

36. Rock'n'Roll Madrid Maratón * Sonntag, den 28.04.2013

Madrid – Im Gegensatz zu Metropolen wie Paris, Rom oder London wissen die meisten Deutschen relativ wenig über kulturelle oder historische Höhepunkte der größten Stadt Spaniens. Vielleicht nur soviel: es ist eine Hauptstadt und es gibt Real Madrid, aber sonst? Selbst der Madrid-Marathon ist anders als in vielen anderen Europa-Hauptstädten nicht der größte Marathon des eigenen Landes, sondern muss sich hinter dem Barcelona-Marathon als nur zweitgrößter Marathon einreihen. Wir hatten zunächst ebenfalls den Barcelona-Marathon am 17. März 2013 im Visier gehabt. Wir, das waren diesmal ich und mein guter Freund Andreas, der schon seit mehreren Jahren endlich seinen ersten Marathon laufen wollte, und zwar bevorzugt in Spanien. Wegen dem relativ harten Winter und diverser kleiner Wehwechen wurde die Mission „Finisher-Medaille“ dann kurzfristig um sechs Wochen auf den Madrid-Marathon verschoben. Und um auf Nummer Sicher zu gehen und keinen weiteren „Ausreden“ eine Chance zu geben, folgte Anfang Februar die verbindliche Marathon-Anmeldung, Reservierung eines Hotelzimmers und die Buchung der Flugtickets nach Madrid.



Nach einer störungsfreien Anreise mit Zwischenlandung und Umsteigen in Paris, landeten wir am Freitag-Nachmittag in Madrid. Mit dem Airportbus erreichten wir schnell und relativ günstig unser gebuchtes Hotel im Zentrum der Madrider Altstadt. Es folgte eine erste kleine Stadtbesichtigung mit Einkehr in einer der zahlreichen urigen Tapas-Bars. Bei einem Glas Bier trafen wir zufällig einen deutschsprachigen Gast, der uns wärmstens die Nudelparty am Samstag-Mittag ans Herz legte. Mit dieser Empfehlung im Ohr fuhren wir am nächsten Morgen mit der Metro zum Casa de Campo, einem Areal mit mehreren Sport- und Veranstaltungshallen am Rande der 3,5 Millionenstadt, wo die Marathonmesse mit Startunterlagenausgabe stattfand. Die Startertüte war mit einer bunten Madrid-Marathon Zeitschrift, diversen Ausschreibungen, Informationsblättern und einem Massageöl-Fläschchen bestückt. Außerdem gab es ein knallrotes Adidas-Funktions-Shirt und erstmals in meiner Marathonkarriere einen Kaffeebecher mit dem Veranstaltungslogo. Auf der Rückseite der Startnummer war ein im Startpreis bereits enthaltener recht klobiger Time-Chip aufgeklebt. Seit 2012 gehört der Madrid-Marathon zu der weltweiten Rock'n'Roll Marathon Serie und trägt daher auch dessen Titel-Namen. Der erste Rock'n'Roll Marathon lief bereits 1998 im amerikanischen San Diego. Seit dieser Zeit wächst die Zahl der Veranstaltungen stetig an und findet inzwischen in über 25 US-Staaten und Kanada statt. Madrid war letztes Jahr die erste europäische Station. Inzwischen gibt es weitere Europa Rock'n'Roll Lauf-Events in Edinburgh, Nizza, Porto, Oslo, Dublin und in Lissabon.

