

SONSTIGE 01.02.2010

Ein Bericht vom New York Marathon

Am Lauftag:

Am besten ein Hotel in der Nähe vom Central Park nehmen, dort ist das Ziel. Man wird gegen 6.00 Uhr im Hotel abgeholt, die Fahrtzeit zur Startzone beträgt ca. eine Stunde.

Die Startzone ist in drei Zeitzonen aufgeteilt (je nach Startzeit 9.40 – 10.00 – 10.20). Jede einzelne Zeitzone startet wiederum von 3 verschiedenen Stellen (bei 40.000 Läufern pro Zone etwa 4.500 Läufer).



Der Start:

Auf der Verrazano-Narrows-Brücke. Zunächst werden die TOP-Läufer vorgestellt, danach hielt der Bürgermeister Michael Bloomberg eine kurze Ansprache. Mit dem Startschuss ertönte Frank Sinatras „New York, New York“ – Gänsehaut pur!



Die Strecke:

Es geht durch alle fünf New Yorker Stadtteile (engl.: boroughs). Der Startschuss fällt auf der Verrazano-Narrows-Brücke in Staten Island (Staten spricht sich mit einem „a“ wie in rat, nicht wie in State!), hinter der Brücke beginnt Brooklyn. Durch Queens geht es dann über die Queensboro-Brücke ins Herz New Yorks, nach Manhattan, auf die First Avenue. Nach einem kurzen Abstecher in die Bronx geht es zurück nach Manhattan. Das Ziel befindet sich im Central Park. Für den letzten Kilometer Kraft aufheben für einen Endspurt – ich hatte das Gefühl, alle feuern mich an!

Die gesamte Strecke ist sehr hügelig, es geht ständig bergauf oder bergab. Direkt am Start geht es erstmal 1,5 km die Brücke hoch, danach die gleiche Strecke wieder runter. Ein sehr anspruchsvoller Lauf, Bestzeiten sind hier nicht erreichbar.

Verpflegung etc.:

Ab der 3. Meile jede Meile Getränke, Toiletten, Sanitäter. Es gibt Wasser oder Gatorade.

Zuschauer:

2 Millionen! Ca. 100 Bands an der Strecke, die Stimmung ist gigantisch. In Williamsburg (Brooklyn) wird es zwischendurch ruhiger, hier leben viele orthodoxe Juden, die sich nicht sonderlich für den Marathon interessieren. In der Bronx ist eine riesige Anlage aufgebaut – aus der Techno-Musik dröhnt – Ohrenstöpsel könnten helfen....

**Heimweg:**

Super, man hört nur:

You did it! Congratulation! Good job!

Keiner fragt nach der Laufzeit (außer er ist Deutscher).

Fazit:

Für jeden Marathonläufer ein Highlight. Ich werde auf jeden Fall nochmal in New York laufen.
