

# Perfekter Laufurlaub

*Während die Marathonszene in Deutschland noch im Winterschlaf liegt, herrschen beim Runtalya bereits ideale Laufbedingungen*

Sonntagmorgen, kurz nach sechs. Die aufgehende Sonne spiegelt sich im Meer, es weht eine sanfte Brise, das Thermometer zeigt 14 Grad. Noch zwei Stunden, dann fällt der Startschuss zum 3. Internationalen ÖGER Antalya Marathon. Bereits auf dem Weg zum Start ist die mediterrane Atmosphäre der Stadt zu spüren. Die malerische Hafenmetropole glänzt mit ihrem romantischen Altstadtquartier, enge Gässchen winden sich zwischen historischen Holzhäusern entlang der alten Stadtmauer. Gewöhnlich sind die Straßen Antalyas um diese Uhrzeit verlassen. Heute aber herrscht hektisches Treiben. Immer wieder fahren Busse mit ganzen Läuferscharen die Palmallee entlang, in unmittelbarer Nähe zum Startbereich flaniert die Straßenbahn auf und ab – im Look des Laufevents versteht sich.

Am Fuße des Atatürk-Stadions haben sich bereits viele Zuschauer versammelt, in den Umkleidekabinen herrscht reger Betrieb. Über 2.000 Teilnehmer und rund 3.500 Volksläufer aus 27 Nationen schnüren ihre Laufschuhe. Hier treffen routinierte Marathonis auf reine Genussläufer sowie viele Einheimische, die, eingehüllt in simple Baumwoll-Shirts, dem Event sein ganz besonderes Flair verleihen. Denn die sportliche Fortbewegung auf zwei Beinen ist nicht gerade eine traditionelle Leidenschaft der Türken. Aber Gelegenheit schafft Läufer, sie alle wollen dabei sein.

So unterschiedlich die Ambitionen der Teilnehmer, so unterschiedlich auch ihre Vorbereitung. Während sich einige im Rahmen eines Laufseminars unter der Anleitung von Manfred Steffny, das auch 2009 wieder angeboten wird (siehe S. 174), den letzten Schliff geholt haben, haben andere einfach die Reize der Gegend genossen. Schließlich gilt die Türkische Riviera dank langgezogener Strände, idyllischer Buchten, historischer Felsengräber, uriger Basare und der versunkenen Stadt, einer faszinierende Unterwasserlandschaft vor der Insel Kekova, wo Fundamente alter Hafenanlagen unter der kristallklaren Meeresoberfläche blitzen, als be-

liebteste Urlaubsregion des Landes. Schöner kann man Sport, Kultur und Urlaub nicht miteinander verbinden. Als endlich der Startschuss ertönt, dauert es nicht lange und die ersten Läufer erreichen die Steilküste mit einem wunderschönen Ausblick auf das Mittelmeer und die Bucht von Antalya. Dahinter schillern die schneebedeckten Gipfel des Taurusgebirges in der Morgensonne. Die komplett gesperrte Straße führt an der Küste entlang. Links ragt ein Hochhaus neben dem anderen in den Himmel, rechts erstrecken sich gepflegte Parkanlagen mit Palmen, Zitronenbäumen und blühenden Sträuchern, dahinter das blaue Meer. Im absoluten Kontrast dazu steht der zweite Streckenabschnitt. Dem Meer den Rücken gekehrt, reiht sich in Kundu, der aufstrebenden Luxus-Touristenregion der Türkischen Riviera, ein Nobelhotel an das andere. Die nächste Neueröffnung wird das Istanbul sein, das teuerste Hotel Antalyas. Genau vor der Baustelle des mit viel Prunk versehenen Gebäudes von Russen-Milliardär Abramowitsch ist der Wendepunkt für die Marathonläufer. Jetzt das gleiche noch einmal – nur anders herum. Das Meer zur linken, zieht der Anblick des Taurusgebirges in der Ferne von hier an jeden Läufer förmlich Richtung Ziel. Im Rund des Fußball-Erstligisten Antalyaspor warten enthusiastische Zuschauer, die den letzten Metern einen würdigen Rahmen verleihen. Auf dem Rasen strecken müde Läufer ihre Beine von sich und genießen das Unterhaltungsprogramm mit Musik und traditionellen Tanzaufführungen. Eine Atmosphäre, die auch bei der vierten Auflage des ÖGER Antalya Marathons am 8. März 2009 wieder besonders sein wird. Nächstes Jahr gibt es zudem einige Neuerungen:

- Frauen starten kostenlos! Anlässlich des Weltfrauentages am 8. März übernimmt ÖGER die Startgebühren aller Frauen!
- Veränderter Startplatz mit grandiosem Blick aufs Taurusgebirge und veränderte Streckenführung für die Marathondistanz!



Autorin des Textes ist die Redakteurin des Laufmagazins **aktiv laufen** Laura Kathrein Müller. [www.aktiv-laufen.de](http://www.aktiv-laufen.de)



Mehr Infos zum Runtalya 2009 erhalten Sie auf den Seiten 172 bis 175 oder unter [www.oeger-marathon.com](http://www.oeger-marathon.com)