

1. Lausitzer Seenland Marathon 2013

Zwischen Senftenberger und Sedlitzer See durch die Niederlausitz

13. Juli 2013 von Bernd Neumann

Beim Lausitzer Seenland 100 gibt es in diesem Jahr erstmalig einen Marathon. Die Lausitz (sumpfige feuchte Wiese) befindet sich ganz im östlichen Zipfel von Brandenburg und Sachsen und zieht sich bis ins polnische Niederschlesien. Genau genommen unterteilt sich dieses Gebiet in die Niederlausitz und in die Oberlausitz. Das heutige Start- und Zielzentrum für das sportliche Wochenende ist der Ort Senftenberg. Bei vielen geht jetzt ein Licht auf ist das nicht der Ort wo im Januar der Hallenmarathon und Ultra stattfindet, ja und in der Gegend gibt es auch den Spreewald-Marathon. Ich bin heute hier weil ich diesen Teil von Deutschland noch nicht kenne und natürlich weil es beim Seenland 100 erstmals auch einen Marathon gibt.

Bis nach Senftenberg sind es von Kassel aus rund 400km. Also rauf auf die Autobahn 38 nach Osten und nach gemütlichen 5 Stunden komme ich in das Städtchen Senftenberg am Senftenberger See. Eine Landschaft die mich stark an die ehemaligen Tagebaulöcher von Bitterfeld erinnert. Auch hier hat man eine herrliche Seenlandschaft künstlich angelegt.



Der Lausitzer Seenland 100 ist nicht nur eine Laufveranstaltung sondern auf zwei Tage verteilt gibt es hier ein großes Sportangebot von Laufen, Biken, Schwimmen, Walken, Skaten und Tretrollerfahren. Insgesamt gibt es 30 Disziplinen und Strecken für die Freizeitsportler.



Ab diesem Jahr gibt es NEU den Marathonlauf über die klassische Distanz von 42,195 km sowie einen Run & Bike Wettbewerb. Da dieses Event-Wochenende sehr gut beworben wurde kann man auch daran erkennen, dass sich für den Marathonlauf auch Sportler aus Schweden, Dänemark, Großbritannien und Polen angemeldet haben.



Die verschiedenen Wettbewerbe werden in den drei Orten Senftenberg, Großräschen und Kleinkoschen stattfinden. Der Start und das Ziel für den Marathon ist der neue Hafen in Senftenberg am Senftenberger See. Das Startgeld für den Marathon liegt zwischen 19€ und 29€ bei Voranmeldung. Für die elektr. Zeitmessung muss ein Chip vom Veranstalter gemietet werden (20€ Pfand + 5€ Mietgebühr).



Der Lauf- und Radverein Hohenbocka (liegt südl. vom Senftenberger See) in Verbindung mit der Stadt Senftenberg und der Stadt Großräschen bilden eine Organisationsgemeinschaft. Für den Breitensportler werden folgende Läufe angeboten: 400m Mini-Kinderlauf, 2, 5 und 10km Lauf, 17,5km Lauf rund um den See ohne Zeitmessung als Gruppenlauf sowie einen Halbmarathon und neu in diesem Jahr der Marathon.

Ab 16 Uhr kann man seine Startunterlagen im Meldebüro am Hafenanleger abholen. Das geht alles routiniert und flott. Dann heißt es passende Laufkleidung und Startnummer anlegen. In den Voranmeldelisten hatten sich rund 100 Marathonläufer und rund 50 Run&Biker-Paare angemeldet.



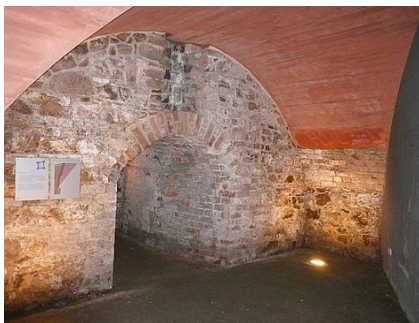
Da es noch Zeit ist bis zum Start sehe ich mich in der Nähe noch ein wenig um. Der Name Senftenberg kommt aus dem mittelhochdeutschen „sanft am Berg“ was man auch im Umland erkennen kann. Denn die Stadt wird von sanften Hügeln und Bergen umgeben. Auch aus dem sorbischen gibt es eine mögliche Namensgebung. *Zły Komorow* heißt soviel wie Mückentod, was daher kommt das die Stadt in einem Sumpfgebiet liegt.

