

10. Maratona Citta`di Roma

Sonntag, 28. März 2004

Italia (I) 2004

Start: 8:30 Uhr

Nach meinem 1. Marathon vor zwei Jahren kommt es mir schon wie ein kleines Wunder vor, dass ich nochmals einen 42-km-Lauf angehen kann, hatte ich doch ein Jahr lang mit meiner Achillessehne gekämpft.

„La Maratona della Città di Roma“ ist für mich ein Versuch, wieder mal einen Marathon zu bewältigen. Es ist gleichsam ein Herantasten, ein Schauen, ob ich es wieder schaffen kann.

Dieser Marathon feiert sein 10-jähriges Jubiläum. Sollten die oft eher chaotischen Italiener es schaffen, eine würdige Veranstaltung hinzukriegen? In Rom und im Vatikan war ich schon 1980.

Nach einer Absage fahren wir, zwei Läufer und eine Betreuerin, am Samstag mit meinem VW-Bus nach Rom. Unsere Hauptstadt ist ja nicht zu verfehlen, führen doch sprichwörtlich alle Straßen nach Rom. Doch am Stadtrand ist das Ganze schon nicht mehr so einfach, es herrscht starker Stadtverkehr, zudem regnet es leicht.

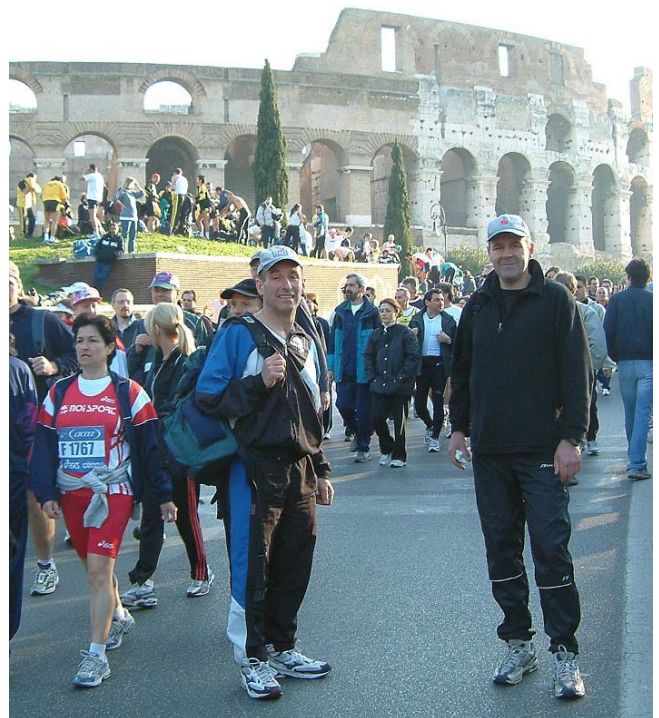
Endlich finden wir den Kongresspalast, wo wir die Startunterlagen abholen. In einer Nebenstraße findet in einem kleinen Restaurant die Pastaparty statt. Wir dürfen bei Regenwetter im Freien Schlange stehen. Als wir endlich Platz nehmen, schmeckt uns bei diesem Stress die Pasta nicht gerade gut, sollten wir uns doch möglichst schnell wieder „vertschüssen“, um den nächsten Hungrigen Platz zu machen. Nach diesen Pflichtterminen machen wir uns auf ins Zentrum. Marianna und Josef suchen ihr Hotel, ich hingegen nach einem guten Standplatz für mein mobiles Hotel. Unweit vom Kolosseum, direkt vor dem Militärspital finde ich einen guten Platz.

Am Sonntag muss ich früh raus, nicht weil ich zu weit vom Start entfernt wäre, der ja direkt am Kolosseum in der Via dei Fori Imperiali ist, sondern weil der Wechsel von Winter- auf Sommerzeit angesagt ist und wir schon um 9:30 Uhr loslaufen werden. Die Kleiderabgabe erfolgt hingegen südlich vom Start in eigens dafür bereitgestellten, gelben Stadtbussen.

