



**Gute Zeiten – Schlechte Zeiten
oder**

**‘Was eine Startnummer auf der Brust bewirkt !’
Erlebnisbericht des 22. Mitternachtslauf in Kröv
am Pfingstsamstag, dem 03. Juni 2006**

Der seit 1985 stattfindende Mitternachtslauf in Kröv, den einige unserer Sportler bereits aus dem Vorjahr kannten, wird jedes Jahr, immer am Pfingstsamstag veranstaltet. Bei einem der größten Sportveranstaltungen der Region, steht jedoch nicht nur der sportliche Wettbewerb im Vordergrund, sondern das gemeinsame Hobby und die Geselligkeit stehen hier im Mittelpunkt. Der Lauf durch die festlich beleuchteten Straßen des Moselortes, angefeuert von vielzähligen Zuschauern am Straßenrand umrahmt von einem tollen Schauprogramm in den Gassen, macht die einmalige Atmosphäre aus. Höhepunkt ist dann das mitternächtliche Feuerwerk, dass die letzten Läufer ins Ziel begleitet. Und sind alle Läufer eingetroffen wird bis in die Morgenstunden in der Weinbrunnenhalle weitergefeiert.

Am Samstagmorgen war es schließlich wieder soweit. Mit einer großen Gruppe von 18 Zonser Leichtathleten starteten wir am Morgen um 10:30 Uhr Richtung Kröv / Mosel. Der Himmel zeigte sich zwar bedeckt, doch ließen die Wetteraussichten auf ein trockenes Wochenende hoffen.

Klaus-Peter nutzte die kleine Läuferfahrt zur Einweihung des neuen SG Zons-Anhängers zum Transport unseres Equipment. Nachdem Wohnmobile, Zelt, Tische und Stühle aufgebaut waren, wurde sich bei mitgebrachtem Kaffee und Kuchen schon mal mental auf den bevorstehenden Nachtlauf vorbereitet.



Ich hatte allerdings den Eindruck, dass sich die meisten von uns auf den anschließenden, geselligen Teil der Veranstaltung vorbereiten. Nachdem Dagmar, die an diesem Tag ihren Geburtstag feierte, Arno, Martina und Jörg eintrafen, wurden alkoholhaltige ‘Dopingmittel’ bereitgehalten. 5 Liter Lagerbier, 1396.



Und ab da stand auch fest, der Kröver Nachtlauf ist immer wieder ein tolles Erlebnis, hier mitzulaufen und zu feiern macht richtig Spaß und eine Woche vor der Vereinsmeisterschaft, sind wir sowieso nur 'Just-For-Fun' hier. Also bereiteten wir Hilde, die als einzige bei den Walkern gemeldet war, optimal auf ihren Lauf vor.

Die Vorbereitung umfasste natürlich die Physiotherapie unserer Frauengruppe, bis zur kollektiven Startplatzeinnahme mit Likörprobe.



Während unter den kritischen Augen von Peter, der Begleitertross nochmals die Strecke analysierte, wurde von Jörg und Arno die Nachlieferung und die ideale Versorgung von kühlen Getränken sichergestellt.



Bestens vorbereitet und eingestellt auf ihren Lauf, startete Hilde um Punkt 19:00 Uhr und nahm auf der 3.800 m langen Strecke ihrer Konkurrenz souverän und lachend wertvolle Sekunden ab, bevor sie unter der Laola-Welle ihrer Crew nach 30:03 min. das Ziel erreichte.

Hilde wurde mit dieser Zeit, von 52 Startern, siebzehnte bei den Frauen und 29. im Gesamtstarterfeld. Dadurch verbesserte sie ihre Vorjahresleistung um 43 sec. Diese Leistung ist der guten Betreuung



durch das gesamte Team aber in erster Linie sicherlich Martinas taktischer Entscheidung, Hilde als 'Hase' begleiten zu verdanken. Martina hat wie im Vorjahr, ihr großes Herz für Walker bewiesen und opferte sogar ihren 9.400 m-Lauf.

Nach dem Walkingwettbewerb zogen wir uns gemeinsam wieder in unserer Basislager, rund um Peter und Cordulas Wohnmobil zurück. Dort fanden wir während des ganzen Wochenendes einen perfekten Chartering-Service vor. Es wurden frisch aufgebrühter Kaffee zubereitet, die Getränke wurden gekühlt, ein Regenschutz wurde aufgebaut, Lebensmittel verwahrt und eine Möglichkeit zum Auflegen



eines frischen Make-Up's nach zerknautschter Zeltnacht wurden geboten. Wir waren uns alle einig, wenn mal ein Wohnmobil angeschafft wird, dann nur das Model 'Sun-Travaller' Typ 'CORDULA'. Alles andere, wäre nur besseres zelten.



Nachdem zwischenzeitlich die Inline-Skater, ohne SG Zons Beteiligte, ihren Lauf absolvierten, war es an der Zeit sich für den Lauf der 'Junggebliebenen' fertigzumachen. Da Petra die Nervosität und Anspannung der erfahrenen Läufer nicht nachvollziehen konnte, nahm sie Hildes Vorbereitungsstrategie auf und probierte zur Stimulation ebenfalls Likör.

