

Kalle Kwiatkowski, Siggie Tinibel, Rita Broschk, Ritas Mann Detlef und Salvatore Treccarichi reisten bei der offiziellen Mannschaftsfahrt 2007 der Lauf- und Walkingabteilung zum Amsterdammarathon in die Niederlande.

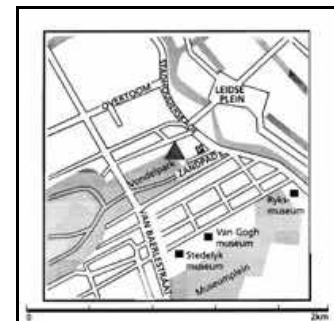
Als einziger aktiver Sportler fuhr übrigens Salvatore nach Amsterdam, um hier seinen 8. Marathonlauf zu bestreiten. Mit Rita, Kalle, Siggie und Detlef hatte er seinen eigenen „Fanclub“ dabei.

Bereits am Freitagnachmittag fuhren die fünf Gelsenkirchener mit Salvatores PKW nach Amsterdam. Zunächst ging es zum P+R-Parkplatz des **Transferium ArenaA** (Ajaxarena) außerhalb von Amsterdam.

Dabei folgte die Reisegruppe den offiziellen Reiseempfehlungen, aufgrund astronomisch hoher Parkpreise nicht mit dem PKW in die Innenstadt zu fahren. Statt 4 Euro/Stunde zahlt man nämlich im P+R-Parkplatz des Transferium ArenaA nur 5,5 Euro/Tag und erhält zudem für 5 Personen die kostenlose Hin- und Rückfahrkarte des ÖPNV in die Innenstadt.

Ohne aufwendige Parkplatzsuche und Quälerei durch den innerstädtischen Verkehrsstau gelangten Kalle, Siggie, Rita, Detlef und Salvatore innerhalb von 30 Minuten vom P+R-Parkplatz bis zu ihrer Unterkunft.

Untergebracht war die Gruppe in einem 5 Bett-Zimmer im **Stayokay Amsterdam**, und zwar im **Vondelpark**. Die Unterkunft war einfach, aber sauber und enthielt einen eigenen Dusch- und WC-Raum. Am Morgen gab es ein gutes Frühstück, das nichts zu Wünschen übrig ließ, und für den Nachmittag ein Lunchpaket. Und das Beste, das Hotel lag so zentral, dass man viele Sehenswürdigkeiten der Innenstadt zu Fuß erreichen konnte. So befand sich der Leidesplein, eine der Hauptpunkte des Amsterdamer Nachtlebens, nur wenige Hundert Meter entfernt. Außerdem führte die Marathonstrecke unmittelbar am Hotel vorbei. Bis zum Start und Zielort des Marathons waren es nur etwa 2 km.



Das Stayokay Amsterdam im Vondelpark



Auf dem Foto: Kalle, Detlef, Rita, Arjen, Salvatore und Siggie

Am Freitagabend trafen sich unsere Vereinsmitglieder mit dem niederländischen Event-Manager Arjen de Ruyter. Arjen de Ruyter hat bereits selbst zwei Marathonläufe bestritten, und ist somit ein niederländischer Sportmanager, der über eigene sportliche Erfahrungen verfügt und auch schon große Sportevents auf die Beine gestellt hat. **Eines seiner neuen Ziele ist es, in Gelsenkirchen einen großen Marathon zu organisieren**, bei dem der Start und Ziel in der Schalke Veltins-Arena stattfinden soll.

Arjen hat hierzu mit der Stadt Gelsenkirchen und Schalke 04 Kontakt aufgenommen. Besonders wichtig ist ihm bei der Organisation die Einbindung lokaler Läufer. Deswegen hat er sich zu einem unverfänglichen Gespräch mit unseren Vereinsmitgliedern getroffen. Dabei haben sich unsere 5 Mitglieder mit ihrem niederländischen Sportkameraden bei einem Abendessen gut austauschen können.

