

Nach Rotenburg...

Manche Menschen können das. Laufen bis hinter den Horizont. Und die quälen sich dabei nicht. Das ist für sie selbstverständlich. Es sind die Ultramarathonläufer. Ich gehöre dazu.

In Rotenburg an der Fulda sollte am **25. März 2006** wieder ein Sechsstunden-Lauf stattfinden, immer in die Runde durch den dortigen Schlosspark. Nun leben auch Ultramarathonveranstaltungen vom Geben und Nehmen. Mal macht man mit, mal hilft man. Diesmal wollte ich helfen. Um nicht zu kurz zu kommen, bin am Vortag von Kassel dorthin gelaufen.

Also hatte ich, etwas ungewöhnlich für Läufer, mein Rucksäckchen gepackt. Es galt, Gewicht zu sparen: Gymnastikschühchen, solche mit ganz wenig Kunststoff an der zarten biegsamen Sohle, etwas Wechselbekleidung, eine Mullwindel als Handtuch, winzige Kosmetikproben, Handy, eine kleine gefüllte Plastiktüte als Portemonnaie.

Und auf ging es. Nach dem Frühstück in Kassel gestartet, zum Abendessen in Rotenburg. So war mein Zeitplan. Ein schöner Reisetag und eine berechenbare Strecke von ungefähr 67 Kilometern lagen vor mir. Von allen Läufen schätze ich die von A nach B ganz besonders, denn sie vermitteln ein Gefühl des Reisens.

Wie bei jeder Reise war das erste Stück Routine. Ich lief auf dem Radweg, den ich schon oft gefahren war. Deshalb kenne ich die Cafés an der Strecke. Ich musste mich ja selbst verpflegen.

Auch vom Nordhessencup war mir die Gegend vertraut. Das ist eine geniale Veranstaltungsserie, die Volkslauf mit Heimatkunde verbindet. Nordhessen mit den gemäßigten Bergen und dem vielen Wald ist Laufland. Nirgends gibt es so viele Laufvereine wie hier. Sie haben sich zusammengeschlossen, und jeder Verein sucht eine schöne Strecke aus. Eigentlich ist das Regelwerk sehr kompliziert. Um es kurz zu machen: Wer wie ich im Sommer achtmal eine andere 20-Kilometer-Strecke läuft, hat eine gute Chance, einen Pokal zu bekommen, den Nordhessencup. Als ich so gen Süden die Fulda entlang lief, dachte ich, da oben ist die Strecke vom Körler Verein, dort die vom Melsunger, da die vom Braacher und da ganz hinten noch eine andere, alles vertraut, Höhenzüge voller lebendiger Erinnerungen. Jetzt waren sie noch mit schmelzendem Schnee bedeckt.

So joggte ich dann im Sonnenschein vor mich hin und fühlte mich vom Schicksal begünstigt, weil es mir möglich war, mich so unbeschwert durchs Land zu bewegen. Beneidenswert und unkonventionell, ähnlich wie der Mann in der Zigarettenwerbung, der lässig auf einem Skateboard stehend an einem fahrenden Müllwagen hängt. Die Werbung hatte ich noch in Kassel gesehen.

Mein Anblick jedoch muss etwas anders gewirkt haben. Einmal, später, der Himmel bezog sich gerade tief dunkel, hielt eine Frau ihr Auto an und fragte, ob sie mich mitnehmen könne. Gut gemeint, nur hatte sie etwas gründlich missverstanden.

In Guxhagen im ersten Café füllte ich auf der Toilette meine Wasserfläschchen auf und sah mich im Spiegel: Sonnenbrand. Die Sonne hatte ich nach dem langen düsteren Winter nicht mehr eingeplant. Da nahm ich als Sonnenschutz ersatzweise etwas aus dem Make-up-Pröbchen, das mal in einer Frauenzeitschrift geklebt hatte, besser das als nichts.

In schönen Melsungen mit den Fachwerkhäusern hatte die erste Eisdiele gerade eröffnet. Danach kam ich durch Gewerbegebiet: deutsche Realität. Die Edeka-Warenzentrale ist eine große grüne Schachtel, der Supermarkt für die Supermärkte. Daneben steht ein gebogener Bau mit großen Fenstern nach Norden und kleinen Fenstern nach Süden. Da hat sich die Firma Braun mit dem Medizinzubehör mal Spitzendesign geleistet.

Auch in der Landwirtschaft wurde gearbeitet. Es war mit dem Tauwetter der zweite Tag seit Monaten, an dem halbwegs vertretbar Gülle ausgebracht werden konnte. Was nicht schon am Vortag hinaus geschafft worden war, wurde jetzt verteilt. Über den Fuldaauen hing eine Geruchswolke. Einmal hielt meinetwegen ein Bauer mit seiner Güllespritze inne, sonst hätte er mich beschmutzt.