Gleich nebenan liegt der Schlosspark, der heute eine ganz besondere Ruhe ausstrahlt, denn er ist bei dieser Hitze fast menschenleer. Nur am Ende des Parks wo sich der Eingang zur Zitadelle befindet sind viele schick gekleidete Menschen unterwegs. Im Inneren dieser Wall- und Festungsanlage liegt das Schloss und da wird heute gleich mehrfach geheiratet.





Die Festungsanlage Senftenberg wurde noch bis ins 18. Jh. militärisch genutzt. Es gab jedoch schon aus dem 12. und 13. Jh. Vorbauten dieser Art. Der geschlossene Erdwall gibt keinen Einblick auf das Schloss und ist nur durch die Zugangspforte zu erreichen. Direkt dahinter liegt das ehemalige Kommandantenhaus. Auf einem der vier Bastionen liegt der Pulverturm. In der Mitte der Kasemattenanlage steht das Schloss oder Festung Senftenberg, das früher zum Schutz gegen Dresden genutzt wurde. Heute befinden sich im Inneren Museen, die einen durch die jahrhundertalte Geschichte der Lausitzer Region führen.



Gleich hinter der Festungsanlage verläuft die Schwarze Elster. Der Fluss verläuft zwischen Stadt und Senftenberger See, der auch von ihr geflutet wurde. Der Name Elster hat nichts mit dem Vogel zu tun, sondern leitet sich aus dem indogermanischen ab, was soviel wie fließen oder strömen heißt. Auch die Schwarze und die Weiße Elster haben nicht miteinander zu tun. Sie erhielten den Zusatz nur zur besseren Unterscheidung.



Apropos strömen, die Läufer und auch ich strömen jetzt zum Hafen. Obwohl ich mich umsehe, bin ich heute fremd hier. Bisher kannte ich überall einige Läufer, aber so was ändert sich meist im Laufe der Laufstrecke. Auch wenn man mich nicht kennt, unsere Seite *Marathon4you* ist bekannt und so werde ich gefragt, ob ich den Bericht heute schreibe. Einige sprechen mich auch an auf die Berichte von Chemnitz oder Leipzig und so plaudere ich noch mit einigen Läufern, bevor wir zum Schiffsanleger gehen. Hier im Startbereich so ca. 15 Minuten vor dem Start verlassen die Teilnehmer ihren schattigen Platz und kommen zum Startbogen in die Sonne.





Der Start wird gleich erfolgen wobei sich die Biker für den Run & Bike-Marathon hinten anstellen müssen. 17:00 Uhr, Startschuss und das Feld setzt sich in Bewegung auf dem Hafenanleger über die Strandstraße in Richtung Großkoschen. Der neue Stadthafen (Baukosten 13 Mill. €) wurde erst am 23. April nach fast 2-jähriger Bauzeit eröffnet und hat über 100 Boots-Liegeplätze sowie eine 80m lange schwimmende Seebrücke.



Rechts von uns liegt der große Senftenberger See der einer der vielen künstlich angelegten Seen im Lausitzer Seenland ist. Zwischen Nov. 67 und Nov. 72 wurde das ehemalige Braunkohle-Tagebaubecken Niemtsch über eine Fläche von 1300 Hektar geflutet. Der bis zu 25m tiefe See ist einer der größten künstlich angelegten Seen Deutschlands. Der Senftenberger See und die Goitzsche Seen haben viele Parallelen, denn beider Ursprung ist die Überflutung von Braunkohletagebaulöchern. Auch die heutige Nutzung als Badesee oder auch als Segelrevier bzw. Radfahrerrevier sind bei beiden gleich. Auch die neuen Uferpromenaden haben sie gemeinsam (siehe hierzu meinen Bericht vom Goitzsche Marathon).



Beim Blick über den See sieht man die große künstlich angelegte und bewaldete Insel. Sie ist Naturschutzgebiet seit 1981 und darf nicht betreten werden. Wollen wir auch nicht, denn für uns geht es weiter über die Uferstraße.

