

Napf Marathon (Start/Ziel in Truebschachen)

Heute war ich am Napf Marathon. Dieser ist neuerdings 250 Meter länger als die klassische Marathon-Distanz von 42195 Metern - also streng genommen ein Ultramarathon.

Übrigens – von Marathon nach Athen sind es auch keine 42 Kilometer, sondern der Grieche Pheidippides fiel angeblich bereits nach 40 Kilometer tot um. Allerdings ist Pheidippides mit Rüstung gelaufen. Andererseits laufen wir am Frauenfelder auch in Uniform, zwar nicht mit Lederpanzer, aber mit Tarnanzug und einem abgesehenen Karabiner im Rucksack.

Doch jetzt kommt der Hund, der dicke! Die Geschichte von Pheidippides wurde zwischen 120 und 180 n. Chr. von einem syrischen Schreiberling eines römischen Stadthalters in Ägypten zurechtgebogen. Wie ihr alle wisst, war die Schlacht bei Marathon aber bereits 450 v. Chr.. Zirka 600 Jahre sind also zwischen dem Ereignis und der Berichterstattung verstrichen. Ähnlich viel Zeit war verflossen, als 1804 ein Friedrich von Schiller, über einen gewissen Wilhelm Tell protokollierte, dieser soll, mit Armbrust und Holzsandalen bewaffnet, in einer Hohlen Gasse gemeuchelmördert haben. Also, in Sachen Akkuratess, sind beide Angelegenheiten, mit grösster Wahrscheinlichkeit, um 42195 Meter daneben.

Geblichen ist, dass aufgrund von Fieberträumen von Dichtern:

1. gewisse Leute 42195 Meter laufen
2. die Schweizer einen international bekannten Nationalhelden haben

Es gibt noch eine unangefochtene Überlieferung, betreffend unseres Freundes Pheidippides. Er war Schnellläufer und zum genannten Zeitpunkt damit beschäftigt, in einem Zweitagesmarsch, die lächerliche Strecke von gut 200 Kilometer, von Athen nach Sparta zu bewältigen, um Verstärkung für die Schlacht bei Marathon, anzufordern.

Die Marathonstrecke von zirka 40k wurde 1908 in England auf 42195 Metern verlängert (von Schloss Windsor ins White City Stadium) und ist seither amtlich. Zur Distanzänderung gibt es zwei Begründungen, welche stimmt, weiss man heute nicht mehr, aber beide haben mit der Britischen Königsfamilie zu tun:

- a) Geplant war der Start zum London-Marathon am Eingangsportal von Schloss Windsor. Die Royals wollten aber den Start vom Balkon von Schloss Windsor aus begutachten. Nun liegt es an den architektonischen Eigenheiten dieser Hütte, das der Balkon und die Gartentür knapp 2 Kilometer voneinander entfernt liegen.
- b) Königin Alexandra wollte den Zieleinlauf direkt vor ihrer Loge verschlafen zu wünschen, und die Strecke wurde zum Schluss hin verlängert!

That's history!

Schlammschlacht am Napf

Das Gelände und der Zustand der Strecke am Napf Marathon sind eine Herausforderung erster Güte. Der „Parcours“ ist technisch sehr diffizil. Dazu kommt, dass es dauernd hoch und runter geht und dein Rhythmus ständig gebrochen wird. Deshalb ist der Napf Marathon der schwierigste, den ich kenne.

Für alle geographischen Tiefflieger, die ihr Dasein, da draussen im Internet fristen, der Napf ist der zentrale Berg des Emmentals in den Voralpen, 1408 Meter hoch. Bei schönem Wetter sieht man, das gesamte Pornorama der Berner Alpen. Deshalb ist der Napf Marathon auch genau so schön, wie der Jungfrau Marathon.

