

Sightseeing an der Seine

Von Ulrich Hörnemann

Schon frühmorgens pulsiert das Leben im Bahnhof von Montparnasse. „Bienvenu“ heißt es auf den Schildern. Willkommen! Hunderte von Menschen quetschen sich unter Tage in die Metro, wo die Luft abgestanden ist und die schwülwarmen Temperaturen in den überfüllten Abteilen nahezu unerträglich sind. „Das ist eine eigenartige Atmosphäre“, sagt Klaus Eckstein, einer von 977 Lauftouristen, die aus Deutschland die Reise nach Paris angetreten haben, „in der Metro fühlst du dich total eingegengt.“ Ruckartig schließen die Doppeltüren, dann rast der Zug hinein in den schwach beleuchteten Tunnel. „Paris s'éveille“, tönt die tiefe Stimme von Jacques Dutronc, einem der großen Chansonniers Frankreichs, aus dem Transistorradio. Paris erwacht.

Die Linie 6 ist an diesem Sonntag viel befahren. Die Stationen wechseln, die Gesichter bleiben. „Ich war in Berlin, in Hamburg und in New York“, erzählt Eckstein, der aus Nordhorn kommt, einem kleinen Städtchen an der deutsch-holländischen Grenze, „aber in Paris bin ich noch nie gelaufen.“ Wenig später quieten die Bremsen ein letztes Mal. Endstation. „Charles de Gaulle“ steht in dicken Lettern auf seiner Gitarre. Achtlos trabt Eckstein vorbei, vertritt sich ein wenig die Beine vom Café Georges V und probiert ein paar Stretching-Übungen. „Nur noch eine Viertelstunde“, bemerkt er ungeduldig, „ich muss los.“ Seine Freundin gibt ihm noch schnell einen Klapp, dann reiht er sich ein in den Block gleich hinter der Elite, wo „les coureurs préférentiels“, die Läufer mit einer Bestzeit unter drei Stunden hinter mannhohen Absperrgittern eingepfercht sind.

Die Treppenstufen aus dem stickigen U-Bahnschacht ins Freie hasten beide gemeinsam hoch und schnappen nach Sauerstoff. Kurz nach halb neun strahlt die Sonne bereits durch die Häuserschluchten, dennoch ist es ziemlich schattig. „Halb so wild“, sagt er, „Hauptsache



Benoît Z. (14) inmitten der Spitzengruppe. Moses Tanui (1), der große Favorit, stieg bei km 25 aus.

es bleibt trocken.“ Einige Meter weiter klimpert ein Strassenmusikus mit klammern Fingern auf seiner Gitarre. Achtlos trabt Eckstein vorbei, vertritt sich ein wenig die Beine vom Café Georges V und probiert ein paar Stretching-Übungen. „Nur noch eine Viertelstunde“, bemerkt er ungeduldig, „ich muss los.“ Seine Freundin gibt ihm noch schnell einen Klapp, dann reiht er sich ein in den Block gleich hinter der Elite, wo „les coureurs préférentiels“, die Läufer mit einer Bestzeit unter drei Stunden hinter mannhohen Absperrgittern eingepfercht sind.

Das Startband, das über die Champs-Élysées gespannt ist, flattert leise im Wind. Schwarz auf weiss kündigt es das publicity-trächtige Massenereignis an: Marathon de Paris! Wenn der Frühling naht, machen die sportbegeisterten Franzosen mobil, denn eifrig haben sie sich auf die 26. Auflage dieser traditionsreichen Veranstaltung vorbereitet. „30.000 machen mit“, tönt eine blecherne Stimme aus den Boxen. „Ob die Zahl wohl richtig ist?“, fragt sich Eckstein, „da habe ich doch meine Zweifel.“ Ja, ja, die Franzosen sind kleine Filous. Sie flunkern nicht selten, kokettieren keck und frech mit Zahlen, die mit allergrößter Vorsicht zu genießen sind.

