

New York City Marathon 2001

Zum zweiten Mal nach 1999 entschied ich mich, am New York Marathon zu starten. Meine Schwester begleitete mich – nicht als Läuferin, sondern als Physiotherapeutin. Daneben meldeten sich noch zwei Kollegen und zwei Paare an, alle als Teilnehmer am Marathon. Nach den tragischen Ereignissen am 11. September meldeten sich die beiden Paare jedoch wieder ab (ob da wohl der weibliche Teil verantwortlich dafür war?). Ich dachte eigentlich nie daran, den Lauf abzusagen. Ich kann nicht jeden Tag mit dem Rad im Verkehr fahren und dann Angst haben, in New York an Anthrax oder einer sonstigen Terroristenattacke zu sterben.

In New York hatten sich einige Dinge verändert. In jedem Geschäft und auch sonst überall hingen Amerikafahnen. Es stand zu lesen „God bless America“ und „United we stand“. Am Abend befanden sich eindeutig weniger Leute auf den Strassen. Es waren Tickets zu fast allen Broadway-Shows erhältlich und die Restaurants waren nur halb voll, so dass es keine mühsamen Warteschlangen gab. Das war als Tourist natürlich ein Vorteil. Erst die grosse Läuferschar brachte wieder mehr Leben in die Metropole. Daneben fiel auf, dass die Polizei überall präsent war und viele Kontrollen durchgeführt wurden.

In der Vorphase des Marathons war das Hauptproblem, geeignete Restaurants zu finden. Es sollten Mahlzeiten mit vor allem Kohlenhydraten sein und mit nicht zu viel gasproduzierenden Substanzen. Ansonsten bereiteten wir uns nicht speziell auf den Marathon vor, d.h. wir besuchten die üblichen Touristenattraktionen und gingen in Broadway Shows (neben zwei lockeren Lauftrainings im Centralpark). Zu erwähnen bleibt noch die Beinmassage, die mir meine Schwester am Samstag verpasste. Nun konnte nichts mehr schief gehen.

Endlich war es soweit. Am Sonntag um 5 Uhr in der Früh wurden wir geweckt. Nach dem Morgenessen trafen wir uns um 5.45 Uhr in der Hotelhalle. Die öffentlichen Busse fuhren bei der Stadtbibliothek. Dort wurden wir schon lauthals von Organisationsmitgliedern empfangen („hi, how are you?“, „good luck“, „nice day for the race“,...). Wir waren früh dran und mussten deshalb nicht lange anstehen. Nach uns wurde die Kolonne länger und länger. In den Bus konnte nur einsteigen, wer einen Chip am Laufschuh befestigt hatte.

Wir kamen schon vor 7 Uhr im Startgelände an. Die Taschen wurden am Eingang durchsucht. In diesem Jahr waren nur die von UPS abgegebenen durchsichtigen Taschen erlaubt. Wir suchten uns einen möglichst bequemen Platz, wo wir die vier Stunden bis zum Start verbringen konnten. Zum Glück war es nicht so kalt und wolkenlos. Die Zeit ging jedoch nur schleppend voran. Ich nahm noch ein paar Bananen, Sportriegel und viel Flüssigkeit zu mir. Als Abwechslung besuchte ich die längste Pissrinne der Welt. Ich stellte mich jeweils beim Abfluss ganz unten hin, weil da der gelbe Strom am grössten war und erst noch schäumte, bevor er in einem Wasserfall im Boden verschwand (ihr seht, ich musste die Zeit wirklich totschiessen). Das andere Geschäft, das wesentlich unangenehmer ist, obwohl es einem wesentlich erleichtert (und erst noch leichter macht), beanspruchte wesentlich mehr Zeit, da sehr viele Leute die gleiche Idee hatten. Deshalb gab ich vorher meine Utensilien beim UPS Transporter mit dem Buchstaben „A“ ab. Die 30'000 Taschen wurden während dem Lauf ins Ziel transportiert. Jetzt trug ich über der Wettkampfbekleidung nur noch einen Pullover, der für die Obdachlosen von New York bestimmt war.

