke kann das viel härter werden. Anschließend sind wir zurück ins Gorch-Fock-Haus.



Das Restaurant wirbt mit: *Unser stilvoll maritim eingerichtetes Restaurant hat 56 Sitzplätze. Hier können Sie an 13 gemütlichen Tischen verweilen um variationsreich zu Speisen oder nur einen gemütlichen Klönsnack mit lieben Menschen zu halten.* Wir sind heute Abend nebenan im Saal um uns an der Vielfalt der Nudeln mit Soße, neudeutsch Pasta-Party zu laben und um auch natürlich einen gemütlichen Klönsnack mit Läufern aus ganz Deutschland zu halten. Für 6 Euro erhält man verschiedene Nudelsorten, ein reichhaltiges Salatbuffet und bei Bedarf auch gerne einen Nachschlag.

Sonntag Marthontag: Der Startplatz an der Virchowstraße füllt sich langsam. Es treffen so nach und nach um die 1.200 Läuferinnen und Läufer ein. Es ist 9:30 Uhr und die 10-km Läufer, die knapp die Hälfte ausmachen gehen auf die Reise um den Großen Hafen zum Ausrüstungshafen und zurück.



Jetzt gibt es ein wenig Platz und die Marathonis (ca. 170) und die Halbmarathonis (ca.550) versammeln sich jetzt unter bzw. hinter dem roten Startbogen. Für uns ist heute um 15:15 Uhr Zielschluss (Laufzeit 5 ½ Stunden) und für die Halbmarathonis ist Zielschluss um 13:00 Uhr (Laufzeit 3 ¼ Stunden). Wir starten gemeinsam um 9:45 Uhr. Das heißt für mich heute nicht zu viel Schwätzchen halten an der Strecke und zügiger Fotografieren.



Die Wettervorhersage für Wilhelmshaven für Sonntag sagt: Tageshöchsttemperaturen 16⁰, Niederschlagsrisiko mittags 60%, Sonnenstunden 8. Vorweg genommen es wurde viel wärmer, kein Regen und viel Sonne.



Die Meute wird heute nicht mit einem Schuss auf die Strecke geschickt, denn wir sind bei der Marine und da wird angeglast. Vorne geht es wie immer zu Sache, die Halben wollen schnelle Zeiten auf dem flachen Kurs laufen. Bei mir hinten geht es gemütlicher zu. Hier wollen viele den Tag und den Lauf genießen.



Wir laufen ca. 300m geradeaus wo sich das Feld schon gut auseinanderzieht. Es geht vorbei am Theater bis zur Marktstraße. Hier biegen wir in die Fußgängerzone ab die wir bis zum Ende durchlaufen. Hier ist heute Morgen kaum einer auf der Straße. Wir laufen durch eine fast leere Fußgängerzone.





Am Ende der Autofreien Straße kommen wir durch eine Siedlung mit kleinen roten Backsteinhäuschen. Dann hinter dem CVJM laufen wir eine Schleife und kommen auf die Kreisstraße 313 (Banter Weg). Der Banter Weg führt uns durch die Südstadt direkt runter zum Kanalhafen, den wir über die Rüstringer Brücke überqueren.



Kurz hinter der Brücke biegen wir ab vorbei an der 1. Getränkestelle ins Industriegelände. Wir umlaufen einige große Betriebshallen und kommen neben dem Hafengelände der Segel-, Kanu- und Wassersportler an den Banter See. Die ersten 5km sind geschafft.





Wir erreichen den Anton-Dohrn-Weg und laufen zwischen dem Banter See und dem Jadebusen in Richtung Großer Hafen. Hier ist es erstaunlicher Weise windstill und ich komme mit Patricia ins Gespräch. Sie erzählt, dass sie vor einem Jahr noch 110kg gewogen hat und durch den Laufsport kombiniert mit Kampfsport über die Hälfte an Gewicht verloren hat. Sie läuft heute ihren 1. Halbmarathon und wird ihn in unter 2:20 finishen und damit auch noch die Altersklasse gewinnen. Hut ab, Klasse.



Hinter km 6 kommt Carsten zu mir aufgelaufen. Wir kennen uns schon vom Chemnitzer Lauf den wir zusammen bis zum Ziel bestritten haben. Auch heute werden wir den Weg gemeinsam gehen nach dem Motto von Goethe „Man reist ja nicht um anzukommen, sondern um zu reisen“.