Alle anderen zogen es vor, sich warmzulaufen und übten alte Startrituale aus, wie z.B. tiefstapeln. Denn schon kurz nach dem Start ist das eingetreten, wovon ich bisher nur gehört hatte und ich wusste warum sich Klaus-Peter an dem '1396' so zurück gehalten hatte. Wenn so manche Läufer die Startnummer auf der Brust haben, dann werden im Gehirn, ähnlich wie bei Motorradrennfahrern, nur noch die für die jeweilige Situation benötigten, lebenswichtigen Funktionen aufrecht erhalten. Es gibt keinen Trainer, Schüler oder Vereinskamerad mehr. Es gibt nur noch sich selbst. Renn, so schnell es geht.



Ich hab die Situation allerdings direkt nach dem Start erkannt und ganz bewusst Tempo rausgenommen und die Superstimmung des Mitternachtslauf auf mich einwirken lassen. Du stehst am Start, eine Hand an der Stopuhr und du schüttelst unruhig die Beine aus, bis dann von zehn langsam rückwärts runter gezählt wird. Zack, dann erfolgt der Start, du rennst

das Kopfsteinpflaster der Altstadt hinunter. Läufst durch die hellausgeleuchtete Straße, hörst die Musik, die überall in der Altstadt laut aus den Lautsprechern dröhnt. Du nimmst die Anfeuerungsrufe der tausend Zuschauer hinter den Absperrungen wahr und läufst, wie in einem Rausch. Unten angekommen geht es rechts herum auf die Bundesstraße B53 Richtung Weinbrunnenhalle. Untenherum, vorbei an den vielen Zuschauern, die im Scheinwerferlicht alle Läufer lautstark anfeuern. Danach wieder ein Stück über die B53, bis es rechts hoch, durch das Wohngebiet geht. Erste knackige Steigung. Da denkst du in der ersten Runde „Uff !!“, in der zweiten „Ach du Sch...“ und in der dritten „Los, letzte Mal. Quäl dich Du Sau !“. Darauf folgt ein kurzes flaches Stück, bevor die zweite Steigung von ca. 300m folgt. Oben geht's dann rechts herum, an der Gruppe vorbei, die während der ganzen Veranstaltung jeden Läufer pausenlos anfeuert. Überall stehen die Anwohner und motivieren die Sportler. Teils mit riesigen Lautsprecheranlagen oder locker vom Bierausschank. Die Straßen sind links und recht mit roten Kerzenlichtern gesäumt und du verfolgst die weiß aufgemalten Füße auf dem Boden, liest die mutmachenden Sprüche auf dem Asphalt und nimmst sogar den Abzweig zu Oma Gies wahr. Dann kommt das schönste Stück des Laufs. Du läufst auf die Altstadt zu, leichtes Gefälle. Du siehst die Lichtkorona über dem Startbereich und hörst aus der Ferne Peter Schilling mit „Völlig losgelöst.“. Du füllst deine Extremitäten nicht mehr. Du bist in Trance. Eine unsichtbare Kraft zieht dich auf die blendenden Scheinwerfer zu und du kannst es nicht erwarten, wieder durch die begeisterte Menschenmasse hinunter zu laufen. Kinder klatschen vom Rand einzelne Läufer ab. Wildfremde Menschen liegen sich jubelnd in den Armen. Du bist wie in Hypnose. Das Ganze darfst du dann, inklusive Start viermal erleben. Einfach nur, geil.



Benno und Silke waren nach dem Lauf noch immer sichtlich froh, ihr am Morgen entstandenes `Auto-Pack-Koordinations-Problem´ dank Petras Hilfe gelöst zu haben. Durch Petras Komplettzelt, Innen- und Außenzelt, konnten die beiden sich auf ein ädequates Nachtquartier freuen.

Unsere Laufwartin Michaela konnte sich nach ihrem Kooperationslauf mit Silke über eine Verbesserung ihrer letztjährigen Leistung freuen.



Ebenfalls eine beachtliche Verbesserung ist Reiner gelungen. Mein 'Kölsch-Wettgegner' schaffte eine um 5 min. bessere Zeit als 2006. Ja, ich habe mich nicht verschrieben. Noch mal in Worten „Fünf Minuten“, das sind über den Daumen fast 300 Sekunden. Er ist aber auch ein erfahrener Stratege, wenn es um Starrituale geht. Ich glaube für meine 10 Liter Altbier muss ich noch einiges tun.



Mit warmen Tee und voller Stolz nahm Maurice seine Mutter nach dem Zieleinlauf in Empfang, die ihre eigene Vorgabe, nur nicht Letzter, deutlich übertraf.

Rene konnte sich in diesem Jahr leider noch nicht für einen der angebotenen Läufe entscheiden. Er interessierte sich mehr für die in der Region angebotenen kulinarischen Leckereien und fand „Da esse ich lieber einen Döner“.