Nun ist nur zu hoffen, dass die Stadt Gelsenkirchen diese große Chance wahrnimmt und die Idee eines großen Gelsenkirchener Laufevents unterstützt. Zumal Arjen spezialisiert ist, Großevents auch für die betroffene Stadt gewinnbringend auszutragen. Leider zeigt sich die Stadt Gelsenkirchen auch in dieser Angelegenheit recht träge. So wartet Arjen bereits sein mehr als einem Monat auf Reaktionen der Stadt.

Auch bei dem von uns organisierten Gelsenkirchener Volkslauf mangelt es unverständlicherweise an der Unterstützung der Stadt Gelsenkirchen.



Nach dem Treffen mit Arjen stürzten sich unsere fünf Vereinsmitglieder in das Amsterdamer Nachtleben. Nach lustigen Stunden in Amsterdamer Pubs kehrte die Gruppe gegen 2 Uhr Nachts ins Hotel zurück.



Trotz des einen oder anderen Bieres zuviel, stand die Gruppe jedoch am nächsten Morgen bereits um 8 Uhr recht früh wieder auf den Beinen.

Nach einem ausgiebigen Frühstück war man wieder bei Kräften und machte sich mit der Metro auf den Weg zum Olympiastadion. In dessen unmittelbarer Nähe fand in den Zuid-Hallen die Startnummerausgabe statt.

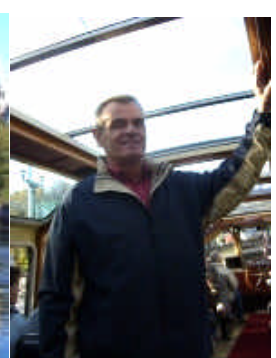


Auf der angegliederten Sportwarenmesse konnten unsere Vereinsmitglieder das eine oder andere Schnäppchen erwerben.

Auf der Messe bestand auch die Möglichkeit sich über weitere internationale Marathonläufe zu informieren.

So wurde auf der Messe in unseren Vereinsmitgliedern die Idee geweckt, im nächsten Jahr als neues Highlight zum Marathon nach Mallorca zu reisen. Der nächste Mallorca-Marathon findet am 19.10.2008 statt.

Salvatore und Siggie mit zwei Schönheiten vor einem Formel1-Auto



Auf den Fotos: Detlef und Rita,

Boot in einer Gracht,

Siggie auf dem Boot

Am Nachmittag machte die Gruppe zunächst eine Bootstour durch die wunderschönen Grachten der Stadt und nahm anschließend das umfangreiche Angebot der Amsterdamer Geschäfte in Anspruch.



*Nach der langen Freitagnacht überkam einige unserer Reisenden auf der Grachtenfahrt die Müdigkeit
Kalle, Rita, Detlef, Salvatore*



Ein aufgeweckter Detlef und

Kalle

Salvatore und Detlef

Aber auch am Abend vor dem Marathon ging es auf der Mannschaftsfahrt lustig zu. Siggie nahm die Gelegenheit wahr im Hotel mit einer Gruppe von **Läuferinnen aus Liverpool** Kontakt aufzunehmen und bei diesen Werbung für unseren Gelsenkirchener Volkslauf zu machen.



Auf dem Foto: Kalle, Detlef, Rita und Salvatore



Eine Gruppe von Läuferinnen aus Liverpool

Die Liverpooler Läuferinnen hatten sich zum Halbmarathon angemeldet, der erst um 14 Uhr startete, und konnten es daher am Vorabend feuchtfröhlich zugehen lassen. Anders unser Salvatore, dem bereits in den Morgenstunden ein schwerer Marathon bevorstand. Für ihn hieß es seine Teamkameraden um 22 Uhr an der Theke zurückzulassen und zum Krafttanken schlafen zu gehen.

Am Sonntagmorgen war es endlich soweit. **Salvatore Treccarichi** startete für die DJK TuS Rotthausen beim 32. Internationalen Amsterdam-Marathon.

