

# Faszination Rennsteig

Von Brigitte Rodenbeck und Ernst Riemann

Der Rennsteig ist eine Jahrhunderte alte Fahrstraße, deren Verlauf über den Kamm des Thüringer Waldes führt und den Grenzverlauf zwischen deutschen Staaten markierte. Zahlreiche Grenzsteine vom Königreich Preußen, Hessen, Sachsen-Gotha, Sachsen-Meiningen und Thüringen zeugen davon.

Zu Zeiten der DDR wurde der Rennsteiglaufverein gegründet, der sich der Pflege des Weges annahm und Läufe organisierte, ohne von Staat Unterstützung zu erfahren. Zur Auswahl stehen 21,1 km, 43,1 km und 72,7 km für Läuferinnen und Läufer. Wanderstrecken gibt es verschiedene Streckenlängen von 10 km bis 50 km. Mittlerweile ist der Supermarathon (72,7 km) ein Lauf der Ultra-Cup-Serie und nennt sich zu Recht „längster Crosslauf Europas“. An Höhendifferenzen sind gesamt 1490 m Anstiege und 989 m Abstiege zu bewältigen

Auch bei gutem Wetter kann man die Strecke als sehr anspruchsvoll bezeichnen, da sie überwiegend über sehr unwegsamen Waldboden führt mit steilen Anstiegen und steilen Gefällen, die es nicht erlauben, das Tempo ungefährdet zu steigern. Nimmt man diese Widrigkeiten in Kauf, wird man durch eine beeindruckende Landschaft in einem der größten europäischen Biosphärengebiete entschädigt. Aus verkehrstechnischen Gründen ist so keine Eigenversorgung möglich. Eine liebevolle Versorgung an der Strecke, mit Getränken von Kaffee bis Bier, Energieriegel, heiße Würstl, Linseneintopf, Schmalzbrot lässt alle etwas finden vom Spitzenläufer bis zum Genusswanderer. Diese Vollverpflegung gibt es für 35 Euro Startgeld für den Supermarathon. Insgesamt kann die Organisation als gut bezeichnet werden. Man sollte aber wissen, daß die trockenen Sachen, die man für das Ziel in Schmiedefeld am Start am Laster abgibt, wasserdicht verpackt sein müssen, da diese einfach auf einer Wiese gelagert werden. Sonst ist aber die Ausschreibung sehr präzise und die Informationen auf der Webseite [www.rennsteiglauf.de](http://www.rennsteiglauf.de) hinsichtlich Streckenbeschreibung und der Versorgungspunkte sehr detailliert. Man weiß, wo man Mineralwasser, Cola, Bionade, Schleim, Bier, Tee, Obst, Viba und manches andere bekommt. Hier bewährt sich, das zu sich zu nehmen, was man kennt. Die Duschen im Zelt sind spärlich und entsprechend den Möglichkeiten nun einmal recht spartanisch. Somit können nicht viel mehr als die ca. 16 000 Teilnehmer an der Gesamtveranstaltung (1600 beim Supermarathon) verkraftet werden. Der Lauf übt seine Anziehungskraft auch auf Läufer weit außerhalb Europas Grenzen aus. Von der Nummernausgabe, Finisher-T-Shirt, Siegerehrung bis zum Rücktransport hatten wir keine nennenswerten Wartezeiten. Das Volksfest im Ziel ist für den Supermarathonläufer nach über 70 km Bewegung durch Wälder und wie in unserem Fall über sonnige Höhen von der Lautstärke her nur schwer zu verkraften. Ob man in Biel gewesen sein muß, steht in Frage, aber am Rennsteig muß ein Ultraläufer gewesen sein. Aber nach dem Lauf in Biel am 12.6.04 wird der Rechner heißlaufen, um den ersten Zwischenstand im Ultra-Cup nach 3 von 5 Läufen zu ermitteln.