Erstaunlich war für uns nach dem Lauf, mit welcher Raffinesse es dem Veranstalter gelungen ist, den vielen durchgeschwitzten Sportlerkörpern eine Duschmodöglichkeit bereitzustellen, ohne lange Wartezeiten durch Dauerduscher unter heißen Duschen zu verursachen. Er stellte das warme Wasser kurzerhand einfach ab. Total clever !!!

Als sich alle nach dem Lauf frisch gemacht und sich an versalzene Fritten, Pizza, Pasta oder Bratwurst gestärkt hatten, ging es über zu dem gemütlichen Teil in der Weinbrunnenhalle. Dort wurde im Rahmenprogramm, nachdem der letzte Läufer ins Ziel kam, ein Feuerwerk der Spitzenklasse abgefackelt und auf der Showbühne wurden Darbietungen des ansässigen Turnvereins, Bauchtanz und Jonglage mit Feuershow gezeigt.



Zu später Stunde wurden dann noch vereinsintern die drei Erstplatzierten in der Paradedisziplin 'Geselligkeit' ermittelt. Das waren diejenigen, die es von den SG Sportlern am längsten aushielten. Und das waren um 03:15 Uhr, Cordula, Petra und der Pressewart.

Herzlichen Glückwunsch !!

Die dann anstehende Nacht entpuppte sich als eine der kürzesten und lautesten Nächte. Junge, betrunkene, vorpubertierende Sportler anderer Vereine waren der Meinung, mit ihren Diskussionen den gesamten Zeltplatz in der Zeit von 04:30 Uhr bis 05:30 Uhr zu unterhalten. Um 06:45 Uhr donnerte ein Rettungshubschrauber des ADAC so dicht über unseren Platz, dass wir senkrecht im Schlafsack standen und annahmen, die GSG9 übt mit der Bundeswehr einen WM-Terroreinsatz und stürmt gleich das ganze Gelände.

Da die Nacht zu diesem Zeitpunkt eh gelaufen war, wurde sich mit fließend Fasswasser gewaschen. Wegen der verwüsteten Toilettenanlagen unter der Weinbrunnenhalle im letztem Jahr, hat der Gemeinderat die Toiletten in der Nacht verriegelt und so dem Vandalismus vorgebeugt. Dadurch pullerten die Jungs in die Mosel und die Mädchen sorgten für einen höheren Abwasserverbrauch in unserem Frühstücksrestaurant.



Der sonnige Pfingstsonntag wurde dann zum `auswandern` in den angrenzenden Weinbergen genutzt.

Andere zogen es vor, ihre müden Muskeln bei einer Partie Hochleistungsschach zu regenerieren.



Als der Abstieg zurück ins Tal in Hillclimbing-Manier gemeistert wurde, musste festgestellt werden, dass die starke Sonne selbst das dichteste Haupthaar durchdrang und einen Sonnenbrand verursachte.



Gegen Nachmittag wurden schon einmal, von Elke und Martina, die Schlafpositionen für den Nachtlauf im nächsten Jahr getestet. Schlaf ich lieber auf einer Decke oder ist die Isomatte bequemer ?



Die `Kleine Läuferfahrt 2006´endete mit einem Besuch in dem romantischen Kloster Machern und alle waren sich einig, zu dem 23. Nachtlauf in Kröv, im nächsten Jahr, sind wir wieder dabei.



Tschüß, bis 2007

Michaela ?

Ich melde mich hiermit heute schon an.

Ergebnisse

Nordic-Walking – 3.800 m ; (52 Gesamtstarter)

Düring, Hilde	Start-Nr. 4086	30:03 Min.	29. Gesamt	17. Frauen
---------------	----------------	------------	------------	------------

Lauf der Junggebliebenen – 9.400 m ; (473 Gesamtstarter)

Hofstadt, Klaus-Peter	Start-Nr. 762	40:55 Min.	99. Gesamt	32. M45
Ciaglia, Benno	Start-Nr. 763	40:57 Min.	100. Gesamt	33. M45
Balmer, Jörg	Start-Nr. 1103	42:49 Min.	147. Gesamt	45. M45
Düring, Jürgen	Start-Nr. 760	44:16 Min.	178. Gesamt	49. M40
Kirchner, Michaela	Start-Nr. 765	45:08 Min.	194. Gesamt	12. W40
Ciaglia, Silke	Start-Nr. 764	45:08 Min.	195. Gesamt	13. W40
Goldbach, Reiner	Start-Nr. 761	45:43 Min.	210. Gesamt	43. M50
Totzke, Dagmar	Start-Nr. 1102	51:48 Min.	343. Gesamt	32. W40
Hofstadt, Elke	Start-Nr. 1100	54:12 Min.	393. Gesamt	44. W40
Röhrig, Cordula	Start-Nr. 766	54:12 Min.	394. Gesamt	45. W40
Hermes, Petra	Start-Nr. 1104	61:26 Min.	461. Gesamt	60. W40