Bei km 7 geht es über den Deich runter ans Wasser. Wir laufen an einigen Mobil-Homs vorbei und haben jetzt leichten Rückenwind. Es gibt wieder eine Versorgungsstation, mit Flüssigem und Obst. Nun sind wir am Jadebusen, dem wir ein Stück folgen.



Der Jadebusen ist eine 190 km² große Meeresbucht die es bereits schon seit 5.000 Jahren gibt. Bis zum Einbruch des Meeres im Mittelalter war diese Bucht eine schwimmende Moorlandschaft. Das *Sehestedter Schwimmende Moor* am östlichen Jadebusen ist weltweit das einzige *Außendeichsmoor*. Mit jeder Tide strömen ca. 450 Mill. Kubikmeter Salzwasser in den Jadebusen ein und aus. Der Salzgehalt in der Nähe der Mündung des Flusses Jade hat 3% Salzgehalt. Somit gehört die gesamte Bucht zur Nordsee die bei ca. 3,5% Salzgehalt liegt.



Die nächsten knapp vier Kilometer folgen wir dem Wasser und dem Watt in Richtung Oceanum. Wir sind auf dem Südstrand. Der Wilhelmshavener Südstrand ist der einzige nach Süden ausgerichtete Strand an der deutschen Nordseeküste. Er ist jedoch kein Strand wie wir ihn kennen mit breitem Sandstreifen, sondern er ist ein Rasenstrand mit gepflasterter Uferböschung. Er dient auch gleichzeitig als Deich dem Küstenschutz. In der Nähe vom Gorch-Fock-Haus (Stadtmitte) haben wir ein Schild an einem Haus, von der Sturmflut 1962 gesehen, was in Höhe des 1. Stockes war.



Nun geht es fast bis zum Horizont. Hier am Deich kommt mir ein alter Volkssport der Friesen, der auch hier in Wilhelmshaven aktiv betrieben wird in den Sinn. Es ist Boßeln und Klootschießen sowie auch das Klootscheeten. Ich habe das früher schon mal live gesehen und war begeistert was so mancher Werfer an Genauigkeit und Weite erreichen kann. Ziel des Boßeln ist es, eine Kugel mit möglichst wenigen Würfeln meist über eine öffentliche Straße eine festgelegte Strecke zu werfen. Beim viel älteren Klootschießen geht es darum eine kleine Kugel so weit wie möglich zu werfen. Beim Klootscheeten wird eine Scheibe mit einem Unterschulterwurf weit geworden, dabei zählt das Ausrollen (größter Anteil) des Kloats zur erzielten Weite eines Wurfs. Oft werden diese Wettkämpfe auch als Mannschaft oder im Kampf Dorf gegen Dorf ausgeführt.

Am Ende des Südstrandes steht das 10km Schild! Leider nicht, es fehlt heute. Hier laufen wir nun um das Seewasseraquarium und kommen dabei am Hafen der Helgolandfähren und dem Platz für die Hafenrundfahrten vorbei. Eine Gruppe junger Mädels vom Karnevalsverein begrüßen uns ganz herzlich und versorgen uns mit Wasser.



Wir überqueren den Deich und es geht weiter vorbei an der Nassaubrücke. Die Nassaubrücke ist eine Pontonbrücke und liegt zwischen der ehemaligen I. und II. Hafeneinfahrt. Hier liegen Sportboote und das Seenotrettungsboot Otto Behr. Hier am alten Vorhafen liegt auch die ehemalige I. Einfahrt. Die zwei Kajen sind aufgeteilt in Helgolandkai für den Seebäderverkehr und den Nordkai für Fahrten nach Wangerooge.

Auf der anderen Seite vom Hafen liegt das Senckenberg-Institut. Diese Außenstelle wurde 1928 hier in Wilhelmshaven durch Prof. Dr. Rudolf Richter gegründet und dient der deutschen Meeresforschung. Die zwei Abteilungen Meeresforschung und Zentrum für Marine Biodiversitätsforschung werden geleitet von Prof. Dr. André Freiwald.



Es geht weiter auf dem Deich entlang und an den ehemaligen zugeschütteten Hafeneinfahrten. Hier ragen noch die gewaltigen Kaumauern aus dem Wasser. Wie mir ein Mitläufer aus Wilhelmshaven erklärt ist man am überlegen ob man die 1. Einfahrt wieder freimacht, denn unter dem Deich ist noch die komplette Einfahrt erhalten. Neben unserer Laufstrecke liegen noch zwei weitere ehemalige Hafeneinfahrten die auch zugeschüttet sind.