Der Amsterdam-Marathon ist nach dem Rotterdam-Marathon der zweitgrößte der Niederlande und gehört ebenso wie dieser zu den schnellsten weltweit. Denn obwohl Amsterdam ein großer Stadt-Marathon ist, kann man diesen vom Leistungsniveau der Starter nicht mit Rennen wie Köln oder dem Ruhrmarathon vergleichen. Mehr als die Hälfte aller Starter kommt aus dem Ausland. Viele aus Großbritannien, Frank-

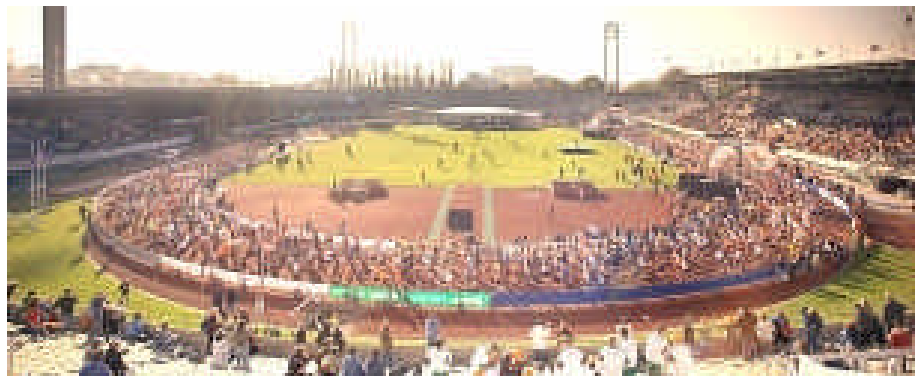
reich, Spanien, Italien und Deutschland. Bei diesen Teilnehmern handelt es sich meistens um erfahrene, schnelle Läufer, die auf ihrer Marathon-Laufbahn in Amsterdam eine neue Herausforderung suchen. Nur relativ wenige unerfahrene Marathonneulinge wagen sich in Amsterdam an den Start.

Von der Leistungsstärke der Starter kann man Amsterdam in etwa mit dem Baldeneymarathon vergleichen, was sich in folgender Auswertung widerspiegelt:

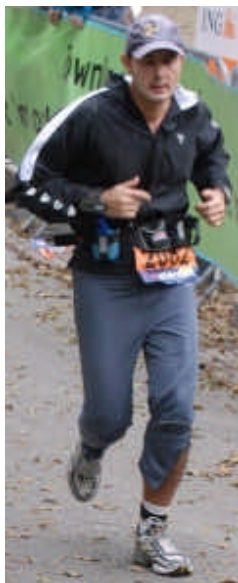
Männliche Finisher	< 3 h	3 h – 3:30 h	3:30 – 4 h	4 h – 4:30 h	4:30 h – 5:00 h	> 5:00 h
Baldeneymarathon	5,4 %	23,5 %	38,4 %	23,0 %	8,2 %	1,5 %
Ruhrmarathon	0,8 %	8,2 %	30,6 %	32,2 %	19,6 %	8,6 %
Amsterdam	5,8 %	20,3 %	32,3 %	24,9 %	11,7 %	5 %

Der Veranstalter verkündete 24.000 Teilnehmer bei den verschiedenen Wettbewerben. Im Ziel erfasst wurden hingegen nur 6.523 Marathonis (davon 4.800 Männer und 1.723 Frauen), beim Halbmarathon 8.450 und beim 5 km Lauf 1.325 Finisher. Außerdem noch 88 Firmenstaffeln.

Das Amsterdamer Teilnehmerlimit von 12.000 Marathonläufern wurde damit nicht annähernd erreicht. Verglichen mit den 4.235 Finishern beim Ruhrmarathon ist Amsterdam dennoch eine große Laufveranstaltung.



Der Start und der Zieleinlauf fanden imposant im von 1928 datierenden Olympiastadion statt. Nach einer ersten Runde von sieben Kilometern um den Vondelpark ging es nochmals vorbei am Stadion, und dann auf die zweite, größere Runde. Dabei ging es auf einer Länge von mehr als 10 Kilometern außerhalb der Stadt durch eine reizvolle Naturlandschaft beidseitig der Amstel. Aufgrund der hier teilweise fehlenden Publikumsunterstützung erschien einem dieser Abschnitt besonders lang. Aber nach km 25 ging es erneut durch die Innenstadt.



