

Wettkampfbericht – Oslo – Halbmarathon 16.09.2023

v. Joachim Gutekunst

Mein Sohn Simon lebt inzwischen in der norwegischen Hafenstadt Bodø oberhalb des Polarkreises. Da bietet es sich für zwei Ausdauersportler regelrecht an, sich auf halber Strecke in der norwegischen Hauptstadt Oslo zu treffen und gemeinsam die halbe Marathondistanz zu laufen. Mit insgesamt 20.000 Teilnehmenden in allen drei Laufwettbewerben, Marathon, Halbmarathon und zehn Kilometer, zählt die Veranstaltung schon zu den größeren Laufevents in Europa.

Am Wettkampftag war es kühl, aber trocken und somit herrschten beste Bedingungen für einen Lauf durch die wunderschön gelegene Stadt am Oslofjord. Vor dem Start um 13:30 Uhr drängten sich die Menschenmassen, LäuferInnen und ZuschauerInnen um den Rathausplatz. Glücklicherweise konnten wir den Start zu Fuß erreichen. Dort gab es nämlich ein nicht unerhebliches organisatorisches Problem. Für die Masse an LäuferInnen gab es an zwei Standorten lediglich zirka zwanzig Toiletten. Dementsprechend groß waren die Warteschlangen davor. Ob alle es noch rechtzeitig zum Start geschafft haben, lässt sich bezweifeln. Ansonsten war die Organisation hervorragend und auf die Minute genau fiel der Startschuss.

Simon und ich hatten von vornherein vereinbart, dass wir gemeinsam laufen und er sozusagen als mein persönlicher Tempomacher fungiert. Der erste Streckenabschnitt mit einem leichten Anstieg führte in einer Schleife um den Frognerpark mit den bekannten Granitskulpturen des Bildhauers Vigeland. Dann erfolgte ein langer flacher Abschnitt Richtung Hafen und Aker Brygge. Dort standen die ZuschauerInnen dichtgedrängt und sorgten für gute Stimmung im Läuferfeld. Mit über 8000 Teilnehmenden nur im Halbmarathon riss das Läuferfeld auch nie ab und man lief immer in einer größeren Gruppe mit. Nach dem flachen Abschnitt am Hafen wurde es für alle noch einmal sehr herausfordernd. Bis Kilometer 17 ging es nur noch steil nach oben Richtung St. Hanshaugen. Dort eine Runde um den gleichnamigen Park und anschließend nur noch bergab Richtung Ziel am Rathausplatz. Dieser letzte Abschnitt eines Halbmarathons ist oft nur hart, durch das Bergablaufen jedoch und die begeisterten ZuschauerInnen flog man die letzten Kilometer regelrecht ins Ziel. Mit einer Zielzeit von 1 Stunde 45 Minuten und 45 Sekunden landete ich auf Platz 41 von 181 Teilnehmern in meiner Altersklasse. Und war damit hoch zufrieden. Nicht zuletzt war dies auch nur möglich, weil mich Simon als Pacemaker die 21 Kilometer konstant bis ins Ziel begleitet hat.

