

# „Die Erde hat mich wieder ausgespuckt“

Persönlicher Erlebnisbericht vom 7. Kristallmarathon in 500 m Tiefe

Seit meinem ersten Untertagemarathon, in einem Bergwerk in Sondershausen, im Jahre 2005, hörte ich erstmals wieder Stimmen aus der Tiefe. Diese Stimmen führten mich dazu, am 16.02.13, beim 7. Kristallmarathon, im Bergwerk in Merkers/Wartburgkreis zu starten. Dabei handelt es sich um das ehemals größte Kalibergwerk der Welt, in dem bereits 1925 Salz abgebaut wurde. Das Bergwerk Merkers hat ein unterirdisches Streckennetz von rund 4600 Kilometer, mit der tiefsten Stelle auf 800 Meter, an der man im Jahre 1980 eine wunderschöne Kristallgrotte fand. Seit 1991 dient das Bergwerk auch als Erlebnisbergwerk. Nach einer Anreise von 2 Stunden und einem ersten imposanten Blick auf den Förderturm



des Bergwerkes, nahm ich die Startunterlagen in Empfang. Der nächste Weg führte mich zum Förderschacht. Dort ging es mit einem Förderkorb 500 Meter in Tiefe zur Laufstrecke bzw. dem Start-/Zielbereich, der sich in einem Großbunker von ca. 250 m Länge, 22 m Breite und 17 Meter Höhe befindet. Dort steht auch der größte, untertägige Schaufelradbagger der Welt.

Gemeinsam mit meiner Frau Monika, die mir heute als Betreuer zur Seite stand, hatten wir bis zum Start noch ca. 2 Stunden Zeit, die wir nutzen, weitere Eindrücke zu gewinnen.

Um 11.00 Uhr war Start des Marathons, der mir einiges abverlangen sollte. Erstmals ging ich für das Team Triathlon Dreikirchen an den Start. Bei extrem trockener Luft und 21 Grad, lagen 13 Runden, mit insgesamt 700 Höhenmetern vor mir. Zudem bestand Helm- und Stirnlampenpflicht.

Trotz der schlechten Trainingsbedingungen der letzten Wochen, hatte ich das Gefühl gut vorbereitet zu sein und freute mich auf diesen Lauf. Das lag sicherlich daran, dass ich ohne Vorgaben und dieses Jahr erstmals als M45-ziger an den Start ging. Nachdem der Startschuss fiel, wurde vorne direkt ein sehr hohes Tempo angeschlagen, ohne zu wissen, ob es sich dabei um Läufer des Marathons oder des Halbmarathons handelt, denn beide Läufe starteten zeitgleich. Da ich nicht zu schnell angehen und von Anfang an mein Tempo laufen wollte, ließ ich die ersten Läufer ziehen und reihte mich an siebter Stelle des Feldes ein. Die Tatsache, dass die einzelnen Kilometer auf der Strecke nicht angezeigt wurden, ich die Strecke und vor allem aber die Anstiege nicht kannte, wusste ich immer erst am Ende der 3,25 kilometerlangen Runde, wie schnell ich unterwegs war. Da ich nach 10 km bemerkte, dass ich dieses hohe Tempo nicht bis zum Schluss durchhalten würde, nahm ich etwas Geschwindigkeit heraus, um insbesondere am Ende besser durch zu kommen. Beim Durchlaufen der teils spärlich beleuchteten „Röhren“ und dem Wissen, in einem tiefen Loch, weit unter der Erde zu sein, lies meinen Gedanken immer wieder freien Lauf. Vor allem die Frage: „Was wäre wenn.....“, hatte seinen Reiz und lenkte mich etwas von den Strapazen des Rennens ab. Nichts desto trotz kam ich die Anstiege sehr gut hinauf und auch bergab konnte ich gut laufen lassen. So arbeitete ich mich bis auf 5. Platz vor, ohne während des gesamten Rennens meine Platzierung zu kennen.



Allerdings konnte ich ab der 9. Runde dem Druck und den Schlägen auf die Hüfte und den Oberschenkeln, verursacht durch das ständige und steile Bergablaufen, nicht mehr ganz standhalten. Konnte ich vorher bergab noch Gas geben, war es nun eher ein kontrolliertes Hinunterlaufen. Gleichzeitig spürte ich, an den knackigen Anstiegen erste Zipper an der linken Wade, die immer häufiger wurden und die mich ziemlich besorgten. Das ärgerte mich, denn auf der einen Seite hatte ich noch genügend Luft, um etwas schneller zu laufen, auf der

anderen Seite wusste ich auch, dass wenn ich zu viel riskiere, ich das Rennen vielleicht nicht beenden würde. Also lief ich die letzten Runden etwas verhalten, ohne dabei zu viel Zeit zu verlieren, was mir letztendlich ganz gut gelang. Das ich bis zum Schluss durchhielt, ist sicherlich auch meiner Frau zu verdanken, die mich zwischendurch mit meiner Eigenverpflegung sehr gut versorgte und mich durch Zurufe immer wieder motivierte. Danke dafür. Als ich dann zur letzten Runde aufbrach und anhand der Zeit hochrechnen konnte, dass ich unter 3-Stunden bleiben würde, war es wieder da, das tolle Gefühl, das man in diesen Situationen, durch diesen Sport erfährt und für das es sich immer wieder lohnt zu kämpfen. Als ich ins Ziel einlief, war natürlich meine erste Frage, welche Platzierung habe ich erreicht?

**Mit einer Zeit von 2:59:43 Std. erreichte ich den 4. Platz in der Gesamtwertung und mit großem Abstand den 1. Platz in meiner Altersklasse. Mit diesem Ergebnis war ich sehr zufrieden und letztendlich froh, dass mein Körper mich nicht im Stich gelassen hatte.**

Nach der Siegerehrung nahmen wir noch an einer einstündigen Führung teil, bei der es mit Fahrzeugen hinab zur Kristallgrotte ging und wo uns ein herrlicher Anblick beschert wurde. Anschließend fuhren wir zum Förderkorb, der uns wieder ans Tageslicht bringen sollte. Bei einem Ausfall des Förderkorbes hätte ich den Aufstieg per Treppe wohl nicht mehr geschafft und hätte die Nacht wohl in der Tiefe verbringen müssen, denn dafür schmerzten die Knochen und Muskeln doch zu sehr. Da der Förderkorb aber funktionierte, hatte mich die Erde dann auch wieder ausgespuckt.