Wir sind gerade 500m gelaufen da kommen die Radfahrer total undiszipliniert an uns vorbei bzw. zickzack durch die Läufer. Total unverständlich da so nach 1-2km das Feld soweit auseinander ist das man ganz entspannt seinen Partner finden kann. Unbedingt verbesserungswürdig.



Nach ca. 1,5km kommt erst der Textilbadestrand und 500m weiter der FKK-Badestrand neben unserer Laufstrecke. Bei dem schönen und warmen Wetter sind viele Badegäste hier am Strand und einige kommen sogar hoch zum Radweg und klatschen uns zu. Da ich jetzt am Anfang viel am fotografieren bin, bin ich schon vorletzter Läufer.



Wir kommen an der 5km Wende vorbei und folgen weiter dem Fuß- und Radweg nach Kleinkoschen. Dieser Rundweg führt um den ganzen Senftenberger See über 18km länge. Vor mir laufen *Gunter der Extreme* und *Ralph der Verrückte* beide aus Niedersachsen. Leider komme ich nicht zum fragen wie sie ihren Titel erhalten haben.



Am 5km Wendepunkt biegen wir ab vom Senftenberger See und laufen ein Stück am Kanal entlang. Hier komme ich mit Manfred Völker ins Gespräch. Er kritisiert, dass man hier sein gutes Laufhemd mit den Nadeln durchstechen muss, da ja in der Ausschreibung steht *man muss die Startnummer auf der Brust tragen*. Nur zur Info Manfred für so etwas gibt es auch die Fix-Magneten und die halten die Startnummer ohne Löcher. Manfred ist mit Bettina hier im Run & Bike Wettbewerb. Er wird aber heute allein den Marathon laufen und Bettina begleitet ihn auf dem Fahrrad. Wir sehen uns noch später in der Wende zwischen 15 und 18 km.



Wir umlaufen den Ort Kleinkoschen und werden bei km 6 mit reichlich Flüssigkeit versorgt. Das ist heute auch notwendig, denn es ist doch ganz schön warm und wenig Schatten.

Das kleine Örtchen Kleinkoschen wurde als Platzdorf angelegt und im 15. Jh. erstmals urkundlich erwähnt. Bis Anfang des 20. Jh. war dieser Ort sorbisch. Der Name wurde abgeleitet aus dem slawischen Kosua was so viel wie Weidenkorb oder auch Fischreuse heißt. Die frühere Erwerbsquelle dieser Gegend waren somit der Fischfang und die Korbflechterei.



Die nächsten 2-3 Kilometer geht es über den Radweg entlang dem Flugplatz Kleinkoschen und dem Hundesportverein. Zu unserer linken Seite begleitet uns dabei die Sornoer Elster die nördlich von Kleinkoschen in die Schwarze Elster mündet. Am Ende des Flughafengeländes kommen wir ganz kurz an das Ufer des Greifswalder Sees.



Bisher war ich nur Vorletzter ab jetzt beim nächsten Foto läuft auch die bisher letzte Läuferin Anja Seifert vom PSV Kamenz an mir vorbei.

Bei km 9,5 neben dem „*Rostigen Nagel*“ gibt es eine weitere Verpflegungsstation und einen freien Blick auf den 30m hohen Stahlkoloss *Rostiger Nagel*. Der für fast 1 Mill. € errichtete und 2010 durch den Sonderpreis des Deutschen Stahlbaus ausgezeichnete Aussichtsturm kann über 162 Stufen erklommen werden. Den Namen hat er erhalten durch die rostbraune Patina.



Wir haben leider keine Zeit ihn zu erklimmen und überqueren den Sonoer Kanal. Der 2006 fertiggestellte Kanal verbindet auf 1,25km Länge den Sedlitzer See mit dem Geiserswalder See. Wo später Sportboote den Kanal nutzen werden wird heute noch der Überlauf zum Auffüllen des Sedlitzer Sees genutzt.

Kurz danach kommt das 10km Schild. Es sind zwar erst 65 Minuten Laufzeit rum, aber nun verabschieden sich durch meine Fotostopps auch noch die letzten Läufer aus dem Blickfeld.



