

Ausflug zum Nürburgring oder kann eine Frau ein Strongman sein??

Am Samstag, den 05.05.2012 machte ich mich frühmorgens auf Richtung Eifel mit dem Ziel Nürburgring, wo der 6. Strongman-Run stattfinden sollte.

Ich muss ja gestehen, ich hab das Vorhaben still und heimlich und sehr kurzfristig geplant, kein Mensch wusste darüber Bescheid...., sorry Leute, aber das war einfach meine ganz persönliche Herausforderung, die ich für mich erstmal bestehen wollte!!!

Da der Lauf ja bereits seit November ausgebucht war, hatte ich in einer Startplatzbörse vor ca. 4 Wochen noch einen Startplatz ergattern können und habe beschlossen, den Lauf zu machen. Ich war natürlich schon unsicher, ob und wie ich das bewältigen kann, aber ich wollte es einfach für mich herausfinden. Außerdem war ich ja guter Dinge, dass zu dem Termin im Mai auch angenehme Temperaturen sein würden. Mit so einem Schmuddelwetter hätte ich ja im Traum nicht gerechnet. Aber gut, das Wetter ist ja für jeden gleich....! So bin ich dann also am Samstagmorgen bei Regen und 8 Grad recht guter Dinge Richtung Eifel aufgebrochen. Dort angekommen war es sehr neblig und geregnet hat es eigentlich auch fast die ganze Zeit, aber nass sollte ja nicht so das Problem sein, das würde man ja auch ohne Regen werden.

Pünktlich kurz vor dem Start um 12:00 habe ich mich dann in den Startbereich gedrängelt (wollte ja weit vorne starten), damit ich gut dabei bin. Dann allerdings kam die Durchsage, dass der Start um eine halbe Stunde verschoben wird. So stand ich dann also dicht gedrängt an gefühlten 1000 Strongmännern, so dass eigentlich nichts und niemand mehr hätte umfallen können.



Der Start ist da schon so eine Sache für sich, alle standen super eng zusammen gepfercht. Ja, und so kam es dann, dass meine Strongman-Karriere beinahe schon vor dem Start wieder zu Ende war, mir wurde nämlich schlecht!!

Ich hab total Kreislaufprobleme bekommen und wäre umgekippt (wenn ich das geschafft hätte)....., bin dann aber erstmal aus dem Startbereich wieder raus und habe mich eigentlich nicht wirklich gut gefühlt. Eine Frau aus der Zuschauermenge hatte mir netterweise eine Flasche Wasser gegeben, die frische Luft tat ihr übriges, so dass es mir langsam wieder besser ging. Ich wollte dann wieder zurück zum Startbereich, weil ich unbedingt starten wollte. War aber natürlich sehr hin- und hergerissen und wollte gerade vernünftigerweise auf den Start verzichten, aber genau in dem Moment fiel der Startschuss, alle rannten los, die Begrenzungsgitter gingen auf, tja, und dann bin ich einfach mitgerannt, hab gar nicht mehr weiter darüber nachgedacht....., bin einfach der Masse hinterher gelaufen! Also doch Strongman.....

Der Anfang der Strecke ist ganz entspannt, immer leicht bergab auf Asphalt, alles ganz easy, dann mal ein Stück über das Kiesbett, aber am Anfang läuft ja gut..., na ja, und dann kam auch schon der erste Stau....., es ging eine Treppe einer Zuschauertribüne rauf, und so konnte man nach ca. 1,5 km schon mal ein erstes Püschchen machen, super Lauf kann ich da nur sagen.....

Aber dann, als man oben ankam, ging es weiter bergauf, und das war dann schon mal die erste kleine Herausforderung, die ganze Strecke war total verschlammt und super rutschig, das ging dann hoch und runter, dann mal Linkskurve, dann wieder Rechtskurve, super rutschig und die Leute fielen auch reihenweise in den Matsch, dazwischen waren dann noch kleine Matschseen eingebaut, war alles schon ganz spaßig - zumindest hat man das da noch als lustig empfunden.

Dann kam auch schon das erste Hindernis, Strohballen mussten erklettert werden und danach musste man in ein Wasserbecken springen, dann wieder Strohballen - Wasserbecken - usw. und nach dem letzten Wasserbecken wartete noch ein matschiger Hügel auf einen, der ebenfalls anhand von herunterhängenden Seilen erklommen werden musste....., Crosslauf-Feeling kann ich da nur sagen.

