

## Lachend durch das verregnete Tübingen: Die verrückte 100-km-Staffel

Die Stadt Tübingen war am 22.06.2024 Schauplatz eines außergewöhnlichen sportlichen Ereignisses. Der 36. Staffellauf über 100 Kilometer um den Pokal der Universität Tübingen stand auf dem Programm und wir vom TF waren mit dabei. Bei zunächst strahlendem Sonnenschein sammelten sich 60 hoch motivierte Mannschaften auf dem Sportgelände der Universität. Eine Mannschaft besteht aus 10 Läuferinnen und Läufern, mindestens zwei Frauen müssen dabei sein. Bei uns waren es sogar vier Frauen: Gabi, Gaby, Giovanna und Geli, bärenstarke 4-G-Power. Die sechs Jungs:



Andreas, Daniel, Detlev, Felix, Hannes und Thomas. Der 1km lange Rundkurs führte dabei zunächst auf die klassische Tartanbahn und anschließend über eine Finnenbahn, die ein bisschen an die Holzhackschnitzel auf einem Spielplatz erinnerte. Dazwischen Übergangspassagen aller Art. Dieser Rundkurs musste 51-mal gelaufen werden. Zuerst zwei Solo Frauenrunden und dann 49 beliebige gemischte Runden, die immer zu zweit gelaufen wurden. Der Reiz lag darin, die richtigen Pärchen zu finden, galt es doch möglichst kräftesparend, aber dennoch schnell den Rundkurs zu absolvieren und das nächste Paar auf die Strecke zu schicken. Die durften nämlich erst starten, wenn beide Läufer der aktuellen Runde in der Wechselzone auf Schulterhöhe waren. Bei diesem Staffellauf wurde aber nicht nur verbissen um den Sieg gerannt - wir ja sowieso nicht. Der Spaß am sportlichen Miteinander stand im Vordergrund, denn der 100-km-Staffellauf in Tübingen ist mehr als nur ein Laufwettbewerb – er ist ein Fest des Teamgeistes und der Ausdauer.



Auf der ersten Runde der Startläuferinnen schien noch die Sonne, doch das Wetter hatte andere Pläne. Wir waren ja schon vorgewarnt, dank Vorhersage und Wetter-App: es folgte stetiger Regen mit unterschiedlicher Intensität, begleitet von Blitzen und Donnerrollen. Zwischendurch stand die Weiterführung der Veranstaltung auf der Kippe, aber die Verantwortlichen entschieden sich fürs Weitermachen. So verwandelte sich die zuerst angenehme Finnenbahn in eine butterweiche Unterlage, die viel Kraft kostete. Die Tartanbahn stand auf der Innenbahn zwischendurch unter Wasser, also hieß es, entweder nasse Füße zu





bekommen oder den weiteren Weg auf einer äußeren Bahn zu nehmen. Und die Übergangsbereiche waren rutschig, schlammig, eng und standen auch unter Wasser.

Höchstkonzentration war angesagt, um nicht zu stürzen. Die Veranstalter bemühten sich unerbittlich, das stehende Wasser wegzuschieben oder Passagen anzupassen, um schlimme und folgenreiche Stürze zu verhindern. Ein großer Dank gilt daher auch dem Veranstalter, der komplette Staffellauf war top organisiert.

„Das ist wie ein Barfuß-Park ohne Eintritt,“ lacht Detlev. „Wir sind durch Pfützen gesprungen, haben uns gegenseitig motiviert und sind trotz des Wetters alle mit einem Lächeln im Gesicht gelaufen.“ Kein Wunder, denn Detlev läuft barfuß und

konnte als einziger Barfußläufer der Veranstaltung mit der Zehenkraft eines Geparden und der Hartnäckigkeit eines Eichhörnchens seinen Vorteil bzgl. des Untergrundes nutzen und dazu beitragen, dass wir das ursprüngliche Zeitlimit von 4 Stunden und 10 Minuten einhalten konnten. Das Zeitlimit wurde aufgrund der Wettersituation aufgehoben und alle Teams durften ihre 51 Runden ins Ziel laufen und wurden gefeiert. Mit 4:08:30 sind wir stolz und überglücklich, damit hatten wir ursprünglich nicht gerechnet. Aber zum Schluss hat uns der Ehrgeiz gepackt und durch taktische Platzierung der Pärchen hat's gereicht. Bei 51 Runden mit je einem Kilometer ist das eine beachtliche Pace mit 4:52 Minuten pro Kilometer. Natürlich gab es Teams, die wesentlich schneller waren – deutlich jünger, SchülerInnen und StudentInnen- aber die Ü50 Wertung hätten wir bestimmt gewonnen, können wir doch alle zusammen locker die fehlenden Jahre von „Küken“ Hannes (26) ausgleichen.



Die Stimmung war ausgelassen, es war unheimlich kurzweilig, alle feuerten alle enthusiastisch an – Regenschirme in der Hand, schlammverspritzt, Gummistiefel an den Füßen oder vermatschte Laufschuhe - oder eben barfuß.

Der nächste Staffellauf ist bereits in Planung – an dieser Stelle herzlichen Dank an Felix für diese wunderbare Idee und Organisation. Wer Lust hat, Teil dieses einzigartigen Events zu werden, kann sich gerne bei uns melden. Denn bei diesem Lauf geht es nicht nur um Geschwindigkeit, sondern vor allem um Zusammenhalt und die Freude am Laufen – selbst im strömenden Regen.

Also Laufschuhe schnüren, Spaß haben und gemeinsam bei (fast) jedem Wetter durchs Leben laufen!