Salvatore

Und hier tobte ein niederländisches Volksfest. Mit allem Enthusiasmus feuerten die Zuschauer die Athleten an, sowohl die Spitzenläufer, als auch die breite Masse der Amateure. Mit Rasseln und Tröten, Rufen und Klatschen weckte das Publikum Kraftreserven aus den Aktiven.

Vorbei ging es an den historischen Grachten und alten Kaufmannshäusern, schließlich wie zu Beginn durch den stimmungsvollen Vondelpark und dann zum Zieleinlauf ins Stadion.

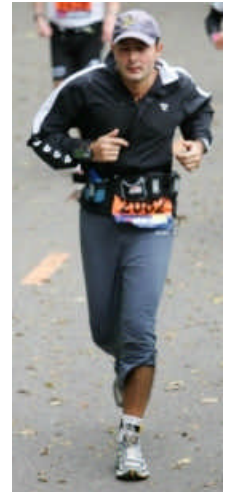
Sieger bei den Männern war übrigens der 29jährige Außenseiter Emmanuel Mutai aus Kenia in 2:06:29 Stunden. Ihm folgten sieben weitere Afrikaner. Erster Europäer war Kamiel Maase aus den Niederlanden in 2:08:21 Stunden. Auch die Siegerin der Frauen stammt aus Kenia, und zwar Magdaline Chemjor in 2:28:16 Stunden.

Salvatore startete bei seinem 8. Marathon mit der Vorgabe endlich unter 3:40 Stunden zu finishen. Seine bisherige Bestzeit war er beim Ruhrmarathon 2007 in 3:42:38 Stunden gelaufen. Zwar hatte er am Anfang seiner Vorbereitung grippebedingt einen Trainingsrückstand aufzuholen. Aber pünktlich vor dem Marathon war er wieder fit.

Die Ergebnisse bei seinen letzten langen Trainingsläufen und Wettkämpfen, aber auch der leichtere, da flacherer Streckenverlauf in Amsterdam waren gute Voraussetzungen für seine geplante Zielzeit unter 3:40 Stunden.

Doch beim Marathon spielte Salvatore das Wetter einen Streich. Am Samstag betrug die Temperatur nur 1° C am Morgen und auch am Tage wurden die 10° C nicht überschritten. Aufgrund dieser recht niedrigen Temperaturen entschied sich Salvatore am Sonntag in langen Hosen und mit Laufjacke zu starten. Wie sich erst kurz vor dem Start herausstellte, eine Fehlentscheidung. Denn die Wolkendecke riss auf und die Sonne zeigte sich fast während des ganzen Laufs. Schnell kletterte das Thermometer auf bis zu angenehmen Temperaturen von 14 °C.

Zu warm für Salvatore, der aufgrund seiner Kleidung übermäßig schwitzte und nicht in den Maßen trank, wie er aufgrund des ungewöhnlich hohen Schweißverlustes hätte trinken müssen. Trotzdem hielt sich Salvatore strikt an seine Vorgabe und auch lange im Zeitplan. Erst ab km 30 begann Salvatore dem hohen Schweißverlust Tribut zu zahlen. Erste Anzeichen von Krampfneigungen in den Beinen zwangen ihn bei km 34 zu halten und sich mit Massageöl - das er vorsichtshalber in einer kleinen Probeflasche mit sich führte - die Krämpfe aus den Waden zu massieren. Von da an aber wurde es schwer für Salvatore, denn er brach zunehmend ein. Er drosselte sein Tempo und musste bis zum Ziel noch dreimal kurze Pausen einlegen. Die letzten zwei Kilometer lief er trotz schmerzender Unterschenkel durch. Auf dem letzten Kilometer konnte er sogar – das Stadion vor Augen – das Tempo erhöhen. Kurz vor dem Zieleinlauf im Stadion standen Rita, Detlef, Kalle und Sigg, die Salvatore durch Ihre Anfeuerungsrufe noch einen weiteren Kraftschub gaben. Dennoch reichte es am Ende nur für eine Zielzeit von **3:42:14** Stunden.