Es geht weiter über den Deich und weiter über die Schleusenstraße zur Ostmole. Hier heißt es STOPP für Zivilisten, nur wir Läufer dürfen heute hier durch auf die Mole laufen. Gefährdungsstufe ALPHA, was soviel wie alles im grünen Bereich bedeutet. Die vierte und höchste Stufe nach dem griechischen Alphabet ist Delta, was daraufhin deutet es gibt Erkenntnisse, dass ein Terroranschlag unmittelbar bevorsteht.



Hier kommt jetzt bis zur Wende ein Gegenverkehrsstück. Hier kommt mir freudestrahlend die Vielstarterin Maria entgegen. Sie wird heute den 2. Platz in ihrer AK erringen. Kurz danach kommt Dieter, der heute dem Geburtstagskind Wilfried Feil aus Wilhelmshaven den Vortritt lassen muss um knapp 11 Minuten. Danach kommt mir eine Gruppe junger Soldaten entgegen die heute um die Bundeswehrmeisterschaften laufen. Am Nachmittag im Saal können einige nur noch breitbeinig in gebückter Haltung die Halle verlassen.



Nachdem wir knapp die erste Hälfte der Ostmole belaufen haben gibt es hier einen Returnpunkt für die Halbmarathonis und auch für uns Marathonis auf der 1. Runde. Zur Erinnerung werden hier noch einige Bilder *geschossen*. Es geht zurück zum Eingang und zur Getränkestation. Die Laufstrecke führt uns jetzt über die Schleusenstraße, am Marinemuseum vorbei bis zum Ende des Großen Hafens. Wir haben jetzt Gegenwind und das Laufen wird etwas schwerer.



Würde man die Mole bis zum Ende durchlaufen käme man kurz vor die Speicherkavernen, die unterirdischen Lager der vorgeschriebenen Erdölreserve der Bundesrepublik. Hier befinden sich 35 zylinderförmige Kavernen mit einem Fassungsvermögen von 6,7 Milliarden Liter Rohöl.

Dass die Stadt Wilhelmshaven sehr eng mit der Marine verbunden ist sehen wir hier im Tiefwasserhafen, mit der größten Wassertiefe in Deutschland. Es ist zweitgrößter Standort der Bundeswehr und größter Hafen der deutschen Marine. Neben der Laufstrecke steht die F212 die *Fregatte Karlsruhe* und auch die F219 die *Fregatte Sachsen*. Fregatten sind heute die kleinsten Kriegsschiffe die noch selbständig operieren können und werden oft als Geleitboote eingesetzt.



Neben uns steht ein alter Signalturm auf dem man schlafen kann. www.signalturm.de. Wir sind auf der Rückseite der Südstrandpromenade. Hier befindet sich auch das Deutsche Marinemuseum mit einen 3000m² großem Freigelände wo unter anderem ein Minenjagdboot, sowie ein Lenkwaffenzerstörer und ein U-Boot sich befinden.



Das Deutsche Marinemuseum befindet sich in privater Trägerschaft auf dem ehemaligen Gelände der Scheibenhofwerkstatt. Dies ist der ehemalige Toppedohof der 1888 erbauten Kaiserlichen Werft. Das Museum gliedert sich in drei Ausstellungsbereiche, die Dauerausstellung „Menschen, Zeiten, Schiffe, das Freigelände mit z. B. Geschützen, Minen, Torpedos, ein Jagdbomber und verschiedene Boote, sowie einem Bereich für Sonderausstellungen mit maritimen Themenbereichen.



Rechts vor bzw. neben uns befindet sich die Kaiser-Wilhelm-Brücke.



Wir laufen unter einen Teil der Brücke durch und weiter am Großen Hafen entlang mit viel Gegenwind. Am Ende des Sees biegen wir ab auf die Jadeallee und erst Mal wieder durchatmen, denn hier ist der Wind fast weg. Vorbei am Pumpwerk und dem Getränkestand geht es über die Deichbrücke.



Jetzt heißt es nochmal eine Schleife vorbei am Bontekai wo die Museumsschiffe *Kapitän Meyer* und das *Feuerschiff Weser* liegen. Dann biegen wir ab zur Innenstadt.



