



Die köstliche Verführung beim längsten Marathon der Welt

Eine ganz andere Tour de France – Impressionen von einem Lauf mit 8 000 maskierten Sportlern

Von Wolfgang Stephan

Einfach himmlisch: Ein 94er Bordeaux im berühmten Château Lafite Rothschild bei angenehmen 26 Grad Außentemperatur mit lauter netten Typen an diesem herrlichen Spät-Sommertag in Südfrankreich. Wer kann da widerstehen? Eigentlich keine Frage. Und doch stellt sie sich für gut 8000 Lauf-Verrückte, die jede Menge Gläser heben könnten, wenn sie sich an diesem

Morgen nicht einer besonderen Form der Selbstkasteiung unterworfen hätten. „Marathon du Medoc et des Graves“ so nennt sich dieses Wahnsinnsunternehmen – ein Marathonlauf durch die berühmteste Weingegend der Welt. Durch 59 Weingüter, in denen jeweils der allerfeinste Bordeaux kostenlos gereicht wird. Alles wäre wunderschön, wenn da nur nicht die 42,195 Kilometer gelaufen werden müssten. Verführung pur, oder: Definiere deine Grenzen neu.

Eine 42,195 Kilometer lange Weinprobe, eine mobile Party, eine dreitägige Fete durch die berühmtesten Weinberge der Welt. Es klingt nicht nur wahn-sinnig, es ist der Wahnsinn, was an diesem Septembertag in südfranzösischen Pauillac, der Hauptstadt des Médoc, 50 Kilo-

meter nördlich von Bordeaux, passiert. Natürlich hatten auch wir (eine Laufcrew des Veranstalters www.interAir.de) vom berühmten Médoc-Marathon schon gehört, dem angeblich längsten Marathon der Welt, der freilich auch „nur“ über die obligatorischen 42,195 Kilometer führt. Aber: Es soll der längste Lauf sein, weil viele Mühe mit der Ideallinie haben und im Zickzack von Château zu Château laufen.

Köln Karneval-Stimmung bei angenehmen Temperaturen. Pauillac morgens kurz nach 9 Uhr: Aus Bussen und unzähligen Autos klettern die Läufer: Asterix, Obelix, Wikinger, Pharaonen, Gott Bacchus, Bären, Büffel, Bullen, auch entlaufene Sträflinge, Frankenstein verfolgt von King-Kong, ein Hochzeitspaar, ein trojanisches Pferd, Nonnen, eine Crew Männer mit nackten Hintern und davor die Frauen mit bemaltem Busen, Bodypainting mit Startnummer. Eine Traumwelt. Von den Parkplätzen bis zur Uferpromenade von Pauillac formiert sich der bunte Zug. Alle etwas verrückt. Eines allerdings vereint dieses bunte Volk der Karnevalisten: Ganz unten sind sie alle gleich: Sie stecken in Laufschuhen, die das Problem der nächsten vier bis sieben Stunden deutlich machen. Es geht nicht zum Rosenmontagszug, Gelaufen werden muss ein echter Marathon. Doch im Gegensatz zu den großen Stadt-Läufen hält sich am Start die Nervosität in Grenzen. Zumal die Franzosen ein perfektes Event-Programm bieten. Samba-Gruppen und fahmenschwenkende, leicht-beschürzte Girls auf Podesten entlang der gut einen Kilometer langen Startbahn.

„On y va“. „Auf geht's.“ Als pünktlich um 9.30 Uhr der Startschuss fällt, ist keineswegs abzusehen, welche Höhenqualen diese Tour bringen wird. Im Gegenteil.

Fröhlich gehen die fast durchweg maskierten Läufer (so will es die Tradition) auf die Strecke. Vorneweg ein paar ernsthafte Sportler ohne jede Maskerade. Angeblich, so wird uns am Abend erzählt, sollen die im Ziel ausgepiffen worden sein. Weil sie viel zu schnell gelaufen und weit unter drei Stunden angekommen waren.

42,195 Kilometer durch die Weinberge. Alles, was vorher über diesen Marathon erzählt wurde, stimmt oder wird übertroffen. Umgeben von Weinbergen führt die leicht hügelige Strecke direkt an einigen edlen Adressen vorbei: Cos d'Estournel, Château Lafon-rochet, Cave Marquis de St-Estephe, Lafite Rothschild, Mouton Rothschild, um nur einige der 59 Weingüter zu nennen. Es wird gesungen, gelacht und lautstark angefeuert.

den im Feld. Aus der Tour de France wird allmählich eine Tortur de France. Wer nicht mehr ganz so schnell laufen kann, trottet einfach hinterher. Hier kämpft keiner gegen den anderen, sondern alle miteinander gegen den Einen: den inneren Schweinehund.

