

In diesem Jahr ging es zum 24Stunden Burginsellauf nach Delmenhorst.

Freitagnachmittag ging es los, da ich Stress mit Anreise und Zeltaufbau nicht am Wettkampftag haben wollte.

Samstagsmorgen wurden wir durch den Geräuschpegel der anreisenden Teilnehmer geweckt. Insgesamt reisten 88 Einzelläufer und 37 Mannschaften zum 24 Stunden - Staffellauf an und bauten ihre Zelte auf.

Es wird eine 1213,77m Parkrunde gelaufen.

Langsam fing es an zu kribbeln, noch vier Stunden bis zum Start.

Ich sah immer mehr bekannte Gesichter. Die Zeit bis zum Start verging sehr schnell. Mal ein Gespräch und die Vorbereitung der Eigenversorgung. Ich hatte zu viel mit. Der Veranstalter, hatte alles was das Ultraherz begehrt aufgetischt. Säfte verschiedener Sorten, Erdiger Alkoholfrei, Cola, Kaffee, Kiwi, Erdbeeren, Annanas, Melone, Banane Weintrauben...Kuchen, Zwieback, Löffel - Biscuit und Trockenobst, mehrere Sorten...

Am Abend gab es Nudeln und Folienkartoffeln mit Quark. Sonntagmorgen wurden belegte Brötchen zum Frühstück serviert.

Um 12 Uhr der Start. Das Wetter war während der ganzen Veranstaltung sehr gut, am Tag ca.20C° in der Nacht ca. 12C°.

Bis km 53 lief alles wie geplant, ich hatte keine Probleme. Danach fingen die Adduktoren an zu schmerzen. Diesen Schmerz kannte ich schon vom Hannover Halbmarathon, da bin ich einfach langsamer gelaufen, jetzt lief ich aber schon langsam und der Schmerz blieb. Ein Helfer vom Organisationsteam riet mir ins Sanitätszelt zu gehen, wo Physiotherapeuten sich um die Läufer kümmerten.

Der erste Versuch mich von meinem Schmerz zu befreien, war eine kurze Massage und Druck auf die schmerzende Stelle. Wenn es nicht besser wird soll ich wieder kommen.

Eine Runde, ich stand wieder im Zelt - neuer Versuch: Beininnenseite tapen, doch der Schmerz kam wieder, jetzt wurde der Oberschenkel bandagiert ohne Erfolg.

Ich lief noch 9 km, dann legte ich mich schlafen wollte aus dem Rennen aussteigen.

Nach 6 Stunden „Halbschlaf“ um 5.45 Uhr bin ich noch mal in den Lauf eingestiegen. Testen ob noch was geht. Bei sehr langsamen Laufen war ich fast schmerzfrei.

Jetzt war mein Ziel zwei Marathons zu laufen, als ich die 84Km erreicht hatte, wollte ich wenigstens 90km schaffen, von meinen 130 – 150 km die ich mir vorgenommen hatte.

Am Ende waren es 92,9 km.

Die Organisation des Laufes war sehr gut.

Das war nicht mein letzter Burginsellauf.