

Marathon auf Zwei-Runden-Kurs

1. Oktober 2024

Zusammenstellung von Manfred Steffny

Olympiateilnehmer Marathonlauf Mexiko 1968 und München 1972, Herausgeber Laufmagazin Spiridon seit 50 Jahren 1974-2024, Organisator von Läufen weltweit (Nürburgringlauf, Bergläufe Teneriffa, Hungerhilfe-Marathon Hilden, Etappenlauf Zugspitze-Sylt, 20 Etappenläufe bei Kreuzfahrten)

Es besteht die Absicht einer neuen Organisation, einen Marathon in München in der Innenstadt auf einem Rundkurs von 2 x 21 km auszutragen. Davon ist fachlich absolut abzuraten.

Weltweit gibt es so gut wie keine größeren Marathonläufe, die auf einem Zwei-Runden-Kurs über je 21 km durchgeführt werden. Die Ausnahme von einer gängigen City-Runde durch die Stadt sind Punkt-zu-Punkt-Läufe aus historischen Gründen wie auf der Original-Strecke Marathon-Athen seit 1896 oder dem Boston-Marathon ab 1897 von der Vorstadt Hopkinton bis ins Zentrum. Deren Zeiten werden jedoch wegen Wind oder Gefälle nicht anerkannt. Die einzige Ausnahme bilden London und New York, die mit 45-Grad-Winkel regelgerecht sind, deren reibungslose Durchführung mit zwei Zentren, Kleider- und Läufer-Transport erschwert ist.

Bei Läufen über tausend Finishern (in Deutschland zurzeit acht echte Läufe) empfiehlt sich aus organisatorischen Gründen eine große Runde. Die Marathonläufer wünschen das Erlebnis eines Citylaufs, möchten dabei möglichst nicht an den gleichen Stellen wieder vorbei kommen. Das wirkt demotivierend. Beispiele: als der New Yorker Marathon 1976 von einer Mehrfach-Runde im Central Park ab 1977 durch alle fünf Stadtteile führte verzehnfachte sich die Teilnehmerzahlen von 200 auf 2.000 und stiegen in den Folgejahren stets um das Doppelte und wurden trotz einiger üblen Passagen in Brooklyn und der Bronx zum Lauf Nr. 1 in der Welt. Berlin zog nach und wanderte 1981 vom Grunewald auf den Kurfürstendamm und erreichte den gleichen Grad der Steigerung 10:1 mit auf Antrieb 2.300 Läufern 1981 im Ziel und stetigem Wachstum. In Deutschland sind alle größeren Marathonläufe auf einer Rundstrecke durch die ganze Stadt angelegt. Nur kleinere Städte, die keinen solchen geeigneten Kurs anbieten können wie Freiburg und Karlsruhe bieten zwei Runden von 21 km an.

In Deutschland hat der letzte mittelgroße Lauf mit Marathon und Halbmarathon in Mainz das Handtuch geworfen. Marathon und Halbmarathon verstopften anfangs die Straßen und zum Ende waren die Übrundungen für die Eliteläufer ärgerlich, die Zickzack laufen mussten. Nach einer Runde mussten Abzweigungen zu verschiedenen Zielen führen. Ab 2024 bietet Mainz nur noch einen jetzt florierenden Halbmarathon an.

Bei den großen Läufen in Berlin, Hamburg, Frankfurt und Köln gibt es Stellen durch weniger attraktive oder industrielle Zonen mit wenigen Zuschauern, die aber von den Teilnehmern bis zum nächsten Hotspot begrüßt werden. Besonders bei den Startzeiten am frühen Morgen, die einen immer früheren Beginn allein wegen des Klimawandels und drohender Hitze erfordern (nach den Hitzeschutzbestimmungen des Deutschen Leichtathletik-Verbandes darf bei Temperaturen über 25 Grad Celsius am Start nicht gelaufen werden), verlaufen wie überall in der anfänglichen Phase der Gruppenbildung des Feldes ruhig. Der Versuch in Köln, einmal für das Guinness-Buch der Rekorde eine Menschenkette vom Start bis zum Ziel zu bilden, scheiterte kläglich mangels Masse. In Berlin steht zwischen km 1 und 4 kein Mensch und auch das Regierungsviertel Leipzigerstraße ist Menschen leer, weil alle Zuschauer zum Potsdamer Platz, zu Unter den Linden und dem Brandenburger Tor eilen. Allen großen Städteläufen ist gemeinsam, dass die Stadtoberhäupter

