

Lokalsport

Artikel vom: 22.06.2009

Artikel drucken Fenster schließen 

"Die Nacht war grausam gewesen"

Von Andreas Dach

Wenn nicht irgendwann abgebaut worden wäre, würde Thomas Hildebrand-Effelberg wahrscheinlich immer noch laufen . . . Natürlich war die unfassbare Leistung des Remscheiders bei der 15. Auflage des Bergischen 24-Stunden-Laufs das Thema des Tages. Und der Nacht.

Der Ausdauerspezialist bildete ein "eigenes Team" und lief - wie schon vor zwei Jahren - komplett alleine durch. Mit dem Unterschied, dass der 49-Jährige diesmal einen 100-Kilometer-Lauf in Biel in den Knochen hatte (lesen Sie Seite 18), der gerade mal erst eine Woche zurückliegt. Umso bemerkenswerter, dass er durchhielt.

"Allerdings", so gab er, umrauscht von Beifallswellen und strahlendem Sonnenschein nach seiner 221. Runde und absolvierten 164,2 Kilometern zu: "Die Nacht war grausam gewesen. Um 4.30 Uhr wäre ich fast ausgestiegen."

Zitronentee und Himbeersirup Ehefrau Stephanie, die ihn nachts drei Stunden auf dem Rundkurs begleitet hatte und gestern Mittag noch einmal zwei Stunden beisteuerte, Schwägerin und Team unterstützten ihn prächtig. Bauten ihn auf. Und dann waren da auch noch Nahrungsmittel und Getränke, die er zu sich nahm. An einem halben Kasten Zitronentee und einem halben Kasten Himbeersirup (mit Biolectra) nippte er immer wieder. Zu essen gab es Nudeln und Ketchup - von ihm selbst zubereitet. Und Gel-Beutel und Magnesium.

Auf alle Fälle eine wahnsinnige Leistung. Doch warum hatte er sich das angetan? "Der Lauf in Lüttringhausen war nach den positiven Erfahrungen von vor zwei Jahren gesetzt", sagte er. Und Biel? "Das war eine Zugabe. Da habe ich zwei Kumpels unterstützt." Jetzt freut er sich auf den Urlaub mit Gattin Stephanie. Zunächst geht's zu einem Folk-Konzert, dann ein paar Tage nach Holland. Der nächste weitere Lauf ist für Ende August geplant. 98 Kilometer in Chamonix. Ein Klacks, verglichen mit dem, was er am Samstag und Sonntag in Lüttringhausen abgeliefert hat.

Bei der Gratulation beinahe eingenickt Dass er bei der Gratulation von Beate Wilding fast einnickte, sollte die Oberbürgermeisterin nicht persönlich nehmen. Hildebrand-Effelberg war einfach fix und fertig. "Bloß nicht hinsetzen", riet Wilding ihm mit besorgter Miene. "Sie müssen gleich zur Siegerehrung aufs Podest." Seine Antwort: "Und hier auch noch beim Aufräumen helfen." Wer es nicht glaubt - er meinte das wahrlich ernst . . .

© rga-online

Soweit das Urheberrecht keine abweichenden Regelungen trifft, stehen sämtliche Verwertungs- und Nutzungsrechte an den Publikationen, Beiträgen und Abbildungen der J. F. Ziegler KG zu. Die Vervielfältigung oder Verbreitung der Beiträge und Abbildungen, auch in elektronischer Form, ist zu gewerblichen Zwecken ohne vorherige schriftliche Einwilligung des Verlages nicht zulässig und unter Umständen strafbar.