36. Rock'n'Roll Madrid Maratón * Sonntag, den 28.04.2013

Neben einem großen Stand des Veranstalters waren auf der Marathon-Messe auch sehr abwechslungsreiche Stände diverser Sporthändler, Lauf- und Reiseveranstalter, Medienvertreter und örtlicher Betriebe aus der Gesundheitsbranche vertreten. Nach einem intensiven Messe-Rundgang verließen wir die Sportmesse, um unseren aufkommenden Hunger auf der Pastaparty in einer benachbarten Halle zu stillen. Draußen vor dem Eingang überraschte uns eine mehrere hundert Meter lange Menschenglange, die sich mittlerweile vor der Startnummernausgabe aufreichte. Auch vor der Halle, wo die Pastaparty stattfinden sollte, bildete sich eine längere Menschenglange. Da der Einlass zum Nudessen pünktlich um 13:00 Uhr begann, löste sich diese Schlange dann aber relativ schnell auf. Es gab reichlich Nudeln mit Tomatensoße, dazu ein Brötchen und eine Orange als Nachtisch. Auch Getränke gab es gratis in reicher Auswahl. Ein vorbildliches Angebot an Cola, Fanta, Orangensaft, Mineralwasser und frischgezapftem Bier ohne jegliche Mengenbeschränkung!

Am Nachmittag trafen wir uns in der Stadt mit einer spanischen Freundin, die für uns eine sehr erfreuliche Nachricht hatte. Am Abend sollte um 20:00 Uhr in der spanischen Fußball-Liga (Primera Division) das Madrider Stadtderby „Atletico“ gegen „Real“ stattfinden. Über einen Kollegen konnte sie uns zwei Eintrittskarten zum regulären Verkaufspreis von je 70,00 EUR besorgen. Eine vergleichbare Kartenkategorie ist in Deutschland wesentlich günstiger und kostet beispielsweise in Nürnberg mit Topzuschlag maximal 30,00 EUR. Da es ein Heimspiel von „Atletico“ war, fand das Spiel im genau 54.851 Zuschauer fassenden vereinseigenen Estadio Vicente Calderón statt. Mit einem Heimsieg hätte „Atletico“ den Rivalen „Real Madrid“ vom 2. Platz verdrängen können. Wir waren bereits zwei Stunden vor dem Anpfiff am Stadion, um uns mit Julio, dem besagten Kollegen, zwecks Kartenübergabe zu treffen. Die umliegenden Straßen füllten sich zusehends mit Atletico-Fans, die sich scheinbar alle vorm Stadion zu einem oder mehreren Glas Bier treffen. Real-Fans waren nicht zu sehen. Von Julio erfuhren wir, dass es in Madrid bei den Stadt-Derbys nicht üblich sei, als Gast das jeweils andere Stadion zu betreten.



36. Rock'n'Roll Madrid Maratón * Sonntag, den 28.04.2013



Das Stadion füllte sich erst kurz vor dem Anpfiff. Beim Einlauf der Mannschaften sind wir ein Teil einer fantastischen Stadionchoreografie. Aus über 50.000 Kehlen wird die Vereinshymne von Atletico intoniert – Gänsehautstimmung pur – und als nach vier Minuten das 1:0 für die Hausherren fiel, kam auch ein euphorischer Jubel hinzu. Die Gäste von „Real“ spielten nur mit einer sogenannten B-Elf und schonten einige Stars für das in drei Tagen im Madrider Bernabeu Stadion stattfindenden Champions League

Halbfinal-Rückspiel gegen Borussia Dortmund. So mussten wir unter anderem auf die arrogant wirkende Spielweise eines Cristiano Ronaldo oder auf die eleganten Dribblings eines Mesut Özils verzichten. Dennoch kam „Real“ noch vor der Pause mit seiner ersten Chance überhaupt zum überraschenden 1:1 Ausgleich. In der zweiten Halbzeit fiel dann nicht nur das entscheidende 2:1 für „Real“, sondern auch beständiger Nieselregen vom Himmel.