Ungefähr eine Stunde vor dem Start begab ich mich in meinen Startsektor. Es gab drei Startfelder à 10'000 Läufer mit je 10 Startsektoren à 1'000 Teilnehmer. Aufgrund meines Resultats von New York 1999 durfte ich im blauen Sektor im vordersten

Sektor einsteigen. Dort stand ich plötzlich neben Peter Camenzind. Wir schwatzten noch bis wir zum Start vorgezogen wurden. Er meinte, früher hörte man überall Schweizerdeutsch im ersten Startsektor. Heutzutage starteten nicht mehr viele Schweizer, die fähig waren, unter drei Stunden zu laufen. Dann wurden wir auseinander gerissen und mussten noch 40 Minuten auf den Start warten. Das war der mühsamste Teil, weil alle von hinten nach vorne drängten und ich immer wieder angerempelt wurde.

Vor dem Start kriegte ich noch das Ohrensausen wegen einer Rede von Rudolf Giuliani und der Nationalhymne, die irgend ein Heini vorsang. Doch um 10.50 Uhr war es endlich soweit, es fiel der Startschuss, bei optimalen Bedingungen: schönes Wetter und 15 Grad. Die erste Meile war etwas mühsam zu laufen, denn irgendwie schafften es ein paar Schneckenläufer, sich ganz vorne am Start aufzustellen. Diese mussten alle im Slalomlauf überholt werden. Von da an war aber die Bahn frei für ein „unbeschwertes“ laufen. Wie immer ging es durch alle fünf Stadtteile von New York: Staten Island, Brooklyn, Queens, Bronx und Manhattan. Die erste Hälfte ging recht locker über die Bühne. Ich war 90 Sekunden vor meinem Fahrplan von 6 Minuten pro Meile (1:17:45 beim Halbmarathon Punkt). Diese Hälfte ist von der Strecke her etwas schneller als die zweite.

Es hatte wieder eine Unmenge von Zuschauern, die uns mit Klatschen und lauten Zurufen tatkräftig unterstützten. Das eindrucklichste ist jeweils, wenn man von der Queensborough Brücke nach Manhattan läuft. Auf den Brücken befinden sich jeweils keine Zuschauer. Schon von weitem hört man das laute Johlen der Zuschauer. Nach der Brücke empfängt einem eine riesige Masse, dass es mir kalt den Rücken hinunter lief. Der erste Teil durch Manhattan verlief noch ohne Probleme. Doch wurde ich schon etwas langsamer. In der Bronx spürte ich die Anstrengungen der letzten zwei Stunden noch mehr. Zurück in Manhattan stellte es mich ein wenig auf, und ich musste mich durch den Central Park so richtig ins Ziel kämpfen.

Deshalb erreichte ich die angestrebten 2:40 nicht ganz und musste mich mit 2:42:56 zufrieden geben. Doch die Freude überwog ganz klar. Stolz war ich dann vor allem über meinen Rang: 179. von 23631 Läuferinnen und Läufern. Damit war ich zweitbesten Schweizer, hinter Peter Camenzind mit 2:35:43. Er wurde zweiter in der Kategorie Männer 50-60.

Am Nachmittag wurden meine Beine noch einmal von meiner Schwester massiert. Am nächsten Morgen machten wir alle noch ein leichtes Auslaufen. Dank diesen zwei Massnahmen war der starke Muskelkater nach drei Tagen schon fast wieder weg. Wir flogen erst am Mittwoch zurück und konnten die verbleibenden Zeit noch sehr geniessen. In Gedanken war ich oft schon beim nächsten Marathon, den ich im Frühjahr bestreiten werden. Dann sollten die 2:40 endlich fallen!

Wen es noch interessiert, hier der Internet Link auf die Resultate des Marathons:
<http://www.nyrrc.org/race/2001/ma1ropt.htm>.