

Verfasst von Hans-Uwe Zietlow

Es gab in Deutschland den legendären 100km Lauf von UNNA von 1969-1990.

Es war eine grosse Runde, die 1975 geändert wurde.

1989 fanden die 3.Deutschen Meisterschaften in UNNA über diese Ultradistanz statt, allerdings auf einer 10km Runde.

Im selben Jahr und 1990 wurde aus der grossen eine 2mal zu durchlaufende 50 km Runde.

Danach wurde der Lauf eingestellt, und es fanden lediglich 1996 nochmals die Westdeutschen und Westfälischen Meisterschaften im 100km Lauf auf der 10 mal zu laufenden 10km Strecke statt.

Legendär war nicht nur dieser Lauf, sondern auch ein Mann der diesen Ultra 5mal gewann, darüberhinaus 7facher Biel Sieger, 26mal 100km Gesamtsieger, vierfacher 100km Weltrekordler war.

Er war der erste Läufer der erstmals auf der Welt die 7Std. unterbot und zwar in UNNA 1971 in 06:57:55 (Bestzeit 06:40:03).

Die Rede ist von Helmut Urbach (Jahrgang 1942).(Ehrenmitglied der DUV)

Diese Einleitung war notwendig um nachvollziehen zu können warum ich unbedingt an diesem Nostalgielauf am Sa.03.09.2011 teilnehmen wollte.

Es handelte sich um einen privaten Einladungslauf der von zwei "Laufverrückten" aus UNNA und Holzwickede unwahrscheinlich liebevoll organisiert wurde.

Auch RHINFO war gemeldet, und wäre die einzige Starterin gewesen, die den Originallauf gelaufen ist.

Leider konnte sie wegen einer Knie-OP nicht läuferisch, dafür aber fotografierend und helfend mitwirken.

Um 20:10 wurden 16 Läufer und ein Fahrradbegleiter am Herder Stadion auf die Reise geschickt.

Viele Läufer kannten sich, da doch die meisten aus der näheren Umgebung kamen, sodass ich erst mal neue Freundschaften knüpfen musste, was unter Läufern aber wirklich nicht schwer fällt.

Es war warm und schwül; zunächst ging es durch etwas Landschaft, dann aber sehr lange durch Ortschaften, und da es bald dunkel wurde, der Verkehr natürlich nicht gesperrt war, mussten wir den Bürgersteig benutzen.

Das hiess: Bordstein runter Bordstein hoch, Achtung Pfahl, Vorsicht Laterne,

schon wieder ein mobiles Verkehrsschild, Rote Ampel usw.

Das war so nervig und anstrengend, dass ich zwischen km 30-45 drauf und dran war auszusteigen.

(Hinterher sagte mir der Radbegleiter dass er keinen Pfifferling mehr für mich gegeben hat)

Na dann machst Du noch den Ultra voll und meldest Dich bei km 50 ab. Aber oh Wunder, die Stimmung hellte sich auf, da es "über Land" ging, es zwar immer noch warm war, aber nicht mehr so schwül. Zwischen km 60 und 70 fing es etwas an zu regnen, für mich wohltuend erfrischend.

Schwer war das Laufen auch weil es ja ein Gruppenlauf war, alle mussten zusammen bleiben, es war nichts markiert und das VP-Auto (mit ALLEM bestückt was man benötigte) musste nach der Gruppenverköstigung insgesamt 13 mal den Standort wechseln. (Tolle ORGA)

Über die Gegend kann ich nicht viel sagen,(Dunkelheit) lediglich dass es ein flacher Kurs ist mit einer langgezogenen Steigung von ~90-93 und natürlich auch zwischendurch einigen Muntermachern.

Als es hell wurde waren die ersten Leute die uns begegneten die Hundebesitzer, es folgten die Kirchgänger und dann die Jogger, die uns sogar beklatschten.

Die letzten ~5km regnete es wieder, das störte jetzt aber wirklich keinen mehr.

Kurz vor dem Ziel nochmals fein machen und dann ging es nach 14:41:15 in Herder Stadion.

Die Presse war da und natürlich einige Verwandte der Läufer.

Besonders freute mich, dass auch Helmut Urbach (ein toller Typ) mit seiner Frau wieder dort war (beim Start auch).

Nach dem Duschen gab es noch Frühstück für alle und jeder wurde mit einer sehr schönen Urkunde, der eine Grußbotschaft von Werner Sonntag (DUV Gründungs- und Ehrenmitglied) beigefügt war geehrt.

Weiterhin erhielten wir ein Finishershirt mit dem UNNA-Spruch: "Ehre für alle, denn jeder ist ein Sieger".

Da wir auch bei Dunkelheit unterwegs sind gab es noch eine Warnweste.

Eine sehr schöne Erinnerung ist ein Holzsockel mit der Beschriftung: UN 100km 2011.

Danke an alle die diesen Lauf möglich gemacht haben insbesondere natürlich an Mattes und Andy.

Leider konnten ja bei diesem Privatlauf nur 17 Läufer teilnehmen, vielleicht werden es wieder mal ein paar Hundert....

Hans-Uwe