Am Marathon-Sonntag war der Start für 9:00 Uhr angekündigt. Die Wetterprognosen ließen nichts Gutes zu, 4-8 Grad Kälte und sehr hohe Regenwahrscheinlichkeit, aber es war trocken. Kurz nach 8 Uhr und einem kräftigenden Frühstück sind wir mit der Metro zum drei Stationen entfernten Startbereich gefahren. Schon auf dem Weg zur U-Bahn sind uns die relativ vielen Polizisten auf der Straße aufgefallen. Auch in den Eingangsbereichen der Metro und an den Gleisen patrouillierten viele Policia-Uniformierte. Das waren zusätzliche Sicherheitsmaßnahmen als Folge der schrecklichen, menschenverachtenden Ereignisse während des Boston-Marathons vor 14 Tagen. Wie bei vielen anderen Marathonläufen in den letzten zwei Wochen, so stand auch hier das Boston-Drama im Mittelpunkt. Mit mehreren Aktionen unter dem Motto „Madrid corrió por Boston“ (Madrid läuft für Boston) wurden der Opfer des Bombenanschlags gedacht. So gab es vor dem Start eine Schweigeminute, an jeden Läufer wurde ein schwarzer Trauer-Button zum Befestigen an der Startnummer verteilt und man konnte auf der Marathonmesse seine Trauerbekundung auf einem großem Poster niederschreiben.



Im Startbereich an der Plaza de Colón erwartete uns zunächst eine chaotisch anmutende Lage, zumindest was die Abgabe der Kleiderbeutel betraf. Für über 20.000 Marathon-, Halbmarathon- und 10 km Lauf-Teilnehmer standen 12 LKW bereit. Vor jedem LKW wartete eine sehr lange Menschengruppe. Der große Andrang war wahrscheinlich auf die sehr kühle Witterung

36. Rock'n'Roll Madrid Maratón * Sonntag, den 28.04.2013

zurückzuführen. Bei „normalem“ Wetter kommen viele Läufer lauffertig zum Start und sind nicht, wie heute, auf Wechselkleidung angewiesen. Die Kleiderbeutel waren unnummeriert und nicht – wie von vielen anderen Läufen gewohnt – mit der persönlichen Startnummer beschriftet. Vor dem LKW musste jeder Beutel erst mit einer neuen Nummer versehen werden. Dieses Procedere wirkte sehr zeitintensiv. Erst wenige Minuten vor dem Start, konnten wir beide unseren Kleiderbeutel in einem LKW „loswerden“. Eine junge Helferin klebte eine etwa Briefmarkengroße laufende Nummer auf den durchsichtigen Kleiderbeutel und dieselbe Nummer auf meine Startnummer, als Nachweis für die Beutelnrückgabe im Ziel. Erstaunlicherweise gab es nur vereinzelte Unmuts-Schreie aus dem hinteren Wartebereich. Zwei Minuten vor dem Startschuss waren wir in unserem (letzten) Startblock. Nach dem Start mussten wir jedoch weitere 13 Minuten warten, bis wir an die Startlinie kamen und starten durften. Zwar wurden die Zeiten Netto und Brutto gemessen, die Reihenfolge in der Ergebnisliste wurde jedoch ausschließlich auf Bruttobasis erfasst.

Nach dem Start liefen wir auf dem Prachtboulevard Richtung Norden. Es ist frisch, vereinzelte Sonnenstrahlen drängen durch die Wolkendecke und kämpfen um die Vorherrschaft. An einer Bushaltestelle zeigt die digitale Anzeige 6 Grad an. Wahrlich kein Hitzelauf. Nach 3,5 km passierten wir das berühmte 85.000 Menschen fassende Estadio Santiago Bernabéu, die Heimat von Real Madrid, dem erfolgreichsten Verein der europäischen Fußballgeschichte. Hier wendeten die 10 km-Läufer und liefen zurück zum gemeinsamen Zielbereich. Alle zwei bis drei Kilometer war eine Bühne aufgebaut, auf der Music-Bands rockige Musikstücke spielten. Erst bei km 13 ist uns erstmals eine etwas größere jubelnde Zuschauermenge vor und neben einer solchen Aktionsbühne aufgefallen. Grundsätzlich konnte man jedoch relativ wenig Publikum wahrnehmen. Zwischen km 16 und 17 verließen nun auch die Halbmarathonläufer den Marathonkurs und liefen direkt Richtung Zielbereich. Dabei verpassten sie etwa zwei Kilometer später die – meines Erachtens nach – „lebendigste“ und stimmungsvollste Streckenpassage. Die „Puerta del Sol“ ist das pulsierende Zentrum der spanischen Hauptstadt. Auf diesem Platz befindet sich zugleich der Kilometer Null des spanischen Straßennetzes - eine überaus beliebtes Fotomotiv. Von hier ging es weiter vorbei am Königspalast und noch vielen anderen Prachtbauten bis zum Erreichen der Halbmarathonmarke.