Endlich geht mein zweites Marathon-Abenteuer los und ich beschließe, es sehr, sehr langsam anzugehen. So sauge ich alle historischen Plätze, an denen wir vorbeilaufen geradezu auf. Nach dem Start geht es gleich links auf die Piazza Venezia, dann weiter nach Westen durch die Stadt bis zum Vatikan und links weg auf die Uferstraße Lungotevere am Tiber



Auf dem Weg nach Rom, beim Verpflegen



Wird eine schöne Stadtrundfahrt, zu Fuß oder?



Endlich geht es los, Richtung Piazza Venezia

entlang. Am Ende dieses Abschnitts laufen wir sogar auf einem Radweg.

Wir überqueren den Tiber und laufen durch das Olympische Zentrum von 1960, dort befindet sich auch die Halbmarathonmarke.

Ich kontrolliere meine Zeit, alles bestens! Zurück geht's wieder ins Stadtzentrum, dort entdecke ich nun wirklich Rom. Wir laufen über die Piazza Navona und an der Spanischen Treppe vorbei. Mit einiger Mühe treffe ich auf der Piazza del Popolo Marianna, meine persönliche Verpflegungsstelle. Weiter geht's dann durch die engen, gepflasterten Straßen, die mit den berühmten „Sanpietrini“. Dabei drehe ich mich auch mal zufällig um und entdecke den größten und berühmtesten Brunnen Roms, die „Fontana di Trevi“. Er wird von einer großen Menschenmenge geradezu umzingelt, die sich aber nicht für uns Läufer interessieren.

Ich muss allerdings weiter, wieder auf die Piazza Venezia, am Circus Maximus vorbei und dann rechts abbiegen, runter nach San Paolo, zum Petersplatz. Ja, hinunter, denn an den Läufern, die auf der anderen Straße retour kommen, erkenne ich die wellenförmigen Anstiege, die wieder zurück zum Kolosseum führen. Obwohl meine Beine schwerer werden, fühle ich mich in einem emotionalen Hoch, denn es klappt wieder mit dem Marathonlaufen. Noch den letzten Anstieg rund um das Kolosseum und es laufen lassen auf der breiten Zielstraße.

Ich finische meinen 2. Marathon, der bekanntlich ja der schwierigere sein soll. Für mich jedoch nicht, es ist irgendwie wie ein Wiedereinstieg, nicht Lauf Nr.2 sondern Nr. 1b.

Im Ziel wartet schon Marianna auf mich, Josef kommt dann ein wenig später. Auch er hat seinen Marathon gut gefiniht. Eine tolle Medaille ist unser Lohn!

Einige Marketing-Typen notierten sich noch, mit welcher Schuhmarke wir laufen, was für ein Blödsinn! Jetzt beginnt der lange Weg zu den gelben Bussen, um unsere Klamotten zu suchen und danach zu meiner mobilen Unterkunft.

Während meine zwei Begleiter noch für zwei weitere Tage in Rom verweilen, gebe auch ich mir zwei weitere Urlaubstage, aber nicht im benachbarten Militärspital zum Auskurieren, sondern in Saturnia. Saturnia liegt in der Provinz Grosseto in der Toskana. Dort, wo schon die antiken Römer nach ihren Schlachten die müden Knochen pflegten, lege auch ich mich zwei Tage lang in die schwefelhaltigen, heißen Quellen und lasse mental mein Comeback nochmals Revue passieren.



Josef auf den berühmt-berühmten Sanpietrini bei km 28. Die Pflastersteine verdanken ihren Namen übrigens der Piazza San Pietro.



Ich habe es geschafft und habe mit zwei identischen Hälften, genussvoll die Sehenswürdigkeiten in mich einsaugend, gefiniht



Nach dem Marathon ist bekanntlich vor dem Marathon!
Deshalb pflege ich noch meine müden Beine in Saturnia im 35 Grad warmen Schwefelwasser.