

Auch im Dunkeln ist gut laufen

SPORT „Lauf durch die Nacht“ der VHS – Anspruchsvolle Strecke mit einigen Überraschungen

Warum sollte man zu nachtschlafender Zeit laufen gehen? NWZ-Mitarbeiter Bernd Teuber ging dieser Frage auf der Strecke nach.

VON BERND TEUBER

OLDENBURG – Ziemlich früh aufstehen – alles für den Sport: Seit verganginem Jahr bereichert ein weiterer Lauf die Laufszene Oldenburgs. Der von der VHS und Michael Groth organisierte „Lauf durch die Nacht“. Nachdem ich bereits an allen anderen Oldenburger Läufen teilgenommen hatte, durfte dieser natürlich nicht in meiner sportlichen Vita fehlen.

Also mache ich mich am Sonntag zu nachtschlafender Zeit, vorbei an zahlreichen Nachtschwärmern, auf den Weg zur VHS. Hier zeigt sich, dass ich bei weitem nicht der einzige Läufer mit Schlafstörungen bin. Achtzig weitere Teilnehmer wollen sich mit mir die Nacht um die Ohren schlagen. Bereits zwei Stunden zuvor haben sich um 2 Uhr siebzig weitere „Schlafwandler“ dazu aufgemacht, die elf Kilometer lange Strecke für einen Halbmarathon zu nutzen, sie also zweimal zu durchlaufen. Kurz vor unserem Start für den Zehn-Kilometer-Lauf kommt dann auch der erste von ihnen ins Ziel.

Von wegen gemütlich

Um Punkt 4 Uhr schickt uns dann Claudia Grove von der VHS auf die Strecke. Wer Organisator Michael Groth ein wenig kennt, konnte sich leicht ausrechnen, dass er uns nicht auf einen gemütlichen Lauf über Oldenburgs Straßen schicken würde. Zumal er und Grove vor dem Start schmunzelnd von Überraschungen gesprochen haben. Also lasse ich es zu Beginn etwas ruhiger angehen.

Das erste Stück vorbei an der EWE-Arena auf der Maastrichter Straße ist wohl eh erst einmal zum Einrollen gedacht. Als wir auf die Wehdestraße einbiegen, macht sich dann aber schon erstmals die Handschrift von Ultra-Trail-Läufer Groth bemerkbar. Anstatt auf der Straße weiter runter zur Hunte zu laufen, hat er sich für eine „Abkür-



Gemeinsam durchs Ziel: Das Ehepaar Kirsten (45) und Ralf (48) fand den Weg locker.

BILD: SASCHA STÜBER

zung“ entschieden. Hier bin ich froh, dass ich mir noch kurzfristig eine Stirnlampe besorgt habe, denn der Weg erweist sich als besserer Trampelpfad. Es sollte sich als ein Aufwärmen für das entpuppen, was noch auf uns wartet.

Zunächst geht es aber auf dem Huntebach Richtung Autobahnbrücke, die in der Ferne bereits schemenhaft zu erkennen ist. Während wir entlang der Hunte traben, sitzen auf der anderen Uferseite noch Jugendliche und feiern, die sich sicherlich fragten was für „Bekloppte“ da wohl unterwegs sind.

Wer die Autobahnbrücke der A29 nicht kennt, dürfte wohl im ersten Moment etwas erschrocken sein. Denn auf der Streckenbeschreibung hatte der Veranstalter einen seltsamen Humor bewiesen, indem er schrieb: Es geht ein paar Stufen rauf. Genau genommen sind es 145. Oben angekommen stehen ein paar Helfer, die uns anfeuern. Lediglich ihr Witz, wer oben nicht die richtige Anzahl an Stufen gezählt habe, müsse noch einmal unten anfangen, kommt nur mäßig an.

Oben auf der Brücke wird man dann mit einem herrlichen Blick auf das nächtliche Oldenburg für die Quälerei belohnt. Nun geht es auf einem schmalen Pfad entlang der Autobahn immer leicht



Belohnung: Bei der VHS wartete auf die Teilnehmer des Nachtlaufs ein Frühstücksbuffet.

BILD: SASCHA STÜBER

bergab, bevor wir dann in den Stadtwald einbiegen. Für mich beginnt nun der schönste Teil der Strecke, wobei das sicherlich nicht jeder so sieht. Vor allem, wenn man nicht in der Gruppe unterwegs ist. Laufen über Stock und Stein auf einem Single-Trail durch den nächtlichen Wald ist sicherlich nicht jedermanns Ding.

Ich liebe es und würde gerne den ganzen Rest der Strecke über solch einen Weg laufen. Das machte sich auch an meinem Tempo bemerkbar. Wo andere aus Sicherheitsgründen die Geschwindigkeit reduzieren, werde ich immer schneller. Laufvergnügen pur. Ein Lob gibt es hier für die Veranstalter, die einen Läufer eingesetzt haben, der auf die-

sem Teilstück hin und her pendelt, um uns den Weg zu zeigen.

Nach diesem Streckenabschnitt ist dann der folgende durch das Industriegebiet schon ein wenig enttäuschend. Zum Glück ist man schnell am Hemmelsbäcker Kanal angelangt. Entlang von nächtlichen Ängern geht es hier Richtung Holler Landstraße. Dort angekommen ist klar, dass wir uns nun auf dem letzten Teilstück der Strecke befinden und mein Schritt beschleunigt sich unbewusst immer mehr. Wie ein Pferd, das den heimischen Stall wittert.

Nach dem Überqueren der Eisenbahn-Rollklappbrücke laufen wir nun wieder Richtung Innenstadt. Nachdem

ich lange in einer Gruppe unterwegs war, laufe ich mittlerweile alleine und genieße die Ruhe der Oldenburger Nacht. Nach einem kurzen Stück entlang der Haaren biege ich ab Richtung Kulturetage an der Bahnhofstraße, wo wir durch das Gebäude von Oeins laufen. Ein Interviewwunsch der Kollege verneine ich, da ich mittlerweile so richtig im Laufrausch bin.

Durch den Bahnhof

Es soll nicht das letzte Gebäude sein, welches wir queren. Kurz vor dem Ziel wartet noch der Bahnhof auf uns. Flotten Schrittes laufe ich nicht zum ersten Mal durch einen Bahnhof. Nur dass mein Ziel diesmal nicht das Erreichen eines Zuges ist, sondern das hinter dem Bahnhof liegende VHS-Gebäude.

Nach 68 Minuten ist es geschafft und ich kann mich auf das leckere Frühstück freuen, das hier auf mich wartet. Nicht nur der Lauf war etwas Besonderes, sondern auch die Urkunde. Die ist nämlich bereits auf die Rückseite der Startnummer gedruckt worden und muss mit der Zeit versehen werden. Es hat sich gelohnt. Ein einmaliges Erlebnis, das hoffentlich noch lange angeboten wird.

→ @ Mehr Bilder unter www.NWZonline.de/fotos-oldenburg

Aus: NWZ Stadtausgabe vom 26.08.2019