Der Wald stand da in grauen und braunen Farben. Das Braun leuchtete warm im seltener werdenden Sonnenlicht. Die Grasflächen davor waren gelb und noch stark gezeichnet vom strengen, langen Winter. Die zurückhaltenden Farben gaben der Landschaft eine unaufdringliche Schönheit. Hoch und anmutig türmten sich darüber dramatische Wolken, vorne weiß, hinten schwarz. Sie sind allein nur für mich da, dachte ich, diese riesigen, flüchtigen Gebilde, denn kein anderer Mensch würde jetzt bewusst zum Himmel sehen.

Hoch und anmutig war auch die ICE-Brücke, die ich bald erreichte. Zwar war der Pfeiler, an dem ich vorbei lief, schwer und von bedrückender Masse. Doch aus der Entfernung löste sich die Klotzigkeit in Eleganz auf. Noch zwei Stunden später sah ich die Brücke, wenn ich mich umdrehte.

In Altmorschen, nach ungefähr 50 gelaufenen Kilometern, ging ich in einen Supermarkt, denn ich hatte wieder Hunger und Durst. Allgemein wird viel darüber gegrübelt, welche Nahrung ein Sportler bei großer Ausdauerleistung braucht. Es gibt ja extra Kunstprodukte dazu. Hier konnte ich auch dem Bauch heraus bei riesiger Auswahl für mich das Problem entscheiden: Erdbeermilch. Milch ist immer gut.

Mit meinem Plastikbecher in der Hand lief ich weiter, geradewegs in den Regen hinein. Er spülte mir das zum Sonnenschutz aufgetragene Make-up in die Augen. Ich war völlig allein auf dem Radweg. Mit meinen roten Augen und den nassen Haaren habe ich wohl nicht mehr gut ausgesehen, denn als ich kurz vorm Ziel in einem weiteren Supermarkt noch etwas für den Hunger nach Mitternacht einkaufte und mein Gewicht sparendes Portemonnaie in Form der Plastiktüte herausholte, merkte ich das an der Miene der Kassiererin.

Schließlich war ich, ziemlich durchnässt, in der Jugendherberge angekommen. Sie war der Stützpunkt für die morgige Veranstaltung. Der Schäferhund des Herbergsvaters begutachtete mit übermütigem Gesicht die eintreffenden Gäste.

Zum Beispiel Stephan. Vor einigen Jahren hatte er es ebenso gemacht wie ich: Er hatte sich seinen Rucksack aufgesetzt und war in Etappen von Bochum nach Rotenburg gelaufen.

Später, beim gemeinsamen Bier, fanden sich noch andere Ultramarathonläufer ein. Da war Conny, die alljährlich einen Sechs-Tage-Lauf ausrichtet. Dabei geht es nicht nur, wie hier, sechs Stunden im Kreis herum, sondern sechs Tage, ähnlich wie beim Radsport. Gewonnen hat derjenige, der am meisten Kilometer gemacht hat. Dabei darf man weiß Gott nicht schnell laufen. Es geht um die geschickte Einteilung der Körperkraft und um den Umgang mit Müdigkeit und Erschöpfung. Im vergangenen Jahr hat dort der schnellste Mann 923 km geschafft, die schnellste Frau 773 km.

Und Ulli war gekommen, ein stattlicher Mann mit ausladender Körpermitte. So stellt man sich eigentlich keinen Läufer vor. Ulli ist Pastor in Bremen, er trug Werder-Fan-Mütze und –Schal und hatte ein Problem. In drei Jahren möchte er gern beim Transeuropalauf von Süditalien nach Norwegen mitmachen. Der dauert gut 60 Tage. Aber wie soll er das seiner Frau beibringen? Ja, das ist wirklich ein Problem.

Dann gesellte sich jemand dazu, der Kaufmann ist und sehr aufgebracht war, weil gerade jemand versucht hatte, ihn zu betrügen. Am nächsten Tag würde er sein inneres Gleichgewicht auf der langen Strecke wiedererlangen. Da verrauchen die Aggressionen.

So sind denn auch die Ultramarathonläufer überaus friedliche und umgängliche Menschen. Der Hund des Herbergsvaters erschien und verschwand – hast du nicht gesehen – unter dem Läuferfisch. Wollte er sich einschmeicheln? Ahnte er, welch gutes Leben Läuferhunde führen? Auch Hunde lieben Freiheit, und wollte man Freiheit körperlich definieren, wäre man mit Laufen ganz nahe daran.

Am nächsten Tag war die Jugendherberge Rotenburg, frisch renoviert, eine angemessene Basisstation für den 6-Stunden-Lauf. Da wurde angemeldet, geduscht, gegessen, ausgewertet und die Siegerehrung gefeiert.

