

Artikel Nibelungenlauf Rheinpfalz vom 13.09.2010

15 000 Zuschauer feuern Athleten an

Worms: Nibelungenlauf zieht 2100 Läufer aus 26 Ländern an - Franzose Louis McDonagh Sieger über die Halbmarathon-Distanz

Bei bestem Spätsommerwetter starteten gestern rund 2100 Läufer aus 26 Ländern beim siebten Wormser Nibelungenlauf. Profis, Amateure und viele Hobbyläufer machten sich in vier Startetappen und drei Distanzen auf den Rundkurs durch die Innenstadt. Mit 1:13:28 Stunden schnellster Athlet in der Königsdisziplin, dem Halbmarathon, war der Franzose Louis McDonagh, der 2009 schon den 10-Kilometer-Lauf für sich entscheiden konnte.

Adrenalin liegt an diesem Sonntagmorgen in der Luft über der Festwiese. Auch eine Woche nach dem Backfischfest herrscht hier rummelplatzartiges Gewimmel. Sieben Minuten vor dem ersten Start schlagen sich einige Läufer nochmals in die Büsche, andere machen Dehnübungen oder posieren gut gelaunt fürs digitale Fotoalbum. Rund 15.000 Zuschauer - Kiebitze genannt - haben sich am Streckenrand versammelt. Der Nibelungenlauf ist ein Ereignis für alle, vom Profi bis zum Spaßläufer, vom Schüler bis zum Ü-60-Sportler.

RSV Eltville, Alla Hopp Südpfalz, Klinikum Worms, Geschwister-Scholl-Schule - die Trikots der Startenden zeigen ihre Herkunft. Ob ein Läufer für den Halbmarathon zwei Runden um den Dom dreht oder „nur“ die 10- oder 5-Kilometerdistanz absolviert, verrät ein Farbcode auf den Startnummern. Niklas hat eine grüne Nummer. Der Neunjährige startet mit seinem älteren Bruder Jonathan zum ersten Mal auf der 5 Kilometer langen Schülerstrecke.

Kurz nach dem Hauptfeld der Halbmarathonis, 10-Kilometer-Läufer und Walker gehen die Schüler an den Start. Organisator Dieter Holz fährt auf seinem Mountainbike voraus. Der Ironman-erfahrene Triathlet ist beim Nibelungenlauf im Dauereinsatz. Auch Tags zuvor, als beim Bambinilauf bereits 65 Kleinkinder über 400 Meter einmal rund ums Festzelt rannten. Bei der anschließenden Pasta-Party war dann Kohlenhydrat-Doping für alle angesagt. Dabei wurden 85 Kilo Nudeln mit 57 Kilo Bolognese weggeputzt.

„Nibelungen - Mythos - Sage - Sport“: Bei jedem Start das gleiche Akustik-Ritual. Ob 21,0975, 10 oder 5 Kilometer - der Rundkurs führt alle Läufer über das geschichtsträchtige Wormser Pflaster, vorbei an Dom, Marktplatz, Nibelungenmuseum und Wäldchen. Nur die Halbmarathonis machen in der Rowe-Kurve kehrt und passieren die Strecke ein zweites Mal in Gegenrichtung.

In der dritten Abteilung gehen die Frauen und Hobbysportler ab 60 an den Start. Hier trifft man auf Spaßläufer wie die Rennschnecken oder die Powerfrauen. Begleitet von in Herzfrequenz wummernden Beats sind auch sie im Nu außer Sicht. Nun wartet Moderator Andreas Richter mit Info-Häppchen auf: „Laufen ist ein Lifetime Sport“, erklärt er auf neudeutsch, „man kann ihn ein Leben lang ausüben“. Dies gelte auch für das gesetztere Walking und das stockbewehrte Nordic Walking.

Seit seiner Premiere 2004 brachte der Nibelungenlauf rund 15.000 Teilnehmer in Bewegung. Etwa 300 Helfer sind dieses Jahr im Einsatz, um 3000 Bananen, 1000 Äpfel, 9000 Liter Wasser und Iso-Drinks sowie 2500 Energieriegel zu verteilen.

Artikel Nibelungenlauf Rheinpfalz vom 13.09.2010

Mit Jubel werden im Ziel die Einlaufenden beklatscht. Ihre Gesichter strahlen trotz Anstrengung. Einige passieren winkend die digitalen Messmatten, andere auf Sekundenjagd aktivieren letzte Sprintreserven. Nach 1:13:28 Stunden steht der Sieger in der Königsdisziplin Halbmarathon fest: Louis McDonagh. Der für Stade Bordelais startende Franzose war bereits im Vorjahr auf der 10-Kilometer-Distanz Sieger. Rein rechnerisch war McDonagh gestern in Worms knapp dreieinhalb Minuten pro Kilometer unterwegs, berichtet Moderator Richter. Und das auch noch auf den Tag genau zweieinhalb Tausend Jahre nach dem ersten Marathonlauf der Antike. Der war damals am 12. September 490 vor Christus übrigens eine militärische Spontanaktion, mit der die Athener vom Sieg der Griechen über die Perser erfuhren.

Für Triathlet Jürgen Stilgenbauer ist bereits vor der Halbmarathon-Rückrunde Schluss. Mit der Bemerkung „Akkus leer“ geht der Vorjahressieger aus dem Rennen. Grund sei sein fehlender Trainingsrhythmus nach einer anstrengenden Saison. Mit „ich will jetzt nur noch schlafen und essen“ verabschiedet sich Stilgenbauer Richtung Festzelt, wo die Bäckerinnung mit Blechkuchen aufwartet. Andere Langstreckenläufer werden an diesem Tag noch die Knetdienste des Wormser Massageschul- Teams in Anspruch nehmen.

Heiß, verschwitzt und laut: Im Zelt herrscht trubelige Messeatmosphäre, es gibt dort alles, was des Läufers Herz begehrt, von der Fachzeitschrift bis zur Sportsocke. Auf der Bühne warten bereits die Pokale auf ihren Einsatz bei der Siegerehrung.

Triathlet Stephan Vuckovic (Reutlingen), gerade Ironman-Dritter in Kanada geworden, nutzt den Nibelungenlauf als Vorbereitung auf den Ironman Hawaii am 9. Oktober. Über 10 Kilometer erreicht er den zweiten Platz hinter Sieger Holger Freudenberger (TSG Heilbronn). Beste Frau über 10 Kilometer wird Barbara Gellrich. (bik)