Zwar entspricht dieses Ergebnis für Salvatore einer **neuen Bestzeit**, dennoch war seine eigene Enttäuschung groß. Denn es war ihm erneut nicht gelungen, unter 3:40 Stunden zu finishen. Erst Stunden später auf der gemeinsamen Rückfahrt mit den Teamkameraden wurde ihm bewusst, dass er trotz der erfahrenen Probleme eine große Leistung vollbracht hatte.

Immerhin hatte er sich mit dem 2.311. Rang im vorderen Drittel platziert. Zum 8. Mal hat er die Königsdisziplin überwunden und erneut erfahren, was einen Marathonlauf ausmacht.

Er selbst meinte dazu:

„Am Anfang war mein Frust groß, es erneut nicht unter 3:40 Stunden geschafft zu haben. Doch je länger das Finish hinter mir liegt, umso mehr kommen mir die schönen Erlebnisse beim Amsterdammathon in Erinnerung.

Gemeinsam mit Tausenden von Läufern und Läuferinnen wagte ich mich an das Abenteuer Marathon. Obwohl ich diesmal niemanden der anderen Teilnehmer persönlich kannte, so war ich doch in der Zeit vor, während und nach dem Lauf mit den anderen Läufern und Läuferinnen geistig verbunden. Es ging darum in einem sportlichen Leidensweg gemeinsam das unmöglich wahr zu machen. Über die Grenzen der körperlichen Leistungsfähigkeit hinauszugehen und Schmerzen zum Trotz ins Ziel zu gelangen.

Dieser Geist des Marathonlaufs wurde mir insbesondere bewusst, als ich bei km 38 einen behinderten Mitläufer überholte. Zu diesem Zeitpunkt lief mein Lauf gar nicht mehr rund. Da wurde ich von der körperlichen und seelischen Kraftleistung des Behinderten abgelenkt. Bereits von weitem sah ich, wie er sich auf Krücken langsam und gequält vorwärts bewegte. Seine gesamte Körperhaltung war aufgrund der Behinderung gekrümmt und jeder Schritt entsprach für diesen Sportler einem enormen Kraftakt. So glaube ich nicht, dass er die gesamte Marathonstrecke bewältigte, vielleicht nur eine Strecke von 5 oder 10 Kilometer. Diese aber – und da war ich mir sicher – waren für den Behinderten ein schwerer Weg als meine 42,195 km.

Dennoch gab er nicht auf. Angefeuert von einem begeisterungsfähigen Publikum zwang er sich Meter um Meter dem Ziel entgegen, um es sich und der Welt zu beweisen, dass der Geist stärker ist als die körperliche Kraft. Dies ist es, was die Stärke der Menschheit ausmacht.



Salvatore kurz vor dem Ziel

Gerührt von der Spitzenleistung des behinderten Mitsportlers zwang auch ich mich, nicht aufzugeben. Und auch wenn ich mich – als es nicht mehr rund lief - fragte: „Warum ich diesen Schwachsinn betreibe?“, so bin ich mir auch diesmal sicher, es war nicht mein letzter Marathon!

Denn auch dieser Marathon war für mich ein großes und unvergessliches Erlebnis. Es gibt vergleichbar wenig andere Situationen in einem Menschenleben, bei denen man ähnlich intensive Emotionen erlebt.“

So war der Amsterdam-Marathon für Salvatore eine erneute große Erfahrung. Aber auch für die anderen Vereinsmitglieder, die nur als Zuschauer anreisten, war es ein Höhepunkt. Alle waren sich einig, dass im nächsten Jahr eine vergleichbare Aktion gestartet werden soll.

Vielleicht gelingt es ja tatsächlich, die beim Amsterdammarathon entstandene Idee zu realisieren, am 19. Oktober 2008 in Mallorca zu starten.

Anbei noch Salvatores Ergebnis:

Platz	St-Nr.	Name	JG	Verein/Ort	AK	AK-Pl.	Netto
2311	20823	Treccarichi, Salvatore	70	DJK TUS Rotthausen	M35	451	3:42:14



Nach den Ziel noch recht mitgenommen und enttäuscht: Salvatore Treccarichi



Gemeinsames Foto kurz vor der Abreise: Kalle, Detlef, Rita, Siggie und Finisher Salvatore