Die Laufstrecke, gut einen Kilometer lang, liegt im Schlosspark von Rotenburg. Sie erreicht das Maximum an Abwechslung, das möglich ist auf einer Strecke im Park. Denn der Park ist Monstrum an gestalterischer Planung. Da ist alles an Stilelementen hineingekramt, was die vergangenen Jahrhunderte zu bieten hatten. Und Ende März fehlt ja noch das abmildernde Laub an Bäumen und Büschen. Vor über 500 Jahren hat der Park eine Mauer, repräsentative Tore und eine gerade Allee bekommen. Diese alten und ehrwürdigen Elemente sind heute noch da. Aber – Herrgott - was ist alles dazu gekommen! Pergolen neben Bruchsandsteinplatten, Minigolfplatz, liegende Baumruinen, ein Kinderspielplatz mit Sand und Höhen und Tiefen, in der Parkmitte ein Restaurantbau, die Fassaden von Landesfinanzschule, Feuerwehr und Jugendherberge, dann noch ein Denkmal für den Krieg 70/71 und eins für einen mythischen Brunnenbeschmutzer (Bornschisser), der bei seiner Namen gebenden Tätigkeit in Sandstein verewigt ist.

Da störte es gar nicht das Bild, als die ca. 50 Teilnehmer der Veranstaltung ihre Verpflegung auf Tischen oder auf Bänken neben der Strecke aufbauten, und als die Helfer ihre Zelt pavillons mit den Zählstationen auf dem gepflasterten Ehrenhof des Renaissanceschlosses errichteten, das passte schon hinein ins nicht vorhandene Parkkonzept.

Einstmals, als der Park noch neuer und stilreiner und noch nicht solchen Läufergestalten zugänglich war, war er einmal idyllischer Ort für bemerkenswerte Flitterwöchner. Im Schloss zu Rotenburg hatte Landgraf Phillip von Hessen 1540 in zweiter Ehe eine junge Frau, Margarete von der Saale, geheiratet, obgleich seine erste Ehe noch bestand. Mit seiner ersten Frau war er nämlich nicht glücklich, denn er spürte keine „Brunstlichkeit zu ir“; dennoch hatten sie viele Kinder miteinander. Bigamie war damals ebenso skandalös wie heute, sogar durch Gesetz bei Todesstrafe verboten. Nun war Landgraf Phillip ein wichtiger Fürst im Bund der protestantischen Fürsten, und im Bewusstsein seines politischen Gewichtes hat er diesen Schritt riskiert. Vorher hatte er noch ein ausschweifendes Leben geführt, was ihm die Syphilis bescherte hatte, von der er aber erstaunlicherweise auch schon zu damaligen Zeit vollständig geheilt werden konnte. In der Hinsicht war er auf seine zweite Ehe vorbereitet. Nun brauchte er noch eine offizielle Billigung. So bat er Luther, diese zweite Ehe ausnahmsweise zu erlauben, was Luther – da ist man wirklich verwundert - dann auch tat unter der Auflage, die Ehe geheim zu halten. Aber irgendwie muss Luther dabei nicht ganz wohl gewesen sein, denn, obgleich eingeladen, war er nicht unter den Hochzeitsgästen. Und mit der Geheimhaltung hat es auch nicht so geklappt. Die ganze damalige Welt hat es schnell erfahren und fand das Verhalten höchst verwerflich, und es hat der Sache der Protestanten sehr geschadet.

Also, das ist geschichtsträchtiger Boden, auf dem die Läufer ihre Runden gezogen haben.

An der Stelle, an der ich mit die Runden zählten, hatten vor zwei Jahren ungezogene Kinder gestanden und die Läufer verspottet. Wenn man selbst mitläuft, spürt man es ja nicht so, aber jetzt kann ich die Motivation der Kinder eher nachvollziehen: Ultramarathonlauf ist nicht gerade eine ästhetische Sportart, mal mehr, mal weniger, je nach Individuum, und je länger der Lauf dauert, umso weniger ansehnlich wird der Laufstil. Laufen fühlt sich besser an, als es aussieht.

Wenn man am Rand sitzt, möchte man so manchem Schleicher zurufen „Mach hinne, Kerle!“ Jedoch die Kinder, die sich in diesem Jahr einfanden, waren aber nicht frech. Sie wollten gern mit helfen. So verteilten sie dann voller Stolz die Marathon- und Schlussfähnchen und waren begeistert, am Abschlussessen und an der Siegerehrung teilnehmen zu dürfen. Sonst war eigentlich nicht viel Publikum da.

Bei der Auswertung der gelaufenen Strecken zeigte sich auch in Rotenburg der Trend, der bei Marathonläufen registriert und häufig - von anderen Leuten als mir - beklagt wird: statistisch gesehen werden die Läufer langsamer.

In dem Zusammenhang dachte ich an einen Artikel in der Zeitung, die ich mir mit nassen Haaren und mit Geld aus der Plastiktüte am Abend im Supermarkt gekauft hatte. Da wurde beklagt, dass die durchschnittliche europäische Frau keine Taille mehr habe. Seit der letzten Konfektionsnormung habe sie um üppige 6 cm zugenommen. Nachgedacht über dieses Phänomen wurde auch hier nicht viel. Ob die Ursache ist, dass die Leute im Schnitt einfach älter sind?

Wie auch immer, in Rotenburg hatten sowohl die langsamen als auch die schnellen Läufer ein ansprechendes Umfeld.

Elisabeth Herms-Lübbe

Die Bigamiegeschichte habe ich aus einem Buch von Sabine Köttelwesch.