

## 27. Florenzmarathon

28.11.2010

Diese 42,195 Kilometer sollten diesmal in jeglicher Hinsicht etwas besonders werden. Schon im Spätsommer entschieden sich meine beiden Laufkollegen und ich für diesen wunderschönen Marathon.

Das Training in den Wochen zuvor war für mich nicht immer einfach, zumal mir die Motivation oft gefehlt hat. Es lag wohl an der sehr langen Laufsaison die ich heuer schon hinter mir hatte. Hab ich doch schon Anfang Februar mit dem Training für den Linzmarathon begonnen. Viele sehr erfolgreiche Wettbewerbe folgten im Laufe des Jahres.

Voller großer Erwartungen traten wir am Freitag vor dem Marathon die Anreise in Richtung Süden an. Das Wetter zeigte sich von seiner schlechtesten Seite, als wir durch teils tiefwinterliche Straßenbedingungen fuhren.

Am Samstag sahen wir dann die wunderschöne Stadt Florenz zum ersten Mal bei Tag. Als wir unsere Startnummern bei der Laufmesse abholten, war schon die super Stimmung dieses großen Laufereignisses zu bemerken. Da es mein 1. Marathon im Ausland war, war ich viel aufgeregter als bei den vielen zuvor.

Den restlichen Tag verbrachten wir bei traumhaftem, spätherbstlichen Wetter in der eindrucksvollen Innenstadt. Zu diesem Zeitpunkt ahnten wir noch nicht im Traum daran, was uns am kommenden Tag erwarten würde.

Den Abend verbrachten wir mit dem üblichen Kohlenhydrat auftanken bei Nudeln, Reis und Bier.

Eine für mich sehr unruhige und schlaflose Nacht, war dann wohl schon der Beginn von dem was noch kommen sollte.

Als wir uns zum Frühstück trafen, bemerkten wir erste Regentropfen. Doch davon ließen wir uns noch nicht einschüchtern. Voll motiviert fuhren wir zum Startbereich. Auf dem Weg dahin wurde der Regen immer stärker. Nachdem wir unsere Kleidersäcke abgegeben hatten schüttete es bereits wie aus Kübeln.

Mit Bussen wurden wir dann zum Start auf den Michelangelo Platz, etwas oberhalb der Stadt gebracht. Wie herrlich das wohl bei Schönwetter hätte sein können.

Da es natürlich nicht so einfach war fast 11.000 Läufer in die Sektoren zu bringen, wurden wir bereits 45 Minuten vor dem Start hinter über 2 Meter hohen Gittern „festgehalten“. Das alles bei heftigem Regen, Wind und Kälte. Einziger Schutz war eine Plastikfolie. So standen dann alle dicht aneinandergedrängt, frierend und durchnässt und warteten auf das Startsignal.

Beim Loslaufen stellte ich fest, dass meine Füße so kalt waren, dass ich sie nicht mal mehr spürte. Es ging erstmal 2 km bergab. Dabei legte ich schon die erste Zwangspause ein, da sich durch die Nässe beide Schuhbänder lösten. Nach einigen Kilometern wurde mir endlich wärmer, der Regen wurde weniger und ich war sehr gut unterwegs.

Beim Halbmarathon kam ich noch mit für mich perfekten 1:25 Stunden durch.

Doch kurz danach bemerkte ich das erste Mal ein eigenartiges Ziehen in beiden Waden. Noch nie hatte ich während eines Laufes Krämpfe bekommen, doch diesmal sollte alles anders sein. Ab 30km waren meine Waden steinhart und schmerzten. Das Laufen fiel mir immer schwerer. Kurze Gehpausen brachten leider nur ebenso kurze Erleichterung.

Die letzten Kilometer waren dann wohl die Schlimmsten, denn es galt über die unzähligen Pflasterstraßen der Innenstadt zu laufen.

Nach fast genau 3 Stunden erreichte ich dann völlig entkräftet das Ziel. Leider konnte ich das nicht genießen, da mir so kalt war.

Die Kleiderrückgabe war weit vom Ziel entfernt und mittlerweile schüttete es wieder voll.

Im Freien und bei eisiger Kälte versuchte ich dann in meine trockenen Kleider zu kommen. Es war mir noch nie in meinem Leben so kalt, während ich auf meine beiden Laufkollegen wartete. Denen ging es leider auch nicht viel besser. Auch sie hatten sehr mit den Bedingungen zu kämpfen.

Endlich zurück im Hotel, gab es eine warme Dusche. Es war einfach herrlich.

Die Heimreise gestaltete sich bei tiefwinterlichem Wetter sehr schwierig. So benötigten wir für die Strecke fast 12 Stunden.

Rückblickend war es für mich eine ganz neue Erfahrung mit derartigen Problemen kämpfen zu müssen. Ich brauchte einige Tage um alles zu verarbeiten. Doch mittlerweile bin ich auch auf diese Leistung sehr stolz und freue mich erstmal auf die Laufpause und dann auf die Laufsaison 2011.

Franz Liendl

Dezember, 2010