Die zweite Streckenhälfte begann mit dem Einlauf in den „Parque del Oeste“, einem beliebten Madrider Naherholungsgebiet. Leider hat inzwischen die Sonne den Kampf gegen die tiefhängenden Wolken komplett verloren und die ohnehin schon sehr niedrigen Temperaturen fühlten sich nun noch viel kühler an. Hinzu kam ein immer stärkerer böigerer Wind, der für eine weitere völlig unnötige Abkühlung sorgte. Bei km 26 gab es die einzige Verpflegungsstelle auf der gesamten Laufstrecke, es wurden PowerBar Gel's gereicht. Ansonsten gab es alle 2,5 km Trinkstellen mit Wasser aus 0,3 Liter Plastikflaschen und alle 5 km Halbliter-Flaschen von Powerrade mit einem blaufarbigem Isogetränk. Und junge Helfer in knallgelben Westen auf Skates verteilten rollend auf der gesamten Strecke Vaseline und Pflasterstreifen für die empfindlichsten Stellen des Körpers.

36. Rock'n'Roll Madrid Maratón * Sonntag, den 28.04.2013

Bei km 34 liefen wir links am zweiten großen Fußballstadion der Stadt Madrid vorbei, dem Stadion von „Atlético Madrid“, in dem wir gestern Abend das Stadtderby gegen „Real Madrid“ live erleben durften. Noch bevor wir bei km 40 den im Zentrum von Madrid liegenden „Parque El Retiro“ mit dem Zielbereich erreichten, fing es auch noch zu regnen an. Statt in den Retiro Park hinein, mussten wir jedoch zunächst um den Park außen herum laufen. Nur die letzten etwa 500 Meter führten durch den wunderschönen „Parque El Retiro“. Überglücklich erreichten wir die Ziellinie. Leider waren inzwischen die Finisher Medaillen ausgegangen. Dafür gab es noch reichlich Zielverpflegung. Bananen,



verschiedene Getränke, Müsliriegel und große Packungen mit Nuss-Mischungen. Trotz der sehr kalten Temperaturen und zum Teil böigen Winden erreichten heute zum ersten Mal in der 36jährigen Madrider Marathongeschichte über 10.000 Marathonläufer das Ziel. Madrid ist damit die 13. Europäische Marathonveranstaltung (und nach Barcelona die zweite spanische) bei der mindestens einmal eine fünfstellige Finisherzahl erreicht wurde. Die Europäische Bestenliste wird von London, Berlin und Paris mit jeweils über 32.000 Finishern angeführt. Deutschland ist gleich viermal vertreten. Neben Berlin (35.653 Finisher im Jahr 2008) gehört auch Hamburg auf Platz vier mit 17.488 Finishern 2005, Köln-Marathon mit 14.224 Zieleinläufern 2002 und Frankfurt mit 12.428 Finishern 2011 dazu. Nach dem Abholen des Starterbeutels ging es nun mit dem Taxi zurück zum Hotel, wo eine heiße Dusche wartete.



Fazit zum 36. Rock'n'Roll Madrid Maratón am 28.04.2013:

Das war mein 222. Marathon und mein zehnter Start in Spanien. 6:02:14 Stunden nach dem Startschuss erreichten 10.469 Finisher, darunter 875 Frauen das Ziel, was einem Frauenanteil von (nur) 8,4% entspricht. Die Startgebühr beträgt je nach Anmeldezeitpunkt zwischen 50,00 und 85,00 EUR inklusive Funktions-Shirt und kostenloser Eintrittskarte für 2 Personen für die Pastaparty am Samstag mit Nudeln und freien Getränken. Nächster Termin: 27. April 2014 www.maratonmadrid.org