Ich versuche das Tempo zu halten und so sehe ich die zwei Läufer noch ein ganzes Stück vor mir bis zum Rosendorfer Kanal. Der Rad- und Fußweg verläuft hier zwischen dem Sedlitzer See und dem Partwitzer See.



Zwischen dem km 13 und 14 überqueren wir den Rosendorfer Kanal der die zwei Seen verbindet. Noch bevor wir Lieske erreichen heißt es für uns Marathonis rechts ab in eine Extrawendeschleife laufen. Hier am Abzweig gibt es eine weitere Versorgungsstation. Jetzt kommen mir schon viele Run & Bike Teams und

Marathonläufer entgegen und so habe ich die Gelegenheit sie auch von vorn zu knipsen. Hierbei kommt mir Klaus Egedesø vom 100 MC Dänemark entgegen. Wir begrüßen uns herzlichst, denn wir sind uns schon beim Wilhelmshaven Marathon begegnet.



Zu Dänemark und Marathonlaufen fällt mir ein, das am Sonntag den 14. Juli Annette Fredskov in 365 Tagen ihren 366. Marathon finisht. Infos unter www.anettefredskov.dk.



Diese Wendepunktstrecke ist 3km lang um die Marathondistanz aufzufüllen. An den einzelnen Wendepunkten steht ein Schild **WENDE** und die Startnummer wird aufgeschrieben. Obwohl die Wende nun schon fast 24 Jahre her ist gibt es sie heute auf den Schildern noch mehrmals. Es geht leicht wellig am Ufer des Partwitzer Sees entlang. An der Schutzhütte überqueren wir die Landesgrenze nach Sachsen.



Kurz dahinter ist der Wendepunkt und es geht zurück am Versorgungspunkt vorbei nach Lieske. Kurz vorm Wendepunkt kommt mir „Der Bayer“ entgegen er ist der Vorletzte und hat so ca. 1km Vorsprung.

Wir erreichen Lieske sehen aber leider nichts vom Ort, denn die Laufstrecke führt über den Uferradweg. Das ehemalige kleine Straßendorf Lieske gehörte im 15. Jh. zur Herrschaft Senftenberg. Die Bauern mussten aus ihren Schafställen den Mist in die Weinberge in den sogenannten Hörlitzer Flur transportieren. Bis Ende des 19. Jh. lebten hier überwiegend Sorben.



Nach 2:23 Stunden erreiche ich den Halbmarathonpunkt. Hier sind um 19 Uhr ca. 180 Halbmarathonläufer und ca. 20 Halbmarathonwalker gestartet. Sie kommen uns nicht gleich entgegen sondern sie müssen auch in unseren nördlichsten Wendepunkt der rund 2,3km entfernt liegt.

Auf dem Weg zur Spitze des Sedlitzer Sees kommen mir jetzt die Halbmarathonläufer und Walker entgegen. Bei km 23,3 ist auch für mich der letzte Wendepunkt. Nun geht es auf direktem Weg zurück zum Senftenberger Hafen.

Meinen Gedanken, vielleicht noch einen langsamen Halbmarathonis abzufangen bzw. aufzuschließen für ein Schwätzchen, muss ich jedoch aufgeben, denn für mich sind jetzt hin und wieder Gehpausen angesagt. Die 2, 5 und 10km Läufer sind zum Teil schon im Ziel, denn die sind um 19 Uhr am Hafen Senftenberg gestartet und haben alle Wendepunktstrecken.



Bei km 28 gibt es nochmal Versorgung und weiter geht's Richtung Rosendorfer Kanal. Auch der Rosendorfer Kanal ist ein sogenannter Überleiter. Er verbindet den Partwitzer See mit dem Sedlitzer See. Selbst jetzt nach 7 ½ Jahren ist der 440m lange Kanal noch nicht schiffbar da die Seen noch nicht den entsprechenden Wasserstand haben. Bei größten Seen hier im Lausitzer Seenland gibt es 13 sogenannte Überleiter die später mal alle schiffbar sein werden. Diese Kanäle werden später ausschließlich zur Nutzung von kleinen Booten sein. Eine Personenschiffahrt wird hier aus heutiger Sicht ausgeschlossen.





