



Die beiden BlueLiner Jan Begoihn (l.) und Heiko Wiedemann.

Foto: Lena Kemnitz

100 Meilen auf den Spuren deutscher Geschichte:

## BlueLiner waren erfolgreich beim Berliner Mauerweglauf

**Wolfenbüttel/Berlin.** Am dritten August-Wochenende dieses Jahres fand der achte Mauerweglauf in Berlin statt. Die beiden BlueLiner Jan Begoihn und Heiko Wiedemann haben sich dieser großen Herausforderung gestellt und sind die 100 Meilen rund um das ehemalige Westberlin gelaufen.

Am Samstagmorgen um 6 Uhr fiel der Startschuss für die insgesamt 500 Einzelstarter und die Staffelläufer. Den ersten Teil der Strecke konnten die beiden Wolfenbütteler noch ausgiebig genießen, machten Fotos und nutzten jede Gelegenheit, die einzigartigen Eindrücke von Berlin zu sammeln. Nach gut vier Stunden war die Marathon-Distanz geschafft. Für Marathonläufer ist das bereits eine beachtliche Zeit, doch die beiden erfahrenen Ultraläufer wussten, dass diese Distanz noch dreimal wiederholt werden musste.

Ab Kilometer 51,6 sind beim Berliner Mauerweglauf Begleiter per Fahrrad erlaubt, die die Läufer den Rest der Strecke vom Fahrrad aus unterstützen und motivieren. Wiedemann setzte auf seinen Laufpartner André Jeschke und Begoihn auf seine Partnerin Lena Kemnitz. Kurze Zeit später setzte sich Begoihn ab, und von nun an waren die Läufer allein auf sich

und ihre Radbegleiter gestellt. Auf solch einer extrem langen Distanz zählt neben einem strikten Trainingsplan und Erfahrung vor allem die mentale Stärke. Beide Langstreckler erzählten, dass irgendwann der „tote Punkt“ kommt und die Zweifel überhand gewinnen. Die Strapazen nehmen zu, die Beine schmerzen und die eine oder andere Blase am Fuß meldet sich zu Wort. „Schon bei Kilometer 50 hatte ich meinen ersten Tiefpunkt“, erzählt Heiko Wiedemann, „und ich musste mich erstmal an den Rand setzen. Dann muss man sich sammeln und dann geht es auch weiter.“ Auch Jan Begoihn betont, dass er diesen Lauf ohne die Unterstützung seiner Partnerin niemals geschafft hätte. Als die Nacht anbrach, machte die Dunkelheit durch erschwerte Orientierung den Läufern zusätzlich zu schaffen.

Die Streckenführung geht fast ausschließlich entlang der alten DDR-Grenzpatrouillenwege, die auch gerne über Stock und Stein und durch den Wald führen. Dazu nochmal Heiko Wiedemann: „Ich war total überrascht, dass Berlin so hügelig sein kann. Steigungen hatte ich eigentlich nicht erwartet!“ Ein großes Ziel hatten die beiden

Wolfenbütteler sich vorgenommen: Sie wollten unter 24 Stunden finishen, was eine zusätzliche Auszeichnung bedeutet.

Für dieses ambitionierte Ziel muss man im Grunde ununterbrochen unterwegs sein und kann sich keine großen Pausen gönnen. Beide Läufer schaffen es, Begoihn kam nach 22:08:42 Stunden ins Ziel, Wiedemann folgte mit einer Zeit von 22:52:54 Stunden etwas später. Beide waren unendlich glücklich, aber auch unendlich müde und ausgelaugt. Was bleibt, ist für beide Läufer eine unglaubliche Erfahrung und der Stolz, dieses extrem anspruchsvolle Rennen geschafft zu haben. Denn am Ende sind all die Strapazen vergessen und es überwiegt die Freude, bei der Siegerehrung die verdiente Medaille sowie die zusätzliche Auszeichnung – eine speziell gefertigte Gürtelschnalle zum Lauf – in Empfang zu nehmen.

Auf die Frage, ob beide den Lauf denn wiederholen möchten, kam die Antwort vorerst zögerlich, denn noch waren die Auswirkungen spürbar. Aber beide Sportler sind so laufverrückt, dass eine Wiederholung nicht auszuschließen ist. Denn Berlin ist immer eine Reise wert. So war es auch an diesem dritten August-Wochenende.