

## Stadt, Land und Berge – aller guten Dinge sind drei

Ich sitze nun hier, auf unserer Terrasse bei herrlichstem Wetter – blauer Himmel, Sonnenschein. Ein gemütliches, ruhiges Wochenende liegt vor mir (zumindest hoffe ich das) und lasse meine sportlichen Taten der letzten Woche Revue passieren. Daran möchte ich euch gern Teil haben lassen, denn für mich waren es besondere Erlebnisse und vielleicht werden diese Erlebnisse auch in Zukunft dem Einen oder Anderen von euch zu Teil werden.

Angefangen hat alles am Freitag, 12.08.2011 18.30 Uhr in Königstein. Hier fand der 7. DAK Festungslauf statt. In Prophezeiung auf Regen während des Laufes (so zumindest war es die letzten Jahre laut Kathrin) wurden wir 4 Läufer der Skizunft (Susanne, Acki, Kathrin und ich) wettertechnisch wieder mal überrascht, was in diesem Sommer ja keine Seltenheit ist. Denn statt Regen während des Laufes, regnete es davor und danach – was für ein Glück! Und auch so waren Temperatur- und Luftverhältnisse ideal zum Laufen – also an den Start und los!

Start war direkt in Königstein neben der Kirche und nach einer Runde durch Königstein ging es dann so richtig los, denn Ziel war ja oben auf der Festung. Und so leicht lässt sich eine Festung nun mal nicht bezwingen auch für neuzeitliche, tapfere, besonnene, willensstarke Helden irgendwelcher Tafelrunden nicht. Dies wurde mir im Wald beim Bezwingen der gefühlten „1000“ Stufen deutlich bewusst. Kurzzeitig kam in mir die Frage auf „Warum um Himmels Willen ist man nur so bekloppt nach 8 Stunden Arbeit so einen Lauf mitmachen zu wollen?“. Aber nun gut, ich war jetzt eben mitten drin, wollte es so und musste da irgendwie durch. Endlich, es wurde wieder flacher, kein Berg mehr. Wir waren am Fuß der Burg angekommen, den zu umrunden es nun galt. Schönes laufen – hoch und runter, geradeaus, auf Waldwegen – so stell ich mir das vor. Und so langsam mit dem guten Gefühl kommt auch wieder Kraft in die Beine und der Mut vom Start zurück. ABER oben auf der Festung waren wir ja lang noch nicht – egal es läuft, das ist das Wichtigste, was kommt kommt. Und so war auch die Runde um die Festung an ihrem Fuße schnell gelaufen und nun ging es daran Tatsachen sprechen zu lassen und die Festung zu erklimmen – es ging wieder steil bergauf – durch das untere Festungstor, die Rampe, oberes Festungstor, Festungstunnel und hoch hinauf auf die Festung – erstaunlicherweise, es lief, es lief sogar richtig gut. Sehr schön, weiter so, das Ziel zum greifen nah. Dachttest du! Oben angekommen mussten die tapferen Bezwinger eine letzte Runde auf dem Festungsring absolvieren.

Absolut gigantisch, ich bin tatsächlich von Königstein bis auf die Festung gerannt – auf historischen Pfaden – und dann dieser Blick – Gänsehaut stellt sich bei mir ein und ich fliege nur so ins Ziel mit einem Lächeln und einem

zufrieden gestellten inneren Schweinehund – dass hat sich doch richtig gelohnt.

Harter Lauf – tolle Kulisse. Immer wieder ein Erlebnis!

Nächster Tag – Samstag, 13.08.2011 8.30 Uhr klingelte der Wecker. Nach aufstehen war mir eigentlich nicht zu mute, schon allein beim Anblick des Wetters und der Inkompatibilität meines Vorhabens. Egal – versprochen ist versprochen und die Lust auf das Vorliegende war eh geweckt. So bereitete ich mich auf meine „Aufgabe“ vor, frühstückte ordentlich und dann sollte es eigentlich losgehen – aber es schüttete – gut, warte ich eben noch ein paar Minuten. Zum Glück hörte es so schnell wie es begonnen hat zu regnen auch wieder auf und ich konnte mich auf den Weg machen – mit dem Fahrrad erstmal nur zu Axel, da war Treff 9.50 Uhr ausgerufen, damit wir pünktlich 10.00 Uhr starten konnten. Der Beginn der Sommerferienfreizeit auf unserer Hütte. Im Vorfeld wurde zur Option gestellt, dass die Kinder – insofern sie das möchten – mit dem Fahrrad zur Hütte fahren können. Dafür haben sich drei Kinder der T2 gemeldet, das waren Edith, Vincent und Elias und da es ohne Begleitfahrradfahrer nicht möglich gewesen wäre, habe ich mich gerne dazu bereit erklärt, dieses „Amt“ zu übernehmen.

