



Foto: Frauke Sievers

So sehen Sieger aus: Hirofumi Oka aus Japan jubelt nach seinem Erfolg im 100-km-Lauf von Leipzig.

„Man könnte jede Runde aussteigen“

Japaner Oka gewinnt 100-Kilometer-Lauf von Leipzig

Nach sieben Stunden und 19 Minuten überquerte der Japaner Hirofumi Oka am Sonnabend als Erster von 137 Startern die Ziellinie auf der August-Bebel-Kampfbahn in Leipzig-Wahren. Dafür, dass er gerade 100 Kilometer gelaufen war, mehr als einen doppelten Marathon, sah er noch recht fit aus.

„Die Wade tut mir weh und Hunger habe ich. Aber komplett müde bin ich nicht“, berichtete der Ausdauersportler, kurz bevor er sich von den Physiotherapeuten vor Ort durchkneten ließ. Ansonsten hatte er keine größeren Beschwerden. „Ich liebe es zu laufen“, sagte Oka, der sich auf der langen Strecke am wohlsten fühlt. Im vergangenen Jahr hatte er den Spartathlon bestritten, einen Ultramarathon in Griechenland, bei dem die Starter 246 Kilometer von Athen nach Sparta laufend zurücklegten. Der Lauf hat ihm soviel Spaß gemacht, dass er in diesem Jahr gleich wieder mitmachen möchte. Die 100 Kilometer am Auensee seien dafür die

ideale Vorbereitung. Zumal der 33-jährige Physiker am Max-Planck-Institut in Halle dazu nicht erst weit reisen musste. Um solche Strecken überhaupt bewältigen zu können, geht er jeden Tag 20 Kilometer joggen. Das reiche, um körperlich und mental fit zu bleiben. Die kleinste Distanz, die er im Wettkampf läuft, ist ein Halbmarathon. Noch kürzere Strecken sind ihm zu anstrengend, weil das Tempo entsprechend schneller ist. Auf den 100 Kilometern am Auensee sei er einfach immer mit der gleichen Geschwindigkeit gelaufen. „Ab Kilometer 70 werden die Leute langsamer. Ich habe viele vor mir gesehen und wusste, dass ich sie alle noch überholen kann“, erklärte er. Kraft für einen Schlusssprint hatte der Japaner dann aber nicht mehr: „Ich konnte die Geschwindigkeit auch auf dem letzten Kilometer nicht mehr erhöhen. Aber ich konnte sie konstant halten, das reichte.“

Nicht minder sportbegeistert zeigte sich der blinde Jeffrey Norris, der die 50-km-Distanz in etwas über sechs Stun-

den hinter sich brachte. „Die Zeit ist mir überhaupt nicht wichtig. Für mich ist das ein wunderbarer Trainingseffekt“, meinte der 51-Jährige, der vor kurzem mit seiner Vorbereitung auf einen Ironman im kommenden Jahr begonnen hat. Ungewöhnlich findet er seine Ausdauerambitionen trotz Sehschwäche nicht: „Man läuft ja nicht mit den Augen, sondern mit den Beinen. Dass ich laufe, finde ich normal. Viel ehrenswerter ist, dass Leute, die noch nie einen Blinden geführt haben, sich bei so einer Veranstaltung zur Verfügung stellen.“ Wichtiger als Top-Platzierungen ist ihm bei einem solchen Wettkampf das Gespräch mit anderen Sportbegeisterten. „Ich habe aus dem Lauf herausgezogen, was ich wollte. Ich war noch nie hier in Leipzig. Ich kenne die Neuen Bundesländer viel zu wenig. Deshalb war es mir wichtig, von der Kultur und den Menschen einiges mitzubekommen“, so der Nürnberger.

Bereits zum 21. Mal wurde der Ultraklassiker am Leipziger Auensee ausgetra-

gen. Veranstalter André Dreilich war mit der Resonanz und der Atmosphäre sehr zufrieden. „Die Stimmung ist dank Moderator Roman Knoblauch vom Feinsten. Hier geht die Post ab, das kann man sich nicht anders wünschen“, beschrieb er. Dennoch wäre er lieber selbst über die 100 Kilometer angetreten: „Als ich den Startschuss gegeben habe, war ich tief traurig. Wenn man leidenschaftlicher Läufer ist, dann ist es, als würde man eine Sperre bekommen.“ Ebenso wie der Japaner Oka will er selbst im September die große Herausforderung Spartathlon annehmen. „Das ist das härteste Etappenrennen, dass ich kenne. Das ist mein Ding“, sagte er und ist überzeugt, dass so lange Strecken hauptsächlich im Kopf gelaufen werden. Eine Runde ist zehn Kilometer lang. Insofern komme man immer wieder am Ziel vorbei. „Man könnte jede Runde aussteigen, aber die Leute ziehen durch“, war er selbst von dem Durchhaltevermögen und der Willenskraft der Läufer fasziniert.

Frauke Sievers