Der BiMa zum zweiten Mal

Sonntag, den 22.April 2012

BiMa ist ein neuer Begriff in der Szene des extremen Landschaftslaufs. Er steht für den **Bi**lstein-**Ma**rathon, den zwei Laufenthusiasten mit Start und Ziel in Kleinalmerode zum zweiten Male veranstalteten. Für uns Läufer in unmittelbarer Nachbarschaft ein Muss, dort teilzunehmen.

Vor der Abfahrt am Forstgarten fühlen sich alle noch recht wohl. Lutz Braun wird uns fahren. Bis auf Karl Lischka, der für den verletzten Dieter Schneider einspringt und den BiMa21, also den Halbmarathon laufen will, habe alle anderen für den BiMa42 gemeldet.

Nach kurzer 45-minütiger Fahrt ist man schon dort, am Fuße des mächtigen Bilstein-Gipfels im Kaufunger Wald. Wir sind recht früh und finden rasch einen Parkplatz. Hinter der Eingangstür der Linden-Gaststätte spielt sich alles ab, außer das Laufen selbst. Sogar das Ziel wurde in die Eingangstür verlegt, sodass die Zeitnahme sich im Trockenen befindet.

Wir werden von freundlichen Helfern empfangen. Junge Frauen überreichen uns die Startunterlagen in Tragetaschen aus Stoff. Plastiktüten sind hier bereits out, noch bevor die EU diese die Umwelt

belastenden Tüten auf die Abschussliste setzte. Aus Hamburg angereist

ist ***Hans-Joachim Meyer***. Vor einer Woche traf ich ihn beim Kyffhäuser-Marathon: „Heute will ich meinen 1000. Marathon laufen“ erklärt er mir.

Als ich das riesige Kuchenbüfett entdecke, bin ich mir sicher, dass alle Hausfrauen im Ort da mitgewirkt haben.

Lutz belässt es aber bei einer Besichtigung, während ich an einem Stück Heidelbeertorte nicht vorbeikomme. Natürlich gehört zu den Startvorbereitungen auch ein Kaffee dazu. Das lassen wir uns nicht entgehen.

Eine kleine Auswahl!

Lutz will heute seinen 74.Marathon laufen, auch wenn zuhause die Familie eines aus dem Ausland angereisten Sohnes wartet. Es gibt eben gewisse Prioritäten für einen Marathoni, die leider von den meisten Zeitgenossen nicht verstanden werden.

Hier findet um 10 Uhr der Start des BiMa42 statt, etwas später gehen die Halbmarathonis auf die „Reise“.

Bei den niedrigen Temperaturen (7 °C.) ist es schwierig, die richtige Laufkleidung zu wählen. Tags über soll es zwar nicht wärmer als 12 °C werden, wohlbemerkt im Schatten. In der freien Landschaft, in der die Sonne uns voll erwischte, sollte es uns dann doch zu warm werden. Ergo hatten wir uns wieder mal verschätzt und zu warm angezogen, zumindest empfanden das Jürgen und ich.

Unsere Halbmarathonis kommen an unseren Tisch. Achim Ossig ist nach seiner Knieoperation längst noch nicht schmerzfrei. Seine Start-Nummer trägt nun Walter Thein, um Kerstin Dippel zu begleiten. Und Friedemann Seitz läuft „nur“ den halben Marathon, weil er am nächsten Wochenende beim Hermannslauf im Teutoburger Wald starten will. Beim Einlaufen treffe ich dann noch Martin Modes.

Kurz vor dem Start gibt uns der Pfarrer von Kleinalmerode den Segen und bittet Gott ***„vor uns zu sein, um uns den Weg zu weisen, hinter uns***

zu sein, um uns Rückenwind zu spenden und in uns zu sein, um uns Kraft und Motivation zu geben“.

Nach dem Startschuss muss sich nun zeigen, ob wir mit der selbst gestellten Aufgabe fertig werden. Denn neben den langen 42,2 km sind etwa 1100 Hm zu überwinden. Schon die erste Runde um den Rodeberg zeigt uns die Härte dieses Laufes. Auf diesen 14 km sind 400 Hm zu bewältigen. Dafür wird man mit herrlichen Ausblicken belohnt oder mit der Passage bei der Hasenmühle, dem schmalen Trail am Ufer des Hungershäuser Baches und einem Treppenanstieg.

Nach der Rodeberg-Runde durchlaufen wir wieder Kleinalmerode und machen uns an den 12 km langen Anstieg über den Umschwang zum Gipfel des 641 m hohen Bilsteins. Zuvor kann man sich noch einmal

am Verpflegungsstand stärken. Hier überhole ich meine Kameraden Lutz, Jürgen und Gerhard. Ich fühle mich recht stark, auch kommt mir die Kühle des Waldes zugute.