Bei der Anmeldung habe ich Sandra und Doris Emmenegger vom LSVB getroffen. Wir hatten noch ein Schwätzchen. Sandra sagte: "Ich wollte eigentlich nie einen Bergmarathon laufen!" Unsensiblerweise erklärte ich den Napf Marathon, in ihrer Gegenwart, zum schwierigsten seiner Zunft. Aber, als Gentlemen habe ich natürlich nicht erwähnt, das es am Napf ein paar Schlammflöcher gibt, auch wenn es eine Woche lang nicht regnet! Doch

zum Glück hat es heuer die ganze Woche nie nicht geregnet. Zudem hatte man mit dem Vorwand "Aufräumarbeiten des Sturms Lothar", die Waldwege mit schweren Forstmaschinen dermassen aufgewühlt, dass beim Lauf im Unterholz Wörter zu hören waren, die bis anhin noch nicht erfunden wurden! Andererseits schienen einige Läufer diese Umstände zu geniessen, denn sie erschienen wie frisch gesuhlte Wildsau auf der nächsten Waldlichtung.

Ihr kennt alle diese Szenen, aus den billigen amerikanischen Fernsehfilmen, wo irgend so eine Zwiebel, bis Mitte Wadenbein, in eine Baustelle gerät, die mit Flüssigbeton ausgegossen wurde. Ich war einmal abends in Zürich unterwegs – beim Joggen – ohne Brille und ohne Kontaktlinsen! Da war diese Baustelle, und es war Feierabend, und ich dachte, ich nehme, mit einer lässigen Flanke, die Abkürzung über die Absperrung, stört ja keinen. Ohä! Als ich zu Boden schaute, hatte ich keinen Sichtkontakt zu meinen Füessen und das hatte nun gar nichts mit Kurzsichtigkeit mangels Kontaktlinsen zu tun. Noch konnte ich erkennen, ob ich Socken trug. Ich stand knöcheltief im Flüssigbeton einer Trottoirbaustelle. Auf jeden Fall halfen mir in dieser delikaten Situation zwei Sachen, erstens und moralisch äusserst wertvoll, dass mich niemand kannte und zweitens, dass es einen Bach in der Nähe hatte. Und so war es heute nach dem Zieleinlauf in Truobschachen, betoniert bis zu den Waden und ab in den nächsten Bach zum Fegen.

Am Start war es neblig, doch schon nach 20 Minuten sind wir aus den Wolken gestiegen und von da an war nur noch Sonnenschein angesagt. Die Täler waren märchenhaft mit Nebelfetzen verhangen und die Bauernhöfe lagen, einsam und abgelegen, in Ruh und Frieden zwischen den bewaldeten Hügeln des Emmentals. In meinem Bewusstsein fand ich mich, als Kesselflicker oder Scherenschleifer, in Gotthelfs Zeiten wieder, wo es Ueli der Knecht, mit Fleiss und Ehrbarkeit, zum Pächter des ansehnlichen Glunggen-Hofes brachte und in sinnlicher Liebe, anstatt des hässlichen und nicht minder gehässigen Drachens einer Bauerntochter, das arme, wunderschöne, jungfräuliche Vreneli, Körper und Seele vereinend, ins Kornfeld ...
... wie auch immer, jedenfalls habe ich mir vorgestellt, dass Ueli und Vreneli im Kornfeld, durch uns Läufer ganz schön genervt worden wären!

Zurück zum Lauf: Der einzige Wermutstropfen war, das Wolken an der Kette der Berner Alpen hängen geblieben sind und uns dieser einmaligen Aussicht beraubt haben.

Bei K17 waren zwei ungleiche Trios: zuerst drei Fliegenpilze, das sind ja Riesenbrummer, 20 cm im Durchmesser, danach drei Alphornbläser mitten in der Geographie, abseits jeder Zivilisation auf einer Wiese.

Irgendwann ist Fränzu auf mich aufgelaufen. Etwas kleiner, etwas älter als ich und wir haben ein wenig geplaudert und so, und er war mir sofort sympathisch. Mir fiel auf, viele an der Strecke kannten Fränzu. Einmal wollte er einen Gefallen von jemandem. Dieser stellte sich zwar so an, um ihm zu helfen, fragte aber dabei vier Mal "Fränzu wosch nid ä Glas Wyssse?" Fränzu wurde mir noch sympathischer.