Kurz vor der Christuskirche werden wir nach unseren Startnummern gefragt und die werden zum Pfarrer neben der Kirche per Walkie-Talkie weitergegeben. Dann gibt es neben der Kirche ein richtiges Stimmungsnest und wir werden mit Namen angesagt und richtig toll gefeiert. Danke liebe Kirchen- und Lauffans.



Die Christus- und Garnisonskirche ist ein roter Backsteinbau im neogotischen Stil. Sie ist sehr eng mit der Stadtgründung verbunden, denn die Gründungsurkunde dieser Kirche ist auch zugleich das Dokument in welchem Kaiser Wilhelm der Stadt ihren Namen gab.



Gleich gegenüber laufen wir in den Grüngürtel vom Kaiser-Wilhelm-Platz. Am Ende des kleinen Parks steht rechts die Skulptur „Ein Werftarbeiter“ zur Erinnerung an die Arbeiter in der Kaiserlichen Werft. Dann sind wir wieder auf der Marktstraße.



Nach einem kurzen Stück sind wir vor der Marathonweiche, Marathonis links vorbei und geradeaus in die Fußgängerzone, Halbmarathonis rechts ab in die Zielstraße.



Wir laufen wieder durch die Fußgängerzone die jetzt auch noch leer ist. Es kommt das Schild 21km, die 1. Hälfte ist geschafft und die Straße ist fast leer. Es geht wieder über die Eisenbahn bis zur Rüstringer Brücke. Diese 1910 erbaute Brücke ist 40,5m lang und führt über den Ems-Jade-Kanal.



Diesmal geht es nicht darüber sondern wir biegen vorher ab auf die Kanalstraße und folgen dem Kanal. Es geht vorbei am Getränkestand und kleinen Häuschen und Bootsanlegern bis zur Mariensieler Schleuse bei km 26. Diese Schleuse ist eine der sechs Schleusen die den Kanal mit dem Wilhelmshavener Hafen verbindet.



Wir überqueren den Kanal und laufen jetzt bis zum Flughafen Wilhelmshaven-Mariensiel. Die ersten Flieger kamen hier von den kaiserlichen Marinefliegern. Heute verkehren von hier Flüge meist auf die ostfriesischen Inseln.



Kurz danach gibt es einen kleinen Anstieg auf den Deich zum nächsten Verpflegungsposten. Von hier aus hat man einen herrlichen Blick auf den Nationalpark Wattenmeer. Wir laufen runter ans Watt neben die kuscheligen und wolligen Deichgräser die uns viele Minen auf den Laufweg gelegt haben.



Die Strecke führt uns jetzt wieder bis zum Horizont, ca. 6km an der Nationalparkgrenze Wattenmeer entlang zur Strandhalle am Südstrand. Der Jadebusen ist ein Teil des „Nationalparks Niedersächsisches Wattenmeer“. Seit 1986 ist das Wattenmeer als Nationalpark geschützt



Hinter km 33 kommt der Radfahrer mit der Roten Laterne die wir gerne von Ioanna von der Offiziersschule der Luftwaffe übernehmen. Sie läuft heute ihren 1. Marathon und wird heute nach der Siegerehrung breitbeinig mit sehr unrhythmischen Gang die Halle verlassen. Ich glaube richtig grüßen kann sie heute nicht mehr. Ab Morgen wird dann wieder der aufrechte Gang eingeführt.



Kurz vorm Aquarium sitzt ein Marathoni im Gras mit schmerzverzerrtem Gesicht. Seine Knie wollen nicht mehr und so geben wir kurzzeitig die Rote Laterne ab. Nachdem dieser in ein Auto verfrachtet wurde sind wir wieder die Schlussläufer. Im Gespräch mit dem Roten-Laternen-Fahrzeug stellt sich heraus das wir beide unseren 1. Marathon in Berlin 1988 gelaufen sind und so vergehen die Kilometer ruckzuck bis das nächste Opfer uns die Rote Laterne abnehmen will.



Wir sind wieder auf dem Deich zur Schleuseninsel wo wir aber diesmal schon nach ca. 500m wenden. Jetzt sind wir neben einem Marineschüler aus Parow. Er ist platt und so bleiben wir eine Weile bei ihm. Es ist auch sein 1. Marathon.