Es folgt Km 30 und beim Blick über den Sedlitzer See beginnt so langsam der Sonnenuntergang. Hier kommt mir ein Radfahrer vom Veranstalter entgegen und fragt ob ich der Letzte bin. Da ich an den Wendepunkten keinen mehr gesehen habe bejahe ich es. Er schließt sich mir an und wir kommen in eine nette Unterhaltung.

An der Versorgungsstation beim Rostigen Nagel fragt mich ein Sanitäter ob ich weiterlaufen will oder aufgeben will. Ich frage ihn daraufhin *Aufgeben was ist das?* Es sind nur noch knapp 10km.



Kurz hinter km 35 wird es nun dunkel und ich kann für die letzten Kilometer meine Kamera im Bauchgurt verschwinden lassen. In der Dunkelheit wäre ich ohne den Schlussfahrer in Kleinkoschen nicht in die Schleife abgebogen, sondern geradeaus durch den Ort. Wir kommen im Dämmerlicht zum Versorgungsposten bei km 36 und die Posten werden plötzlich unruhig. Der Bayer fehlt, der war doch vor mir. Sofort wird ein Motorradfahrer ausgeschildet wo der Bayer wohl geblieben ist. Die Posten sagen mir noch, dass es wohl eng werden würde mit dem Zielschluss um 22:30 Uhr. Ich lasse mich jedoch nicht beirren und weiter geht's.

Der Schlussfahrer und ich umrunden den Ort und kurz vor km 38 stehen im Dunkeln noch Helfer am vorletzten Versorgungspunkt und haben auf mich gewartet. Das ist schon echt bemerkenswert, denn es ist schon dunkel.

Dann kommt der Motorradfahrer zu uns und gibt Entwarnung. Der Bayer ist nicht in die Umrundung von Kleinkoschen abgebogen sondern geradeaus durch den Ort gelaufen. Das sind meiner Schätzung nach rund 2km kürzer. Ohne den Radfahrer wäre mir das wohl auch passiert.

Nun ist es richtig dunkel auf dem Radweg. Gut das der Schlussfahrer Beleuchtung am Fahrrad hat und so entgegenkommende Radfahrer, die teilweise im Dunkeln ohne Licht am Rad mir entgegenkommen, damit warnen kann.

Kurz hinterm km 40 stehen noch zwei junge Leute am letzten Versorgungspunkt um auf mich zu warten in nun schon stockdunkler Nacht. Sie haben nur eine Taschenlampe um den Tisch anzuleuchten. Klasse, wirklich Klasse nur um auf den letzten Läufer zu warten.

Ich erzähle den Radfahrer von meinen Marathons in Marrakesch, Mumbai, Totes Meer und auf den Seychellen und so vergeht die Zeit schneller. Plötzlich sehen wir vor uns ein Feuerwerk und ich scherze noch, das ist doch noch zu früh ich bin doch noch gar nicht durchs Ziel. Es ist 22:30 Uhr.

Wir sind so ca. 800m vorm Hafen da klingelt sein Handy und er wird gefragt wie lange es noch dauert. Dann kommen die ersten Lichter vom Hafen und es folgt der beleuchtete Einlauf ins Ziel. Hier werde ich noch ganz herzlich begrüßt. Schade nur, dass der Biersponsor schon geschlossen hat.



Ich erhalte jetzt noch meine Medaille und einen Rucksack voller Teigwaren sowie Rosinenbrot und auch noch meine Urkunde. Dann hole ich mir ein bzw. Bier im Restaurant nebenan zum Abschluss.



Der Veranstalter hat in seiner Ausschreibung für diesen 1. Marathon drauf hingewiesen: Sollten es hochsommerliche Temperaturen geben, so warten mindestens 13 Getränkestellen zur Erfrischung auf die Teilnehmer. Ob die späte Startzeit glücklich gewählt ist wird sich zeigen. Wenn nicht ist für das Jahr 2014 ein Test mit einer ganz frühen Startzeit, so gegen 5.00 oder 6.00 Uhr geplant.

Ich kann dazu nur sagen bitte mehr Wasserstationen und den Start am Abend belassen. Hervorzuheben sind die wirklich netten Helfer an den Versorgungsstationen die auch noch auf den Letzten gewartet haben. Danke, liebe Helfer auch wenn ich langsamer wie der Zielschluss war.

