

# Der große Lauf

v. Peter Anders

## Gedanken eines Erstläufers beim Hermannslauf<sup>1</sup>

Eigentlich ist es doch völlig banal: Laufen.

Ich konnte früher nie nachvollziehen, warum man vor einem Lauf nervös sein konnte. Man braucht doch nur zu laufen!

Aber jetzt war ich auch nervös. Ich fragte mich, ob ich wohl ankommen würde.

Zusammen mit mehreren tausend Läufern ging's zum Hermannsdenkmal. Dort lag in der Luft ein Duftgemisch aus Cremes und Hautölen und überall wurden noch die letzten Vorbereitungen getroffen sowie Tipps ausgetauscht. Dunkle Regenwolken konnten uns nicht einschüchtern, selbst dann nicht, als einige Regentropfen vom Himmel fielen.

Um 11 Uhr fiel der Startschuss für die erste Gruppe; nach gefühlt unendlich langen Minuten liefen auch wir in unserem Startblock durch das Start-Portal - es dauerte, bis sich die Massen in Bewegung gesetzt hatten.

An der gesamten Strecke waren jeweils im Abstand von einem Kilometer Schilder aufgestellt, die uns die bereits gelaufenen Kilometer anzeigten, aber auch unverhohlen zum Ausdruck brachten, was noch vor uns lag.

Das war jetzt erst einmal der Ehberg. Die nächsten zwei Kilometer stiegen um gut 100 Meter an. Laufen? Oder doch lieber gehen? Kräfte sparen? Vielleicht erst einmal kleinere Schritte machen, dann wird man ja sehen. Immerhin, wenn man sich für "Gehen" entschied, dann war man nicht allein - es liefen schon längst nicht mehr alle!

Die Panzerbrücke in Augustdorf glich einem Volksfest, so viele Menschen hatten sich dort angesammelt. Für uns blieb auf der sonst so breiten Brücke nur eine schmale Gasse zum Laufen, die aber völlig ausreichte und die Begegnung zwischen Zuschauern und Teilnehmern dadurch fast spürbar machte. Hier gab's auch die erste Stärkung für uns; ich dachte nur leidvoll an die vielen Hilfskräfte, die nach unserem Lauf mühevoll die mit leeren Pappbechern übersäte Strecke hinter den Verpflegungsstationen wieder freiräumen mussten.

Bis zum Tönsberg bei Oerlinghausen blieben noch 6 Kilometer, immerhin eine fast ebene Strecke entlang des Truppenübungsplatzes. Und das Wetter wurde besser! Die Frage, ob ich den Tönsberg laufend oder gehend bezwingen würde, beantwortete ich mir schon vorher: Gehen! Aber immerhin hatten wir nun bereits den halben Lauf überstanden!

In Oerlinghausen war wieder Volksfeststimmung wie auf der Panzerbrücke! "Nur noch 12 Kilometer! - Das schafft ihr!", war aus Lautsprechern zu hören. Merkwürdig, aber es kam einem in diesem Moment wirklich nicht mehr so weit vor, obwohl viele davon sprachen, dass jetzt – mit Erreichen des Schopketals

---

<sup>1</sup> Der **Hermannslauf** ist ein regelmäßig am letzten Aprilsonntag eines Jahres stattfindender Volkslauf und führt über 31,1 Kilometer vom Her-  
mannsdenkmal bei Detmold zur Bielefelder Sparrenburg.

[ <https://de.wikipedia.org/wiki/Hermannslauf> ]

– der ‚Hermann‘ erst richtig beginnen würde. Voller Ehrfurcht dachte ich an diejenigen, die inzwischen schon an der Sparrenburg angekommen waren...

Bielefeld rückte näher, doch noch trennten uns die 121 Treppenstufen in Lämershagen und knapp 8 Kilometer vom Ziel! Von diesen Stufen wurde schon viel erzählt und geschrieben; hier war jeder nur darauf bedacht, irgendwie hoch- und weiterzukommen. Das Laufen veränderte sich allmählich zu einem rhythmischen Vorwärtsbewegen der Füße, doch die Kilometertafeln am Wegesrand und die wieder größer werdenden Zuschauergruppen kündigten die jetzt nahe Sparrenburg an.

Und dann waren wir auf der Promenade, 1.300 Meter soll sie lang sein, und die können sich verflüchtigt lange hinziehen! Am Ende der Promenade rückte der Zieleinlauf langsam näher, bis wir selbst durchliefen – wir waren tatsächlich angekommen!

Ich habe meinen ersten Hermannslauf also geschafft, nicht als einer der Schnellsten, aber ich war dabei und bin angekommen - das allein zählt!

Irgendwo an der Strecke stand ein Transparent mit der Aufschrift: "Ihr seid alle Gewinner!". Genauso war es, und nächstes Jahr laufe ich wieder, vielleicht ja auch ein bisschen schneller...

---