entweder den Startschuss abgeben oder das Zielband halten und so dem Marathonlauf in ihrer Stadt ihre Reverenz erweisen.

Nun zu einem geplanten neuen 21-km-Innenstadt-Kurs in München. Zunächst verspricht eine Zusammenballung auf einem kleineren Kurs nicht mehr Zuschauer. Auf einem großen Rundkurs wandern oder fahren mit Verkehrsmitteln viele Leute zu verschiedenen Punkten und bilden dort übersichtliche Fangruppen. Dies ist auf einem kleineren Kurs auch weniger übersichtlich für die Security, wenn alle zusammen stehen.

Abgesehen davon ist München keine Stadt der Frühaufsteher. Die einen schlafen aus, die anderen wandern in die Berge. Außerdem haben wir bei den Marathon-Städten in Deutschland ein Nord-Süd-Gefälle. Südlich des Weißwurst-Äquators ist nicht viel los. München hat praktisch kein Marathon-Hinterland. Es gibt keine Marathonläufe in Stuttgart oder Nürnberg, auch nicht mehr in Mannheim. Würzburg, Regensburg und Ulm können nur kleinere regionale Läufe anbieten. Frankfurt erreicht als halb so große Stadt wie München die doppelte Zahl an Marathonläufern dank des großen Einzugsgebiets Rhein-Main. Die Kombination Oktoberfest und Marathon scheiterte in München trotz der Bemühungen der ersten Läufe durch Jahn München mit seinem Vorsitzenden Alfred Pohlan an der Spitze, um die olympische Tradition fortzusetzen, unter anderem an Genehmigungen, die später einer kleinen Gruppe (FVS e.V.) gegeben wurden, die 1996 eine krachende Pleite und Schulden hinterließ.

Nun zu den organisatorischen Gründen, die trotz einer elektronischen Zeitmessung und einem möglichen Start in Wellen keinen Zwei-Runden-Kurs zulassen.

Analyse Generali München-Marathon 2023:

4.158 im Ziel und damit Nr. 4 in Deutschland, Siegerzeit 2:09:17, Schlusszeit offiziell 6:00 Stunden.

sub 3:00 Stunden: 128,

sub 3:30 Stunden 675

sub 4:00 Stunden 1.595

mittlere Zeit: 4:02:21 Stunden

sub 4:30 Stunden 2.738

sub 5:00 Stunden 3.578

sub 5:30 Stunden 4.023

weitere 127 bis 6:00 Stunden offiziell

.

Folgende Segmente

2:09-3:00 Stunden 128n

3:00 –3:30 Stunden 588 n

3:30 – 4.00 Stunden 1.280

4:00 – 4:30 Stunden 1.086

4:30 – 5.00 Stunden 690

5:00 - 5.30 Stunden 265

5:30 – 6.00 Stunden 88

Rest 33 Nachzügler, leichte Änderungen plus minus 5 durch Anpassung von Netto- und Brutto-Zeiten.