Den Punkt zur Befestigung der Startnummer bitte etwas entschärfen. In der Ausschreibung stand: Die Startnummer ist auf der Brust zu tragen. Erfolgt dies nicht, wird der Sportler disqualifiziert. Teilnahmeberechtigt sind nur Sportler/innen mit der offiziellen Startnummer. Sie ist gut sichtbar und unverändert zu tragen. Kostümierungen sind so vorzunehmen, dass die Startnummer unbeeinträchtigt zu erkennen ist.

Ins Ziel kamen heute: 93 Marathonläufer, 44 Run & Bike Marathon-Teams, 177 Halbmarathon-Läufer, 13 Halbmarathon-Walker, 142 10-km Läufer 91 5-km Läufer sowie noch viele weitere Teilnehmer auf den anderen 24 Disziplinen.

Marathonsieger:

Männer

- | | | |
|-------------------|-----------------------------|---------|
| 1. Pawel Kaszyca | SBD Energetyk Rybnik/Polen | 2:53:30 |
| 2. Wim Becker | Kunduz Running Team/Belgien | 3:01:27 |
| 3. André Goldbach | Laufgruppe Dresden | 3:06:43 |

Frauen

- | | | |
|----------------------|------------|---------|
| 1. Franziska Kranich | LSV Niesky | 3:27:54 |
| 2. Patricia Kusatz | Berlin | 3:30:48 |
| 3. Anne-Marie Oneill | Schweiz | 3:46:38 |

Ich übernachtete vor Ort und mache mich am Sonntagmorgen auf den Heimweg. In Oschatz 55km vor Leipzig fällt mir schon von weitem die herrliche Altstadt auf und so mache ich dort einen Zwischenstopp. Der Name ist nicht entstanden durch einen Ausspruch einer Mätresse von Kaiser Heinrich „O Schatz, komm zurück“ sondern es stammt aus dem slawischen was soviel wie Ost- oder Morgen-Licht heißen soll.

Ich stelle mein Fahrzeug am Altmarkt, in der Nähe vom restaurierten Vier-Jahreszeiten-Brunnen ab und gehe rüber zum Neumarkt. Auf dem unteren Marktplatz steht der im 16. Jh. erbaute Brunnen mit dem Löwen, dem Wappentier der Stadt. Im oberen Teil steht das Rathaus mit seinem prächtigen Renaissancegiebel.



Dahinter ragen die zwei 75m hohen Türme der St. Aegidien-Kirche hervor. Ich begeben mich ins Kirchenschiff in dem 1.100 Besucher Platz finden. Hier komme ich mit dem Pfarrer ins Gespräch der froh ist, dass es die Wende gab sonst würde heute von der Kirche nichts mehr stehen. Zwei Dinge sollte man sich unbedingt in der Kirche ansehen. Erstens den Altar mit dem ganz besonderen Altarbild. Der Mittelschrein ist ein großes Bleiglasfenster wo am Morgen die Sonne durchscheint und der kunstvollen biblischen Darstellung besondere Symbolkraft verleiht.





Zweitens gibt es in einem der Türme eine Türmerwohnung die zu besichtigen ist. So begeben sich auf den steilen Aufstieg. Hierbei komme ich erst an der Schusterwerkstatt vorbei. Weiter oben ist auf mehreren Etagen eine Wohnung zu besichtigen die noch bis 1970 von der Familie Quietzsch bewohnt wurde.



Auf dem Weg zurück zum Auto habe ich mir nochmal den Vierjahreszeiten-Brunnen angesehen und von allen Seiten geknipst.



Anschließend bin ich noch nach Leipzig gefahren und habe mich in die Altstadt begeben. Bei einem Rundgang durch das Barfüßergässchen und über den Marktplatz höre ich eine Brassband spielen.



Ganz in der Nähe neben der Grünanlage der Petersstraße ist eine holländische 20 Personen starke Blechbläsergruppe dabei ein Straßenprogramm abzuspielen. Viele Leute bleiben stehen und lauschen der Musik zu. Auch ich halte mich länger auf und erstehe dann noch eine CD die gleich auf dem Heimweg mir anhöre.



Ich habe dann mein Sightseeing mit einem Rundgang durch die historische Altstadt beendet. Mit den Klängen der Brassband habe ich dann den Heimweg per Autobahn angetreten.