



## Wir sind angekommen – 24 Stunden Erlebnis-Spendenlauf

Am Samstag 7 Uhr ging es verabredungsgemäß per Auto auf die Autobahn in Richtung Bremen. Zweieinhalbstunden Autofahrt mit Hoffen und Bangen. Das Wetter zeigte sich von allen Seiten. Kaum war die Sonne zu sehen musste man wenig später den Scheibenwischer auf höchste Stufe stellen. In Delmenhorst angekommen nahm der hellblaue Farbton am bewölkten Himmel immer mehr zu. Trockenen Hauptes konnten wir unser Versorgungszelt aufbauen. Es sollte uns als Unterschlupf für die Nacht bei Erholungspausen dienen sowie unsere Kleidung und sonstige Utensilien vor Wind und Wetter schützen. Nach Inspektion des Verpflegungsstandes und der sanitären Einrichtung gingen wir die Laufstrecke ab. Der Rundkurs von 1,3 km Länge führte überwiegend durch ein schönes flaches Parkgelände. Die Wege waren erfreulicherweise in einem sehr viel besseren Zustand als im Vorjahr. Die großen Schlaglöcher waren eingeebnet. Auch die vielen losen großen und kleinen Stottersteine, die mir noch schmerzhaft in Erinnerung waren, konnten uns nun nichts mehr anhaben.

Kurz vor 12 Uhr versammelten sich alle Läufer im Startbereich und der Countdown lief. Dank des neuen Hauptsponsors, der SWD Stadtwerke Delmenhorst, war eine sehr schöne Änderung in der Laufstrecke realisiert worden. Die letzten 300 Meter des Rundkurses gingen als Schleife durch die ‚Zeltstadt‘. Zuschauer, Betreuer, Angehörige und pausierende Staffelläufer hatten so die Möglichkeit uns Läufer anzufeuern, zu applaudieren



und zu motivieren, was sich gerade bei fortgeschrittener Laufdauer als sehr hilfreich erweisen sollte.

Punkt 12 Uhr Mittag ging es dann los. Zu Beginn haben Martina und ich die ersten Runden gemeinsam gedreht. Ich war sehr froh darüber, dass Martina trotz einer kürzlich erlittenen Verstauchung am Fußgelenk für Angelika eingesprungen ist. Dennoch war mir das Anfangstempo von Martina etwas zu schnell. Jeder für sich spulten wir nun Runde um Runde ab. Einige wieder gemeinsam. Tauschten dabei die jeweiligen Hochs und Tiefs in unserer Motivation aus und informierten uns über drohende oder eingetretene Defekte unseres Laufapparates. Mitternacht kam schnell und damit auch die Erkenntnis, dass wir bereits die Hälfte der Zeit hinter uns hatten. In der Nacht und in den Morgen hinein laufen hat schon einen ganz besonderen Reiz. Ab 7 Uhr gab es am Versorgungsstand sogar frische Brötchen mit Wurst, Käse oder Nutella und dazu frischen Kaffee oder Tee. Übrigens, zum Abendessen gab es für die Läufer neben der obligatorischen Pasta auch Milchreis mit frischer Erdbeersoße. Beim Delmenhorster 24-Stundenlauf eine bekannte Delikatesse, die ich im letzten Jahr leider irgendwie versäumt hatte. Während des Laufens geht das Zeitgefühl ein wenig verloren. Manchmal scheint die Zeit stehen zu bleiben um dann wieder rasend schnell zu vergehen. Der Gedanke morgens um halbzehn ‚was, nur noch zweieinhalb Stunden‘ erscheint nach mehr als 21 Stunden auf den Beinen etwas absurd. Und in der letzten halben Stunde geht es sowieso hektisch zu. Jeder der noch mehr oder weniger gut auf den Beinen ist legt jetzt wieder einen Zahn bis das erlösende Hupsignal um Punkt 12 Uhr ertönt, der 24-Stundenlauf beendet ist und Allen alles weh tut.

Mit **101,4 km** erreichte Martina den 2. Platz in der Frauenwertung und den 1. Platz in ihrer Altersklasse W40. Bei den Männern lag ich mit **124,8 km** auf dem 20. Platz in der Gesamtwertung und 4. Platz in meiner Altersklasse M55. **226,2 km** kamen im Spendenlauf zusammen.

Gemeinsam mit Ihrer Spendenzusage haben wir ein Ergebnis von **2.305 EUR** für die Waisenkinder in den TADRA-Kinderdörfern Dawu und Golok erlaufen.

Wir möchten uns ganz herzlich bei Ihnen auch im Namen der vielen tibetischen Kindern bedanken, denen Ihre Spende zugute kommt.

*Bernd Nuß + Martina Hempelmann*