In Europa, betont Joël Lainé, der Race-director von Paris, nicht ohne Stolz, sei Paris die Numero drei. Hinter London, aber noch vor Berlin. Aus Deutschland kommen 908 Anmeldungen. Aus dem Ausland stellen lediglich die USA und die Briten ein stärkeres Kontingent. „Wir haben uns für den Paris-Marathon entschieden, weil sich das gut mit einem Wochenend-Trip verbinden lässt“, berichtet Eckstein, „allerdings darfst du am Tag vorher nicht kreuz und quer durch die Stadt rennen von einer Sehenswürdigkeit zur nächsten. Das ist viel zu anstren-

gend! Immer wieder Metro rein, Metro raus, das hat mir schon gereicht. Da kriegst du ruckzuck müde Beine.“ Ein bisschen Sightseeing sei okay, doch man solle es bitte schön nicht über-treiben.

Klaus Eckstein ist 35 und ein erfahrener Läufer. Paris ist bereits sein fünfter Marathon. 1997 in Berlin, bei seiner Premiere über 42,195 km, erreichte er auf Anhieb 2:36:45 h. In den drei folgenden Jahren konzentrierte sich der Elektroingenieur, der bei der „Urenco“ in Gronau, einem Unternehmen mit Urananreicherungsanlagen, beschäftigt ist, auf den Triathlon. Drei Mal startete er beim Ironman in Roth (Bestzeit: 9:19:38 h), drei Mal qualifizierte er sich für Hawaii und blieb dort stets unter zehn Stunden. 1999 gelang ihm das beste Resultat mit 9:46:20. 2001, wieder beim Berlin-Marathon, steigerte er sich auf 2:31:38, packte fünf Wochen darauf in New York eine 2:32:09 drauf und erlebte im Vorjahr in Hamburg mit 2:46 einen Einbruch, „weil ich auf der zweiten Hälfte weggeplatzt bin“.

Das solle sich hier in Paris nicht wiederholen. Mit wöchentlichen Rationen von 120 km hat Eckstein eine gute Basis geschaffen. Gleichwohl ist er angespannt, trippelt nervös auf der Stelle. „Noch 60 Sekunden“, dröhnt es aus dem nahen Lautsprecher, „noch 50, 40.“ Die Blechkarawane, die dem gewaltigen Peloton voraus fährt, setzt sich bereits in Bewegung. „Vier, drei, zwei, eins.“ Rummel laut und vernehmlich kracht der Startschuss in den wolkenlosen Himmel, und die Meute, die sich vor dem Bankgebäude der „Crédit Commercial de France“ angesammelt hat, setzt sich in Bewegung.

Mittendrinn Klaus Eckstein! Auf der leicht abschüssigen Startgeraden kommt er nicht gut weg. „In Berlin ist beim Start viel mehr Platz“, vergleicht er die beiden Cityläufe, „in Paris ist

das Gedränge bedeutend größer.“ Aber bald findet Eckstein seinen Rhythmus, hält mühelos einen 3:30er-Schnitt, wie eingepflanzt, und passiert die Hälfte auf der „Rue de Charenton“ in 1:14 h. Alles im Lot! Er bewegt sich in einer kompakten Gruppe mit Chantal Dallenbach, einer der besten französischen Langstrecklerinnen. Lautstark werden sie von den Zuschauern angefeuert. Dallenbach, abgeschirmt von eigenen Tempomachern, ist gut drauf, Eckstein aber auch. „Klaus“, erzählt seine Freundin, „will heute Bestzeit laufen.“ Auf dem „Place de Varsovie“, bei km 30, mit Blick auf den Eiffelturm, reicht sie ihm die Getränkeflasche. Durstig zieht er einen Schluck aus der „schnellen Pulle“, ruft noch rasch „Danke“ und ist Sekunden später schon wieder im dichten Pulk untergetaucht.