So ging es dann nach einer kleinen Verzögerung – Übeltäter war das Wetter – los. Unsere Route führte uns über alt bekannte Wege durchs Müglitztal. Unsicher war, ob wir trockenem Hauptes oben in Zinnwald ankommen würden – na mal schauen, überall ziemlich graue Wolken, kein schöner Anblick. Trotzdem fuhren wir, wir kamen zwar nicht weit, nur bis Heidenau – da fing es an zu regnen, nicht dolle, also fuhren wir einfach weiter und so hörte es auch augenblicklich wieder auf. Glück gehabt! Später erfuhren wir, dass unsere zwei Begleitfahrer Axel und Otti in ihre Autos flüchten mussten, weil die Wolken aufgebrochen waren und dem Unheil seinen Lauf ließen. Dieses Szenario wiederholte sich – die Fahrradfahrer umfuhren die Regenwolken und die Fahrzeugfahrer bekamen regelmäßig eine Wäsche von oben. Wollte uns hier etwa jemand etwas mitteilen? Kurios! Das Glück der Tüchtigen – den drei Kindern und mir sollte es Recht sein. Und so kamen wir kurz nach 14.00 Uhr an der Hütte an – zufrieden und glücklich, der Eine mehr, der Andere weniger geschafft.

Die restlichen Kinder wurden von den Eltern gebracht, so dass wir 16.00 Uhr vollzählig waren und einen „ruhigen“ Nachmittag verlebten.

Am nächsten Tag ging es mit den Fahrrädern Richtung Biathlonstadion und von dort Richtung Altenberg. Im Vordergrund sollten Bremsübungen stehen – wir waren ja im Gebirge und da geht es unweigerlich hoch und runter. Über die Scharspitze ging es zum Mittag zur Hütte zurück. Der Nachmittag war zur freien Verfügung frei geräumt, am Abend fand noch eine Schnipseljagd statt, welche ich aber nicht mehr erlebt habe, da ich mich 16.30 Uhr wieder auf den Heimweg machte und 18.00 Uhr zu Hause ankam.

*Von der Ferienfreizeit gibt es eventuell demnächst mehr zu lesen (dann aber nicht von mir).*

Und nun zum dritten Streich – aller guten Dinge sind ja bekanntlich drei.

Der 2. Dresdner Nachtlauf anlässlich des Stadtfestes am 19.08.2011. Oh mein Gott, diese Menschenmassen und das 20.00 Uhr – unglaublich aber wahr. Meine Startnummer hatte ich zum Glück schon am Vortag abgeholt, es wäre sonst ein Kampf gewesen diese noch rechtzeitig zu bekommen, denn ich war ein wenig knapp dran – alles aber noch im grünen Bereich. Nachdem ich mit dem Fahrrad in die Stadt gefahren war, war ich optimal erwärmt, ich legte meine Startnummer und Transponder an, gab mein Gepäck ab und machte mich auf den Weg zum Start – direkt gegenüber vom McDonalds auf der Wilsdruffer Str. – und wieder der Gedanke „Diese Massen an Menschen – ob das gut geht?“.

Die Läuferzahl belief sich auf ca. 2500 – unglaublich und diese Stimmung. Nun ich mischte mich unter die Läufer, ich fand meinen Platz, doch ich dachte mir „Oh, ziemlich weit vorn, ob das mal nicht nach hinten losgeht?“. Und dann ging es los – und wie! Der Startschuss fiel 20.21 Uhr zum Sonnenuntergang, begleitet von einem kleinen aber feinem Feuerwerk, doch nix passierte – warten – und dann nach zwei einhalb Minuten konnten wir uns laufend, später rennend auf den Weg machen.

Die Runde ging über Pirnaschen Platz vorbei an der Polizeiwache und der Synagoge auf den Elberadweg in Richtung Blaues Wunder unter unserer wundervollen neuen Brücke durch, zum Schillerplatz dort übers Blaue Wunder, auf der anderen Elbseite an der Elbe entlang vorbei an der Saloppe unter der in Bau befindlichen Waldschlösschenbrücke hindurch und über die Albertbrücke wieder auf die andere Elbseite, vorbei wieder an der Synagoge und der Polizeiwache ins Ziel, was vormals der Start war.

Eine tolle Runde, unsere drei schön beleuchteten Schlösser putzten sich für uns heraus, auch das Blaue Wunder und der Schillerplatz erstrahlten im Licht. Doch das Beste war die wunderschöne Dresdner Altstadt – einfach traumhaft, da vergisst man glatt weg zu rennen und man tut es trotzdem, weil man einfach mitgezogen wird, egal ob Mitläufer, durch die Anfeuerungsrufe der Zuschauer oder den Trommlergruppen und dem Fanfarenzug vor der Synagoge – klasse. So absolvierte ich die Runde in angestrebter Zeit und ohne Probleme – so soll es sein!

Da bleibt mir nur zu sagen „Auf ein Neues im nächsten Jahr!“.