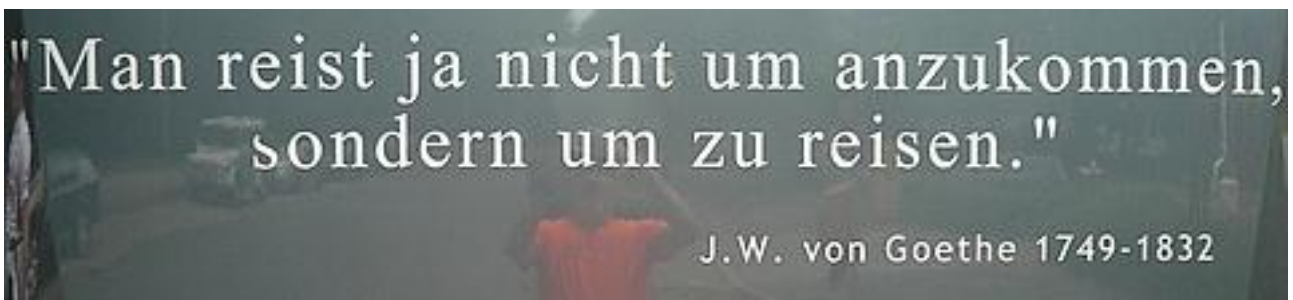
Nun heißt es nochmal am Ausrüstungshafen und am Großen Hafen entlang natürlich wieder mit viel Gegenwind. Der km 40 nähert sich.



Wir sind kurz vor der Christuskirche und werden per Funk durchgegeben. Nun kommt uns der Pfarrer nicht so einfach weg jetzt gibt es ein Gruppenbild erst nur mit Carsten und mir und dann noch mit den Puscheln.



Weiter durch den Park und kurz vor der Virchowstraße steht ein Bus mit dem passenden Spruch für alle Marathonläufer, von Goethe „Man reist ja nicht um anzukommen, sondern um zu reisen“.



Unsere Reise ist gleich vorbei. Es sind nur noch wenige Minuten bis zum Zielschluss und so treibe ich Carsten und mich nochmal an, dass wir ja noch eine Minute vor Zielschluss über die Matte rennen.



Geschafft, Zielfotos und das alkoholfreie Weizen. Dann kurz in die Halle zur Siegerehrung und als ich dann noch zur Duschhalle wollte war leider schon alles zu. Es ist schade das hier wie bei anderen Veranstaltungen der Duschservice nicht mehr für die langsamsten gilt auch wenn sie noch in der Zielzeit ankommen. Vielleicht sollte man auch eine Duschendzeit in die Ausschreibung mit aufnehmen.



Fazit: Ein schöner Lauf durch die Stadt und am Jadebusen entlang. Nie langweilig nur manchmal windig. Wer keine Berge hat, hat ja noch immer Gegenwind. Schade, dass man die Startzeiten gegenüber dem letzten Jahr verändert hat, denn es ist schöner wenn die Halben und die 10er zeitversetzt nach den Marathonläufern auf die Strecke gehen. Das Wetter blieb heute trocken bis auf 6-8 Tropfen. Der meiste Wind kam von hinten und dort wo er von vorne kam konnte man ja auch mal gehen. Danke an die vielen fleißigen und immer freundlichen Helfer an den vielen Posten und Verpflegungsstationen. Danke auch nochmal an den Pfarrer und seinen Gemeindemitgliedern. Danke an alle, ich habe einen weiteren schönen Marathon von meiner Wunschliste laufen dürfen.



Ins Ziel kamen 153 Marathonis, 417 Halb-Marathonis, 514 10-km Läufer und noch viele Bambinis, Kinder und Schüler. Insgesamt haben sich 1.785 Läufer gemeldet. 1.544 sind durchs Ziel gelaufen.

Marathonsieger:

Männer

- | | | |
|----------------------|-----------------------------|---------|
| 1. Raphael Igrisanu | Don Marathon Running | 2:57:52 |
| 2. Stephan Wendeling | Freiwillige Feuerwehr Sande | 3:01:09 |
| 3. Markus Mikat | Hubschraubergeschwader 64 | 3:03:09 |

Frauen

- | | | |
|---------------------|---------------------------|---------|
| 1. Gabriele Schulte | Marathonclub Walsrode | 3:27:19 |
| 2. Petra Thoms | LTV Kiel-Ost | 3:55:22 |
| 3. Beate Tüncher | 1. Marineoperationsschule | 3:59:06 |