Nun geht es ständig auf einem angenehmen Fahrweg bergauf. Kurz vor dem Umschwang

höre ich einen Specht hämmern und denke mir, dass der jetzt andere Interessen hat als ich: Er muss sich wohl seine Nahrung besorgen.
Lang zieht sich der Fahrweg am Höhenkamm entlang dem Bilstein

entgegen. Ich sehne mir den Bilstein herbei, weil es ab dort bergab geht. Dann endlich ein Wegeschild: Bilstein 900 m. Und dann kommt auch der Turm zum Vorschein. Jetzt noch den letzten Steilanstieg hochklettern und ich habe den höchsten Punkt der Strecke mit 641 m erreicht. Was für ein herrlicher

Blick auf Kleinalmerode unten im Tal, dort muss ich noch hin! Hoffentlich kann ich mich bei der 8 km langen „Talfahrt“ wieder erholen?

Der „vielarmige Wegweiser“ zeigt mir den Weg runter nach Raßdorf. Zu meinem Schreck ist der Fahrweg über lange Passagen hin mit feuchtem Schlamm überzogen. Die Holzarbeiter haben hier mit schwerem Gerät dem Weg arg zugesetzt. Ein lockeres Laufen ist nicht möglich, die Gefahr auszurutschen und zu fallen groß.

Statt mich zu erholen, muss ich hier Kräfte einsetzen, die mir später fehlen werden. Das wird mit zunehmender Strecke immer wahrscheinlicher. Zudem steht mir ab km 34 der sogenannte letzte Anstieg noch bevor, der sich über 6 km erstreckt, und bei dem noch einmal 250 Hm zu überwunden werden müssen. Da hilft auch der Becher Cola nicht mehr, den ich bei der Verpflegungsstation vor der asphaltierten Straße rauf

nach Oberroßbach in mich rein schütte. „Noch 8 km“ gibt man mir mit auf den Weg. Ab hier ist erst einmal Gehen angesagt. Ich bin jetzt etwa 4 Stunden unterwegs, die geplante Laufzeit von 5 Stunden kann ich vergessen.
Der Himmel wird bedenklich dunkel, als ich an den wenigen Häusern von Oberroßbach vorbeikomme. Ein älteres Ehepaar schaut besorgt nach oben. Dort braut sich ein Unwetter zusammen, das in der benachbarten Kirschenplantage Schaden anrichten kann. Auf meinen Gruß antworten die beiden jedoch freundlich. Ich drücke ihnen die Daumen, dass es nicht zu arg kommt. Doch bald danach prasseln Eiskörner nieder. Mich stört die Abkühlung nicht. Einige Male kann ich wieder ein Stück laufen. Doch zunehmend verkrampfen sich meine Muskeln, sodass mir nur noch ein flotter Gehschritt möglich ist. Sehnsüchtig hoffe ich, bald das Ende dieses Anstiegs zu erreichen. Doch auch nach der wievielten Kurve geht es weiter nach oben. Dann endlich kommt der lang erhoffte Abzweig vom Fahrweg, der mich zur letzten Verpflegungsstelle vor dem Wald führt. Abwärts laufend, mit äußerst vorsichtigen Schritten, genieße ich den herrlichen Talblick. Und bald sehe ich die ersten Häuser von Kleinalmerode. Wo bleiben meine drei Kameraden? Sind auch sie ähnlich eingebrochen wie ich?

Mit letzter Kraft kämpfe ich mich den sehr steilen Weg zum Ziel hinab. Der Start- und Zielbereich kommt näher und näher. Und dann laufe ich direkt in die Gaststätte hinein, an deren Schwelle sich das Ziel befindet. Geschafft!!!

Man hängt mir die Medaille über, es findet sich auch eine Sitzgelegenheit, ich greife zu einem Becher alkoholfreiem Hefeweizen der Marke

Jakobinus aus Eschwege – sehr edel im Geschmack – und verzehre gierig die dargereichte Laugenbrezel. Und dann kommen nur knapp nach mir auch Lutz und Jürgen. Aber Gerhard fehlt? „Dem ging es nicht gut, der hat ab dem Bilstein die Abkürzung genommen“, wird mir mitgeteilt. Es dauert nicht lange, bis wir uns erholt haben. Den weiten Weg zum Sportplatz, wo wir hätten duschen können, sparen wir uns. Stattdessen kommt nach dem Umkleiden in warme und trockene Sachen der genüssliche Abschluss bei Kaffee und Kuchen an die Reihe. Auch Gerhard ist inzwischen eingetroffen.

Unsere Laufzeiten sind eigentlich Schall und Rauch, dafür aber haben wir eine Menge erlebt. Eine schöne Landschaft, die wir so noch nicht kannten. Die Auseinandersetzung mit sich selbst, wenn der Körper nicht mehr wollte, der Geist ihn aber antrieb. So ein Lauf härtet ab und schafft neue Erfahrung. Es bleibt zu hoffen, dass der veranstaltende Verein sport4you e.V. mit Gemo Semmelroth und Klaus Schönewolf die Kraft besitzt, diese Veranstaltung fortzuführen. Wir werden im nächsten Jahr wieder dabei sein.

Die Laufzeiten der Vollständigkeit halber:

Horst Diele	5:19:43
Ludwig Georg Braun	5:21:44
Jürgen Fischer	5:21:47

Unsere Halbmarathonis liefen:

Kerstin Dippel	2:12:29
Friedemann Seitz	1:41:10
Karl Lischka	1:54:55
Walter Thein	2:12:37

Horst Diele

Anmerkung: Einige Fotos habe ich der Homepage des BiMa-Laufes entnommen.