

## Arolsen-Marathon 2005

*Bericht von Karl Kögel*

“Vom Winde verweht“ oder “Like ice in the sun“. So könnte man diesen Ausflug zum und auch den Marathon in Bad Arolsen überschreiben. Für die Anreise am Freitag nach Bad Arolsen benötigten wir 7 Stunden für eine Strecke von knapp 300 Km (einschl. 40 Km Stau, sehr viel Schnee und Schneeverwehungen). Doch bei einem guten Abendessen und einer noch besseren Flasche Wein konnten wir das anstehende Wochenende schon mal wieder genießen.

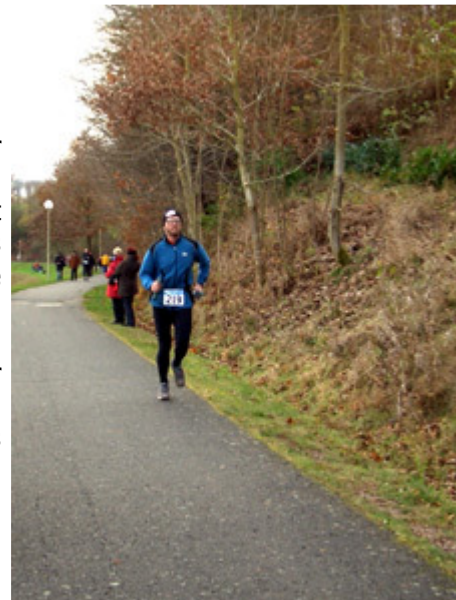


Am Samstag morgen beim Aufstehen sah das Wetter noch nicht so aus, wie es sich später entwickeln sollte (grau in grau, Schneegestöber, eiskalt und orkanartiger Wind). Doch pünktlich zum Start verfliegen die Wolken, die Sonne kam zum Vorschein, dadurch stiegen auch die Temperaturen zumindest in Richtung 0 Grad. Was blieb war der starke Wind. Zum Glück verlief die Strecke grösstenteils in schützendem Wald, wo uns nur die vereisten Wege Probleme bereiten sollten.

Auf Grund einer Änderung der Streckenführung wegen einer Treibjagd, dachten alle das Schlimmste sollte nach km 23 was die Höhenmeter anging erledigt sein, doch weit gefehlt was am Anfang das Auf und Nieder am Körper zehrte war nach Km 25 der Wind. Wir mussten eine Schleife auf offenem Feld laufen. Wind und nochmals Wind und dadurch wirkten auch die Aussentemperaturen deutlich niedriger als im Wald. Doch ab km 30

hatten wir es dann geschafft. Der Weg zeigte deutlich Richtung Ziel, es ging bergab und das im Wald.

Auch wenn bei diesen Witterungsverhältnissen nicht allzu viele Zuschauer auf der Strecke waren, so waren es die Besten. Viele von Ihnen versuchten an unterschiedliche Punkte zu gelangen. Was meine Person angeht, so war es für mich ein Marathon den ich sportlich gesehen optimal absolviert habe. Meine Kleidung war gut gewählt, ich habe zu keiner Zeit des Rennens gefroren. Mein Tempo war so gewählt, das ich die 2. Hälfte schneller gelaufen bin als die 1. Hälfte (1. Hälfte = 02:04h, 2. Hälfte = 02:02h) Nachdem ich geduscht und mich gestärkt hatte, weilten wir noch bei der Siegerehrung, die in einem vorweihnachtlichem familiären Rahmen ablief. Es wird nicht das letzte mal gewesen sein, das ich in Bad Arolsen gelaufen bin.



Bericht: Karl Kögel