Oben angekommen ging es dann weiter bergauf - und man wird es kaum glauben, es war wieder nur ein Matschweg. Das zog sich dann eine ganze Strecke so hin, immer berghoch oder bergrunter, immer nur matschiger Boden, saurutschig und extrem anstrengend. Dazwischen kamen dann noch zwei Hindernisse, die nicht wirklich spektakulär waren, die hat man dann eben so "mitgenommen".

Aber dann kam irgendwann Hindernis Nr. 4 und das hatte es (nach einer Wartezeit von ca. 10 Min.) in sich: auf einer Länge von ca. 30m musste man unter einem Gitter durch supertiefen Matsch kriechen!! Der war total nass, tief und extrem schwer, ich hatte das Gefühl, durch Moor zu kriechen und wäre gefühlt beinahe eingesunken. Und da man nur sehr langsam vorwärts kam, weil neben und vor mir auch Krabbler waren, war es sehr mühsam und irgendwann hab ich beinahe Panik bekommen, weil einem die Strecke so unendlich lange vorkommt und vor allem, weil man sich ja nicht aufrichten konnte. Jo, und als man es dann geschafft hatte, war man über und über voll mit Matsch, alles, Hände, Kleidung, Schuhe, einfach alles....., aber es geht ja allen so....!

Und, weiter ging's, steil bergauf in den nächsten matschigen Abschnitt, dann wieder runter und irgendwie hat man sich dann nur noch nach Wasser gesehnt. Das kam dann auch irgendwann in Form einer Wasserrutsche, richtig geil, unten angekommen landete man in einem niedrigen Becken, in dem natürlich auch nur noch schlammiges Wasser drin war, aber egal, Hauptsache, man konnte mal wieder etwas die Hände sauber kriegen.



Aber leider wartete direkt danach schon wieder der nächste Berg, und ja, auch da musste man sich wieder durch den Dreck kämpfen, bin teilweise auf allen vieren irgendwie hochgeklettert (meine Hände sehen auch dementsprechend aus).



Verrückt war aber schon, dass man das während des Laufs gar nicht gemerkt hat, da waren Steine und jede Menge Dinge in den Schuhen, die normalerweise nicht drin sind, ich hab jede Menge Schürfwunden und blutige Stellen an den Knien, aber gemerkt hab ich das alles nicht!!

Ja, und dann kam mein "Lieblingshindernis", das Wasserbecken, 40m lang und 2m tief, da musste man wirklich durchschwimmen!! Vor diesem Hindernis hatte ich im Vorfeld auch am meisten Schiss, bin dann aber mutig ins kalte Wasser rein und hab angefangen zu schwimmen, aber mit Schuhen und so schwimmen ist ja eine ganz besondere Herausforderung. Also was soll ich sagen, ich hab dann wieder mal Panik gekriegt, weil ich nicht stehen konnte und hab mich dann schnell "retten" lassen - hab also das Becken vorzeitig verlassen und durfte dann auch ohne zu schwimmen weiter, ich kleines Weichei, die anderen sind alle schön durchgeschwommen, und ich hab's nicht geschafft...-((.

Aber weiter ging's, langsam kam man wieder Richtung Fahrerlager zurück, d.h., die erste Runde ging dann auch so langsam zu Ende. Im Fahrerlager waren dann noch direkt 4 Hindernisse quasi hintereinander aufgebaut, damit die Zuschauer auch was zu sehen hatten, da musste man auf Container klettern, über Netze hangeln, durch Wasser waten, durch Reifenstapel klettern, dann mal wieder auf einen Container klettern und so in der Art.



So, und jetzt interessiert Euch sicherlich, wie es mir zu diesem Zeitpunkt noch ging, oder??

Also, die erste Runde (man wusste da ja noch nicht so genau, was alles auf einen zukommt), ging eigentlich ganz gut, allerdings hatte ich schon den ein oder anderen Moment, an dem ich dachte, komm, steig einfach aus, so ein Blödsinn, und was soll der ganze Sch... überhaupt. Aber genauso ist dann natürlich auch der Ehrgeiz da, die Strecke noch mal zu schaffen, und so bin ich eigentlich auch ohne groß nachzudenken auf die zweite Runde gegangen. Und **jetzt** wusste man ja auch, was einen alles erwartet. Allerdings kam nun der entscheidende Faktor Kraft **und** Wetter dazu!!