"Hopp Andy!" Was war denn das? Frank, der Freund von Doris Emmenegger und seineszeihen frischgebackener Ironman. Ich denke, Frank kann bestätigen, dass ich nicht schlecht dämlich aus der Wäsche geguckt habe, als ich mich nach ihm umdrehte. Nicht dass ich ihn nicht sofort erkannt hätte, aber ein Ironman mit Bergschuhen? Selbst in Hawaii am Mount Mauna Loa, knapp 3 Mal höher als der Napf, sind die ironischen Männer nur in Adiletten unterwegs (Race Day ausgenommen versteht sich). Ich kann dem noch zufügen, dass am Swiss Jura Marathon ein Teilnehmer die gesamte Strecke in Sandalen gelaufen ist und ich an früheren Napf Marathons jemanden barfuss rennen sah!

Mit der Zeit hat sich dann das Mitternachtssyndrom bemerkbar gemacht. Man ist da zum Laufen (in der Herkunftsform heisst es "Saufen") und man will eigentlich gar nicht mehr laufen (saufen) und man läuft (säuft) halt noch, um nicht das Gesicht zu verlieren! Das war jetzt zugegebenermassen kein geistreicher Spruch, allerdings versteht jeder von euch, was gemeint ist, vor allem die, die schon einmal uneigennützig, aber unfreiwillig in die Schweizer Armee zum Milizdienst einrückten.

Gerade richtig gelegen, kam mir der nächste Verpflegungsposten. "Isostar - Tee - Wasser - Bier !", hat ein Bub gerufen. Wohl eher um, mit einem schelmischen Scherz, die Läufer ein wenig zu ärgern. Ihr könnt euch vorstellen, dass eine Welt für den Bengel zusammenbrach, als er meine Antwort vernahm. Aber der Schlingel hat sich schnell gefasst und mir tatsächlich Bier angeboten. Mit einem prüfenden Blick, testete ich die Reaktion

seines Vaters, denn ich wollte nicht einem Helfer, dessen wohlverdientes Bier klauen. Nun, die Emmentaler hatten sichtlich Freude an mir, und ich hatte sichtlich Freude an ihnen und gierigen Schluckes den kühlen Saft in meine Kehle gesogen.

Fränzu ist zurückgefallen, weil er Probleme kriegte, doch bei K38 lief er wieder zu mir auf. Ich habe ihn, taktisch geschickt, in eine Diskussion verwickelt, um seinen Rhythmus zu brechen: "Gäll, du bisch dr Fränzu!" Nun war er mehr als mittelmässig überstaunt und errascht, dass ich ihn kannte. Ich konnte ihn alsdann beruhigen, denn jeder an der Strecke hätte seinen Namen gerufen, denn Fränzu ist ein Lokalmatador. Wir palaverten noch ein Bisschen, und ich benutze ihn als Hasen.

Durch Fränzu bin ich dann doch noch einigermaßen würdevoll weitergerannt, und wir sind gemeinsam eingelaufen. Nur – ich wollte mit ihm einlaufen, nicht gegen ihn kämpfen, aber das wusste Fränzu nicht und hat zum Schluss nochmals das Tempo verschärft. Ich blieb zwar dran, aber das wäre nun wirklich nicht mehr nötig gewesen.

Jedenfalls haben wir uns im Ziel noch "herzig" unterhalten und ich dankte ihm, dass er mich zog. Aber Fränzu meinte, dass ich ihn vor dem Kulminationspunkt über die weit längere Distanz gezogen hätte und das hat mich dann auch gefreut.

Es ist halt so! Bei den gröberen Läufen werden die Läufer von Gegnern zu Partnern. Wahrscheinlich macht das unseren Sport aus! Diesbezüglich möchte ich erwähnen, dass Ueli Horisberger, seines Zeichens einer der besten Trial-Runner unseres Landes, 6-facher Napf-Sieger (heute 2. Rang), vorne dabei bei den internationalen wie Läufen Jungfrau und Swiss Alpine, bei jedem Napf Marathon bei K41 steht, um uns Halblahme anzufeuern, die ein, zwei Stunden nach ihm einlaufen.

Im Ziel hatten die Geschwister Emmenegger sichtlich Spass daran, gegenseitig zu bewerten, wie sie sich, wie Störche im Salat, durch die Schlammpassagen, vorwärts bewegten. Und sie werden nächstes Jahr wohl wieder zum Start antreten müssen, denn die einzigartige Aussicht auf die Alpen haben sie noch nachzuholen.

So far so good!

Happy trails - Dätti