Gesamt 4.158 -

Dies bedeutet: auf einem 21km-Kurs wird nach Stand München der Finisher Zahlen 2023 eine Führungsgruppe der Männer um 2:10 h Endzeit bereits bei km 40 alle Läufer überholen müssen, die zu diesem Zeitpunkt bei km 20 liegen mit einer Perspektive auf eine Endzeit von 4:20 Stunden.. Das würden über 2.000 Läufer sein, die sich im 1-sec-Abstand mit bis zu fünf oft in einer Gruppe

nebeneinander bewegen. Die ersten Frauen auf dem Weg zu 2:28 h würden bei km 25, also noch zu Beginn der zweiten Runde auf alle Männer treffen, die eine Endzeit von ca. 3:55 anstreben. Dies ist durch vorausfahrende Radfahrer nicht zu entzerren oder zu regulieren. An den Verpflegungsstellen trifft dann de facto eine 48-kg-Frau auf einen Zweizentner-Mann, der wie ein Klotz vor den Bechern steht, während die schnelleren Läufer im Eilschritt ihr Getränk aufnehmen wollen. In jedem Fall sind die Getränkestationen, die all 3-5 km etabliert sind, völlig überlastet, Becher-Aufnahme und saubere Entfernung der zertretenen Becher im Sinne einer Nachhaltigkeit sind erschwert, was auf der großen Runde mit einmaligem Durchlauf nicht passiert.

Ferner werden alle Läufer im Bereich Endzeit 3:00 Stunden und schneller alle Läufer im Bereich von 4:30 h und langsamer überholen müssen, oft mühevoll, weil die Zahl der Aktiven auf der Strecke sich plötzlich verdoppelt. Sogar Läufer, die auf eine 3:10 h Endzeit anlaufen, werden in der zweiten Runde die langsamen Läufer ein zweites Mal überrunden! Wer als Läufer im Bereich 5:30 h und langsamer läuft, hat sogar die Chance, ein drittes Mal überrundet zu werden. Die Beispiele der Überschneidung lassen sich endlos fortsetzen.

Für Läufer und die Organisation (Zeitnahme, Feststellung der Überrundungen) würden sich durch die Verschiebung der Leistungsblöcke chaotische Verhältnisse abspielen. Schätzungsweise 100 Minuten lang während der Veranstaltung werden mehrere Parallel-Läufe im unterschiedlichem Tempo stattfinden. Auf einer 21-km-Runde ist dem Organisator auch die Möglichkeit verwehrt, nach Leistungsstärke in Wellen starten zu lassen. Da werden wie zurzeit gehandhabt langsame Starter mit jeweils 1 min bis zu 10 min hinter dem ersten Startschuss auf die Reise geschickt. Sie wollen nur ihre Nettozeit gestoppt haben. Bei einem Wellenstart nach Leistungsstärke, würde der Marathonschwanz noch früher überrundet und die besseren Läufer stören.

Sollten die Halbmarathonläufer mit den Marathonläufern gemeinsam gestartet werden, so wäre dies ein amorpher Haufen mit Ellenbogenschlachten. Zu keinem Zeitpunkt dürften 42,195 km und 21,1 km auf auch nur einem nur kleinen Teil des gleichen Kurses ausgetragen werden.

Alternativ würde dies erfordern: a) einen neuen Kurs für die Halbmarathonläufer, was nicht im Sinne der geplanten Entflechtung auf den Straßen von München wäre oder b) ein Zweitstart der 21,1 km ca. fünf Stunden nach dem Marathonstart (9 und 14 Uhr) erfolgen müsste. Dies stößt ggf. auf die Hitzeschutzbestimmungen zur Startzeit. c) wäre ein Halbmarathon-Start um 6 Uhr und mit einer Zeitbegrenzung auf drei Stunden Laufzeit theoretisch möglich, ist aber weder Teilnehmern noch Organisatoren Helfern und Sicherheitspersonal zumutbar.

Noch einmal zur Verdeutlichung: ein 2:06-Marathonläufer legt jeden km in 3:00 min zurück mit einem Tempo von 20 km/h. Ein Drei-Stunden-Läufer braucht pro km 4:12 min. Ein 4:12 Stunden-Läufer – also knapp die Hälfte, läuft 10 km/h. 5-Stunden-Marathonläufer, vermutlich um die 600 Menschen, legen 8,4 km in der Stunde zurück, wenn sie nicht zwischendurch stehen bleiben wie an den Versorgungsstationen und die schnelleren Segmente behindern.