Kräftemäßig ging das alles ganz gut, es waren ja auch immer wieder Wartezeiten, d. h. Erholungszeiten da. Das Problem war nur, dass man eben total nass war und bei 8 Grad, Nieselregen und teilweise auch starkem

Nebel bin ich überhaupt nicht mehr warm geworden. Ich hab die ganze Zeit nur gefroren, bin teilweise wirklich den Berg hoch gerannt in der Hoffnung, dabei ein bisschen warm zu werden, aber irgendwie war alles nur nass und kalt. Und das war die eigentliche Herausforderung, das hat extrem an den Kräften und auch an der Moral gezerrt. Ich hab wirklich die ganze Zeit gezittert, gebibbert und mit den Zähnen geklappert, echt unglaublich, das hat nicht mehr aufgehört, eigentlich fast durch die ganze zweite Runde.

Aber man war eben unterwegs und hatte ja auch gar nicht die Chance, umzukehren, also blieb nur der Weg nach vorne!! Und so schleppte ich mich dann von Hindernis zu Hindernis, und hab mich schon danach gesehnt, dass alles irgendwie vorbei ging.

Aber das Schöne war auch, die Leute um einen rum waren alle gut drauf, haben Dich mitgezogen, haben Späßchen gemacht, haben geholfen, wenn man hinfiel, haben motiviert, echt unglaublich!! Das gehört wohl auch zu dem Lauf dazu, so etwas findet man in der Art und Weise bei einem "normalen" Lauf nicht.

Man ist auch nicht wirklich Konkurrent, sondern eher "Mitleidender", und auf die Zeit oder die Platzierung kommt es auch nicht wirklich darauf an. Obwohl - wenn ich ehrlich bin - auf meine Platzierung bei den Frauen bin ich schon stolz, das hätte ich auch nicht gedacht, dass ich da so weit vorne bin. Zeitlich hatte ich vorab mit so 2 1/2 Stunden gerechnet. Und wenn man die Wartezeiten vor den Hindernissen abzieht, kommt das sogar auch hin. Und die Warterei war natürlich schon sehr ätzend und auch ärgerlich, da muss vom Veranstalter sicherlich noch einiges verbessert werden. Aber ich hatte da auch eher noch Glück, war ja wirklich sehr weit vorne dabei, die Wartezeiten waren für die "langsameren" Läufer teilweise noch deutlich länger.

Ja, und dann kam irgendwann das Ziel, aber ich muss schon sagen, ich war doch sehr kaputt, so dass ich den Moment gar nicht richtig genießen konnte - hab ja nach wie vor nur gezittert und gebibbert!!

Bin dann erstmal zum Auto und hab mir die nassen Klamotten ausgezogen und dann - so schmutzig wie ich war - alles, was ich dabei hatte angezogen, und dann ging es mir auch schon wieder besser.

So, und das Ende der Geschichte???? Das Ganze war auf jeden Fall eine ganz große Erfahrung...., und es ist mit nichts, was ich bisher gemacht habe, zu vergleichen. Der Lauf fordert einem wirklich alles ab, kräftemäßig und mental, aber es ist natürlich ein völlig unbeschreibliches Gefühl, wenn man es wirklich geschafft hat.

Und eine Wiederholung?? Na ja, gestern, zitternd und nass auf dem Weg zum Auto, hätte man mir einen Startplatz schenken können und ich hätte ihn nicht genommen...., aber heute, trotz schmerzender Knochen, könnte ich mir schon vorstellen, das noch mal zu machen. Außerdem hab ich ja noch eine Rechnung mit dem Wasserbecken offen – beim zweiten Durchgang hab ich direkt die Pussy Lane genommen!!

Aber ich hab ja jetzt fast ein Jahr Bedenkzeit und dann kann ich mich immer noch spontan entscheiden...:-)).

So, noch ein paar „harte“ Fakten:

12.027 Läufer waren angemeldet, davon 10.551 Männer und 1.476 Frauen. An den Start haben sich 9.962 getraut, davon 8.705 Männer und 1.208 Frauen. Ins Ziel geschafft haben es 9.294 Fisherman's Friend StrongmanRunner, davon 8.263 Männer und 1.031 Frauen.

Meine Nettozeit: 02:55:38, Platz 1059 gesamt, Platz 43 bei den Frauen.

Ach so, viele meiner Mitstreiter haben mir glaubhaft versichert, dass es das härteste Strongman-Rennen ever gewesen wäre...., na denn...☺