Der Weg ist das Ziel. Gut, dass es bei Kilometer 38 noch eine wohlverdiente Stärkung gibt: frische Austern aus Arcachon mit einem Gläschen Champagner. Den kleinen Imbiss mit einem vorzüglichen Champagner abrunden, das klingt verdammt gut.

A dieu, ihr guten Vorsätze. Schluss mit der Qual. Einen von unzähligen eifrigen Helfern fährt mit dem Messer zwischen die kalkigen Blätter der Schale, trennt die obere ab und hält die untere hin. In ihrer Mitte zuckt das gelblich-graue Gelee.

Drei Minuten reichen für fünf fangfrische Austern und den Champagner. Wie erwartet köstlich. So ähnlich muss Gott in Frankreich

leben. Nur noch vier Kilometer. Aber vier Kilometer nach bereits gelaufenen 38 sind unendlich weit. Normalerweise fängt, so die Marathon-Bibel von Manfred Steffy, ein Marathon erst bei Kilometer 30 so richtig an. Jedenfalls in Bezug auf das kollektive Leiden. Diesmal ist das alles anders. Bis zur Austern-Bar ging es relativ glatt.

Doch nun verlieren auch die letzten Marathonis ihre Gelassenheit und entschwanden im Nirwana des Runners Hight. Das ist das, was die Finisher später als körperliche Grenzerfahrung bezeichnen. Eine Art schwerelose Euphorie entsteht, gepaart mit Schmerzen an allen Ecken und Enden, die dich unablässig begleiten. Keiner will jetzt mehr reden.

Der Champagner ist offensichtlich sofort ins Blut geflossen.



Schwere Beine gegen die angenehme Leichtigkeit des Seins. Nur noch drei Kilometer. Eine Ewigkeit. Nicht einmal das Stummelschwänzchen an Bunny-Kostüm vor uns (über das wir vor Stunden so herrlich gespottet hatten) und die Blonde mit dem verwachsenen Painting auf dem Busen lenken ab. Laufen, laufen, laufen. Der Kopf dröhnt. Und dann endlich: Da vorne wartet die Erlösung. Je höher die Qualen, desto dichter die Zuschauer. Das Ziel ist in Sichtweite. Stimmungswandel. Hallo, ihr lieben Endorphine, endlich seid ihr da.

Nach für die Verhältnisse gerade noch einigermaßen akzeptablen fünf Stunden (am Ende Platz 3594) – beginnt die wahre Tour de France mit Abklatschen, Samba und einem Ziel vor Augen, in dem jeder Läufer zur Medaille das bekommt, was ihm auch die nächsten Stunden versüßen wird: eine Flasche Bordeaux und eine Massage. Wer noch stehen kann, feiert am Abend in Pauillac. Bei der Fete „Sans Pattes“ (ohne Füße) mit Musik und Feuerwerk.

Als sportliches Dessert erwartet uns am nächsten



Morgen eine weitere Herausforderung. „La balade du Haut-Médoc“, diesmal ein zwölf Kilometer Kurs durch der namhafte Weingüter nord-

westlich von Pauillac. „Balade“ soll wohl Spaziergang heißen. Aber nach einem Marathon gibt es keinen Spaziergang. Und so traben gut 4000 Läufer mit kapputten Füßen vom Vortag los, um sich am Ende zu einem grandiosen Wein-Menü zu versammeln. Der Schluss ist in Ordnung.

Gut, dass nach vier Kilometern eine Abkürzung sichtbar wird. Nur Verrückte latschen so lange durch Weinberge.



Die Seite zum Thema: Der Médoc-Marathon in Bordeaux

Dichtgedrängt die Zuschauer. Eine Stimmung wie bei der Tour de France. Bis Kilometer 22 bleiben die meisten Läufer trocken, wiewohl bis dahin schon 27 Châteaux lockten. Die Gläser standen bereit. Und nun das bei Kilometer 22: beim Probieren des 94iger Lafite Rothschild soll ein zarter Schmelz von Pflaume und Vanille auf der Zunge zergehen, erzählt eine adrette Französin. So wie sie aussieht, muss das stimmen. Die meisten werden schwach und widmen sich dem edlen Tropfen. Standhaft bleiben. Danach wieder laufen in bester Stimmung. Keine schmerzverzerrten Gesichter, fröhliches Lachen dominiert. Noch. Das nächste Weingut wartet. Château Lafon-Rochet. Nach weiteren zehn Kilometern und sieben Weingütern hat sich die Lage etwas verändert. Irgendwie sind alle ruhiger gewor-