Die Minuten vergehen jetzt wie im Fluge. Auf der „Avenue Foch“, der breiten Schlussgeraden, pulsiert das Leben. Als Benoît Zwierzchlewski, der strahlende Triumphator, in Sichtweite ist, steigt der Lärmpegel rapide an. Mit flottem Schrittwirbel zerreißt er in 2:08:18 das Zielband und lässt sich frenetisch von seinen Landsleuten feiern. Nur eine knappe Viertelstunde verstreicht, dann folgt auch schon die erste Frau, Marleen Renders aus Belgien, die ihren eigenen Streckenrekord auf 2:23:05 drückt.

Voller Ungeduld hält Nadine Heinze Ausschau. „Wo ist Klaus?“ Nicht weit! Das Ziel vor Augen, mobilisiert er die letzten Reserven, die ihm bei seinem Asphalt-Trip im Großstadt-Dschungel geblieben sind, und sprintet in 2:28:21 h ins Ziel. Super“, strahlt seine bessere Hälfte, „so schnell war er noch nie.“ Eckstein ballt die Fäuste. „Mannomann“, wundert er sich, „dass ich so flott bin. Wahnsinn! Das hat Laune gemacht.“ Viel hatte er vorher vom Paris-Marathon gehört, nicht nur Gutes. „Ein Kumpel hat mir erzählt, in Paris sei nicht viel los. Tote Hose sozusagen! Das kann ich nicht behaupten“, schildert er spontan seine Eindrücke, „in Berlin ist die Stimmung sicherlich noch einen Tick besser. Auch organisatorisch hinkt Paris ein wenig hinterher. Und dennoch geht hier die Post ab. Paris muss sich keineswegs verstecken. Das war schon toll!“ Und die Strecke? „Schwieriger als in Berlin, doch längst nicht so hart wie in New York“, kommt die Antwort wie aus der Pistole geschossen, „der Asphalt war manchmal etwas löchrig, dann gab es einige Passagen mit Kopfsteinpflaster.“ Mit „dünnen Wettkampf-Schlappchen“ spüre man solche Unebenheiten um so eher. „Störend sind auch die Tunnelunterführungen längs der Seine“, fügt er hinzu, „die haben ganz schön rein.“ Und dennoch hat's zu einer neuen Bestzeit gereicht.

Der Kurs durch Paris, der weltweit zu den schönsten zählt, weil er einer Sightseeing-Tour ähnelt, hat ihm prima gefallen. „Durchaus möglich, dass ich hier noch mal starten werde.“ Ja, die meisten kommen wieder. 24.026 erreichten diesmal das Ziel. Und Jahr für Jahr werden es mehr. „J' ai deux amours: mon pays et Paris“, hat Joséphine Baker einst gesungen, „ich liebe meine Heimat, und ich liebe Paris.“ Wie die legendäre Künstlerin; die zahllose Kinder adoptiert und ihnen so ein besseres Leben ermöglicht hat, denken viele, denn Paris ist nicht nur die Stadt der Liebenden, längst ist sie auch die Stadt der Läufer.

Benoît Z. gibt Gas

Der Mann mit dem Kahl-schädel verblüffte alle. Auf der „Avenue du Président Kennedy“ längs der Seine, als das Führungsduo bereits 31 km zurück gelegt hatte, suchte Benoît Zwierzchlewski die Entscheidung. Mit einem resoluten Antritt löste er sich von seinem letzten Wegbegleiter, dem Algerier Rachid Ziar, und hielt das hohe Tempo bis ins Ziel auf der „Avenue Foch“ eisern durch. Benoît Z., wie ihn die französischen Landsleute rufen, beendete sein Solo in 2:08:18 h, steigerte seine alte Bestzeit (2:10:47) um fast 2 1/2 min und verfehlte den Streckenrekord des Kenianers Julius Ruto lediglich um 8 sec. „Unglaublich“, staunte „Altmeister“ Michel Jazy, früher einer der Gegenspieler von Harald Norpoth, „der Junge hat wirklich ein Pfund drauf.“

