

## 15. Spreewaldmarathon 21. - 23. April 2017

Jedes Jahr Ende April lädt der Spreewald Radler, Skater, Paddler Wanderer, Walker und Läufer zu einem Sportwochenende der ersten Wahl ein. Dieses Jahr waren 21.216 Teilnehmer auf den 33 Strecken unterwegs. Von unserer LuW-Gruppe starteten Dorit, Ralf, Frank, Wolf, Gerd, Hans-G., Reiner und ich. Reiner und ich fuhren schon am Donnerstag in unser Hotel in Lübbenau. Am Abend sahen wir uns die Altstadt von Lübbenau an und konnten noch für Freitag Abend einen Tisch im Restaurant "Charleston" direkt am Start des 5 km – Laufes reservieren.

Freitag früh war der Paddel-Halbmarathon angesagt. Ein Blick auf die Wetter-App sagte uns: Wintersachen mit Winterhandschuhen anziehen. Pünktlich um 9:00 Uhr saßen wir dann in den Paddelbooten. Der kalte Wind über den Kanälen und Fließen war im Wald nicht sehr zu spüren, so dass es noch eine angenehme Fahrt wurde. Auf der gesamten Strecke waren 7 Schleusen zu passieren. Man konnte die Boote aber auch umtragen. Da wir die Schleusen oftmals mit anderen Teilnehmern erreichten und mehrmals die Schleusen durch vorbeifahrende Radfahrer bedient wurden, haben wir uns immer für das Schleusen entschieden. Nach der halben Strecke erreichten wir die Pohlentz-Schänke. Hier mussten die Stempelkarten zum Nachweis der erbrachten Leistung abgestempelt werden. Weil der Magen uns um ein Mittagessen bat, haben wir ihm den Wunsch erfüllt. Kurz nach der Bestellung tauchten dann die 3 "Stralsund-Runner" Wolf, Bolle und Jens H. auf. Zu 5. fuhren wir zwar weiter, aber das Tempo der 3 Runner war für Reiner und mich zu hoch. Im Ziel in Burg gab es die erste Gurkenmedaille mit silbernem Laub und wir konnten dann noch gemeinsam unser Zielbier genießen, bevor es an das Abholen der Startunterlagen für den Lauf am Sonntag ging. Dann trafen wir uns in Lübbenau im "Charleston" mit Gerd und Hans-G. Von der Radgruppe waren noch Katrin B. Und Werner S. zum Abendessen dazugestoßen. Auf dem Marktplatz in Lübbenau kam noch Jörg dazu und wir starteten dann um 20:30 Uhr zum 5 km-Nachlauf. Jörg hatte sich dieses Mal sein Enten – Kostüm angezogen. Beim Nachlauf durch Lübbenau und das Spreewalddorf Lehde ist fast die gesamte Strecke festlich beleuchtet. Die Strecke führt über Gehwege, Waldwege und über Brücken mit Treppen durch eine grandiose Landschaft. Beim Ziel-Sekt wurden wir vom Organisator besucht, der Jörg für sein Kostüm einen Freistart beim Spreewaldmarathon 2018 versprach. Die zweite Gurke, diesmal mit grünem Laub, war verdient. Am Samstag hieß es dann: Radmarathon mit Start um 7:30 Uhr in Lübben auf der Schloßinsel. Von unserem Hotel in Lübbenau waren es ja nur 13 km, die wir zum Warmwerden mit dem Rad zurücklegten. Auch hier waren dicke Wintersachen angesagt. Der kalte Nord-Ost-Wind gab uns schon auf dem Weg nach Lübben einen Vorgeschmack auf die 200 km – Radrunde. Das erste Depot in Casel-Golz nach ca. 15 km ließen wir aus. Hier gibt es immer ein reichhaltiges Frühstück mit Milchreis. Beim zweiten Depot in Schlepzig gab es Spreewälder Eierplinse. Bis zum dritten Depot

in Groß Leuthen kam der Wind aus allen Richtungen, außer von hinten. Mit Kuchen gestärkt ging es weiter. Regen- und Hagelschauer "versüßten" uns die Fahrt noch zusätzlich, aber jetzt kam der Wind des Öfteren auch von hinten. In Straupitz gab es Eierplinse und Frischkäseschnitten. Hier trennten sich die 200 km – Strecke von den anderen. In Lieberose bemerkten wir dann, dass wohl doch einige Teilnehmer Streckenabkürzungen nahmen. Es waren nur noch wenige Teilnehmer da. Wir bekamen dafür Knacker, Wiener und Rosinenbrot. Bei Lieberose hatten wir ca. 20 km Rückenwind, so dass man Kräfte für die nun folgenden 20 km mit Kantenwind bis Burg sammeln konnte. Als Entschädigung empfing uns ein Tortenbuffet mit Erdbeertorte. Weiterfahren war fast unmöglich. Die nun folgenden ca. 25 km nach Lübbenau mit Fahrt um den Bischdorfer See gelten als besonders windanfällig. Das konnten wir auch dieses Mal bestätigen. Das Depot entschädigte uns dafür mit einer leckeren Gulaschsuppe und Frei-Bier. Da unser Hotel direkt gegenüber dem Depot war, wussten wir: Die Strecke bis zum Ziel noch 2 mal. Hochmotiviert ging es an die letzten 13 km. Im Ziel bekamen wir dann unsere dritte Gurke. Diesmal mit goldenen Blättern. Nun noch ein Ziel-Freibier und die 13 km zum Hotel. Frisch geduscht trafen wir uns mit der Radgruppe, um den Abend ausklingen zu lassen.

Sonntag nach dem Frühstück brachen wir nach Burg auf, um das Wochenende mit einem Lauf zu beenden. Bei Wolf, Gerd, Reiner, Hans-G. Und Dorit sollten es 10 km werden. Bei Ralf, Bolle und mir wurde es ein Halbmarathon. Um 10:30 Uhr fiel bei Sonnenschein der Startschuss, aber Regen und Hagel waren nach 2 km auch dabei. Trotzdem wurde es ein schöner Lauf durch das Biosphärenreservat Spreewald. Der HM in Burg führt über Nebenstraßen, Gehwege und befestigte Waldwege durch eine sehr schöne Landschaft. Brücken mit Treppen sind hier nicht zu überwinden. Es gibt noch einen HM in Lübbenau, der durch Treppen auch etwas schwieriger zu laufen ist. Nach knapp 2 Stunden erreichte ich das Ziel in Burg und bekam die vierte Gurke. Diesmal mit bronzenem Laub.

Damit ist ein kompletter Satz – grün, Bronze, Silber und Gold – erkämpft.

Danke auch an alle Helfer, die uns dieses Event ermöglichen. Ohne Euren Einsatz ist so etwas nicht möglich.

Dirk