

Am Ende haben sie 4500 Kilometer in den Beinen

ZU GAST IN KIEL

Mit drei Transeuropa-Läufern sprach Anke Pipke über große Strapazen und kleine Tricks

Kiel – An diesem Tag sind sie nur von Bad Segeberg nach Kiel unterwegs. Zu Fuß. Laufender Weise. Nur eine Tagesetappe von insgesamt 64. Sie, das sind 68 Läufer aus zwölf Nationen, die am 19. April zum Transeuropalauf in Italien gestartet waren. Ihr Ziel ist das Nordkap, dann werden sie 4500 Kilometer in den Beinen haben. Einmal von Süd nach Nord durch Europa.

„Ich laufe zurück in meine Heimat“, sagt Eiof Eivindsen, der Norweger, den sie den „Wiking“ nennen. Der 53-Jährige läuft seit 18 Jahren. „Ich lie-

be diesen Sport. Und bei diesem speziellen Lauf kann ich Dinge sehen, die ich sonst nie von einem Land sehen würde.“ Entspannt und gesund sieht er aus, dabei hat er doch gerade rund 60 Kilometer in den Beinen. Auch die anderen wirken nicht erschöpft. „Ich bin auf solche Mehrtagesläufe spezialisiert“, sagt Hans-Jürgen Schlotter aus Horb im Mittelschwarzwald. „Mich reizt es, in unserer hoch technisierten Zeit die Welt zu Fuß kennen zu lernen und mich lockt immer wieder die Herausforderung an Körper und Geist, so eine Tortur durchzustehen.“

Denn eine Tortur ist es, das geben sie alle zu. Morgens um 4 Uhr ist Wecken, die ersten starten um 6. Bei Wind und Wetter und zum Teil einseitiger Ernährung. In Italien habe

es oft nur Pasta gegeben. „Die kann ich nicht mehr sehen“, sagt Schlotter grinsend. Einen Ruhetag gibt es nicht, gelaufen wird jeden Tag und geschlafen nachts in Massenunterkünften wie Turnhallen oder Zeltdörfern. „Ich denke beim Laufen nicht daran, wie schwer die Etappe wohl werden wird. Ich denke von Verpflegungspunkt zu Verpflegungspunkt. Das hilft, den Lauf kleiner zu machen“, verrät er einen seiner mentalen Tricks. Der Gärtner hat sich seinen Jahresurlaub plus einige Tage unbezahlten Urlaub genommen, um dabei zu sein.

Auch der derzeit Führende, Elektroingenieur Reiner Koch aus Dettelbach bei Würzburg, hat zwei Urlaube für diesen Lauf nehmen müssen. „Das Mentale ist fast entscheiden-

der als das Körperliche“, sagt er. „Zwei Monate auf engstem Raum die Nächte mit Menschen aus verschiedensten Kulturen zu verbringen und tagsüber laufen, laufen, laufen.“ Die Landschaft zu sehen, so dicht dran an allem, das reizt ihn. Und der Sieg, wie wichtig wäre der? „Es kann noch so viel passieren, wir haben ja jetzt erst Halbzeit. Mein Ziel ist durchzukommen, mehr nicht.“ Eigentlich sei ja jeder ein Sieger, der das schaffe, ergänzt Hans-Jürgen Schlotter. „Sich selbst zu besiegen, ist doch der größte Sieg.“

Der größte Eindruck ist aus den Alpen hängen geblieben. „Die drei Passüberquerungen waren einfach phänomenal“, sagen alle drei. Jetzt steht eine Wasserüberquerung an. Mit der „Stena“ geht es am Abend



In Kiel war Halbzeit auf ihrem Weg zum Nordkap. Reiner Koch, Eiof Eivindsen und Hans-Jürgen Schlotter (v.l.) stiegen zusammen mit rund 60 Läufern auf die Fähre nach Göteborg. Foto Pipke

von Kiel über die Ostsee nach zum Essen!“, sagen sie lachend. Und hoffentlich gibt es auch gelaufen? „Höchstens dann keine Pasta.“

33. Etappe 21.5.2009 u. Fähre