Es war die feste Überzeugung, Besonderes leisten zu können, wenn man nur hart genug dafür arbeitet, die ihn zu solchen Kraftakten führt. „Benoît ist ohnehin ein Mann der Extreme“, erklärte Alain Dallenbach, dessen Ehefrau Chantal den französischen Uralt-Rekord von Maria Lelut Rebelo (2:29:04 in) auf 2:28:27 drückte, „bei ihm heißt es stets: Sekt oder Selters.“ Er kennt den wilden Tempobolzer aus dem Effeff, coachte ihn einige Monate, bis sich ihre Wege wieder trennten. Vincent Rousseau, der belgische Marathonrekordler (2:07:20), und der Amerikaner Pat Porter, die ihn beide auch schon betreuten, machten ähnliche Erfahrungen. „Benoît“, sagte Rousseau, „ist kein leichter Typ.“ Dr. Gabriele Rosa, der Doctore aus Brescia, zu dessen Rennstall über hundert Kenianer zählen, versorgte ihn im vergangenen Jahr mit Trainingstipps. „Ich traute dir eine 2:06 oder 2:07 zu“, prophezeite der Italiener und schickte ihn zu Moses Tanui, der sowohl auf der Bahn, wo er 1991 Weltmeister war über 10.000 m, als auch auf der Straße Erstaunliches vollbracht hat. Mit Tanui, der in seinem Trainingscamp in Kaptagat in 2.400 m Höhe die jungen Nachwuchsleute trimmt, bewältigte Benoît Z. damals gewaltige Umfänge („Nicht selten 250 km die Woche“), die sich sehr spät, aber beileibe nicht zu spät positiv auswirkten.

Während der bereits 36-jährige Tanui in Paris nach 25 km entmutigt ausstieg, avancierte Benoît Z. zum Mann des Tages. „Jetzt werde ich erst mal die Beine hoch legen“, kündigte er nach seinem Triumph eine kurze Schaffenspause an, „und danach geht's für zwei Wochen nach Albuquerque.“ In der leistungsfördernden Höhenluft



Der strahlende Sieger: Benoît Zwierzchlewski

trainiert der einstige Bahnspezialist, der 1995 Gold über 5.000 und 10.000 m bei den Junioren-Europameisterschaften gewonnen hat, am liebsten. „Damit habe ich gute Erfahrungen gemacht.“ Im Mai lockt dann bereits die Halbmarathon-WM in Brüssel und im August die EM in München. Oder? „Na klar“, kam die Antwort blitzschnell zurück, „da möchte ich eine Medaille holen.“ In Edmonton bei der WM war der 25-jährige Sonnyboy bereits 13. der WM und drittbesten Europäer. In Deutschland möchte er endlich aufs Treppchen.

Davon träumt auch Marleen Renders, die blonde Belgierin, die mit 33 Jahren eine Spitzzeit ablieferte. Im Sog der beiden „Privathasen“ Filip van Haecke und Corry Saelmans, die ihr Rückendeckung spendeten, drückte sie ihren eigenen Streckenrekord (2:23:44) auf erstklassige 2:23:05 h. Doch im Ziel schwankte die zierliche Läuferin, die bei 1,64 m Körpergröße ganze 40 kg auf die Waage bringt, wie ein Schilfrohr im Wind und war so sehr geschafft, dass sie die unterwegs aufgenommenen Getränke in hohem Bogen erbrach.

Ulrich Hörnemann

Zwischenzeiten Männer: 14:50 (5 km), 29:59 (10 km), 45:14 (15 km), 1:00:09 (20 km), 1:03:24 (HM), 1:15:17 (25 km), 1:30:22 (30 km), 1:45:31 (35 km), 2:01:19 (40 km).

Zwischenzeiten Frauen: 16:24 (5 km), 33:21 (10 km), 50:50 (15 km), 1:07:42 (20 km), 1:11:04 (HM), 1:24:27 (25 km), 1:41:12 (30 km), 1:59:16 (35 km).

Klaus Eckstein, der beste Deutsche kam in 2:28:21 h ins Ziel. Fotos (3): Hörnemann