



**iGude Zeitung  
Extrablatt**



**New York  
2015**



**TCS NEW YORK CITY MARATHON 11.01.15**  
TATA CONSULTANCY SERVICES

**Ein Traum wird  
Wirklichkeit**

## Vorbereitung auf „hessisch“ - „Scholzsche“ Art:

Die letzten Wochen vor dem großen Ereignis in New York wurde fleißig gemeinsam trainiert und sogar der vorher festgehaltene Plan wurde erstaunlicher Weise fast eingehalten! Es fanden montags und mittwochs immer Trainingsläufe in Frankfurt, zwischen dem Wasserpumpwerk und der EZB statt. In der ersten Woche jeweils eine Runde und dann wurden das langsam bis zu 2 Runden gesteigert. Die Gruppen wurden nach Lauftempo eingeteilt und so waren die Herren Olaf, Stefan und Vojo unsere „Tempo Gruppe“, Heike und Michi bildeten das „Team gleichmäßig laufen“ und Romy, Steffi und Karin waren die Gruppe „Walking“.

Das war eine super gute Aufteilung, da nun jeder das Maximum aus dem Training herausholen konnte. Es wurde auch das regelmäßige Trinken geübt und verinnerlicht. Einmal haben wir auch den Lauf wie gewohnt von Zeilsheim bis nach Frankfurt gemacht um eine Abwechslung zu erhaschen. Wie man sieht haben wir wirklich an alles gedacht. Ich habe die Trainingsläufe mit Heike sehr genossen, denn wir haben uns langsam aber sicher gesteigert, haben gelernt immer gleichmäßig zu laufen und dabei haben wir auch den traumhaften Blick auf die beleuchtete Skyline Frankfurts immer im Blick gehabt.

Natürlich, wie wäre es anders möglich, haben wir auch eine ordentliche Abschiedsveranstaltung gemacht. Es wurden auf der Brücke bei der EZB geniale Bilder von Reiner gemacht und danach ging es zum gemütlichen Beisammensein in die Germania in Sachsenhausen. Denn ein Hesse kann ohne Handkäs, Rippchen und Äpplwöi net nach Amerika fliegen. Wir hatten eine Menge Spaß und zum Schluss auch einen „sitzen“.

Nach dem letzten Training in Frankfurt wurde dann auch noch ein kleiner Snack im Chicago Meatpackers Riverside eingenommen um die hessischen Mägen auf amerikanische Kost vorzubereiten. Wir denken halt an alles. Es wurden Burger, Salat und reichlich Bier verzehrt und nun war die Truppe reif für New York.

..... wir sind alle echt froh und glücklich, dass wir an eurem Abenteuer hautnah dabei sein durften.... Euer Michi







Radsporthaus Kriegelstein <[radsporthaus-kriegelstein@radsporthaus-kriegelstein.de](mailto:radsporthaus-kriegelstein@radsporthaus-kriegelstein.de)>  
schrieb am 16:55 Freitag, 6.November 2015:

### **Bericht von Heike:**

Unser Abenteuer New York begann am Frankfurter Flughafen, unsere Kinder und Surlis sind bereits in der Luft während wir noch auf den Abflug warteten. Michi, unser Trainer, fuhr alle pünktlich und zuverlässig zum Flughafen. Nach 8 Stunden Flug und 2 stündigen Transfer durch die mit Staus verstopfte Großstadt trafen wir uns im Hotel. Am Freitag machten die Nicht-Läufer eine Shoppingtour und wir Läufer uns auf den Weg zur Messehalle, um unsere Startunterlagen in Empfang zu nehmen. Die Messehalle, ein Glasgebäude, war in den frühen Morgenstunden schon gut besucht, unsere Startunterlagen erhielten wir aber dennoch ohne langes anstehen erstaunlich zügig. Das Lied „New York“ erklingt durch die Lautsprecher und wir waren sichtlich gerührt als wir die Startunterlagen in die Kamera präsentierten. Der anschließende Rummel durch die Marathon Messe erwies sich als weniger angenehm, da das bezahlen durch eine Menschenschlange ungeahndeten Ausmaßes mit sich zog. Egal wir sind nur einmal dabei und so wollten wir alle doch auch eine Kleinigkeit des Hauptsponsors mit nach Hause nehmen. Am Nachmittag erkundeten wir alle zusammen die Stadt und zum Abschluss am Abend besuchten wir das Rockefeller Center und besichtigten die Stadt bei Nacht von oben. Grandios! Den Samstag verbrachten wir bis 14 Uhr gemeinsam, bis Olaf und Stefan sich auf den Weg zur Besprechung für den New York Marathon Ablauf machten. Irgendwie waren Romy und ich gar nicht mehr bei er Sache sondern nur noch konzentriert auf die Aufgabe Marathon. Allerdings der von Claudia geplante Besuch eines Lokals mit singenden Kellern war, wie auch die im Vorfeld geplant, einfach genial und lenkte alle ein wenig ab. Super und vielen Dank! Alle Läufer waren nervös und so zogen wir uns für die letzten Vorbereitungen bald in unsere Hotelzimmer zurück. Die Nicht Läufer besichtigten in Begleitung von Vojo das New Yorker Halloween Spektakel. Romy machte leider kein Auge zu, sie hatte ständig Angst den Start zu verschlafen. Gott sei Dank waren Stefan und ich bereits um 20 Uhr fest eingeschlafen. Sonntagmorgen wurden wir um 5:30 Uhr mit dem Bus zum Startpunkt auf Staten Island gefahren. Wir waren schon sehr, sehr nervös und kämpften uns durch die Massen zur angegebenen Startzone. ( blaue Zone ). Der Start erfolgte in drei Farbzonen A, B, C

und D Boxen. Die Wartezeit bis zum Start war unerträglich. Wir lagen auf unseren mitgebrachten Decken wie "Penner" herum, tranken Tee und Kaffee und aßen Beagles, nur unser Vojo konnte nochmal ein wenig schlummern und war tiefenentspannt. Es war schon kühl und wir waren froh als wir uns endlich in Richtung Startaufstellung begeben konnten. Romy und Olaf waren in der 3 C, Stefan in 3 D und Vojo mit mir in 4 A. Wenn die einzelnen Startblöcke zur Startlinie zwischen den Bussen gelenkt wurden ertönten nach der Begrüßung jeweils 3 Kanonenschüsse und die Nationalhymne, bevor sich dann die Massen zum Lied „New York“ von Frank Sinatra auf die Brücke zubewegten. Das haben die Amerikaner einfach drauf, der Nationalstolz ist einfach bemerkenswert. Ich glaube, alle hatten zu diesem Zeitpunkt der höchsten Anspannung, Tränen in den Augen. Die ersten Schritte auf dem Weg zu unserem Abenteuer waren eine Erlösung. Nach der langen Vorbereitungszeit und der Anspannung der letzten Wochen und Tage. Einfach grandios dieser Moment! Die ersten Meilen verflogen. Vojo und ich hatten ein gutes Tempo und so konnten wir die ersten 18 km gemeinsam genießen. Die einzelnen Musikgruppen trugen uns durch die Straßen und wir waren sehr gespannt, wann wir Romy und Olaf einholen würden. Als wir Romy und Olaf endlich erreichten, war ich schon erleichtert mit Romy gemeinsam unser begonnenes Abenteuer zu beenden. Vojo und Olaf liefen nun zusammen ihren Marathon. Wir liefen durch die Straßen von Staten Island, Brooklyn, Bronks, Queens und Manhattan, jeder Stadtteil hatte sein eigenes Gesicht. Menschenmassen umsäumten die Wege und feuerten die vorbeilaufenden Marathonläufer mit Rufen oder Musik an. Welch ein Erlebnis! Die Musik trug uns durch die langen Geraden, welche mit Steigungen versehen sind, über die Straßen der Sonne entgegen. Wasserstationen gab es alle 2 Meilen und so näherten wir uns aufgewühlt und dennoch glücklich unserem Ziel. Die letzten Meilen zogen sich sehr und wir waren regelrecht erlöst als wir den Central Park, die grüne Lunge der Stadt, erreicht hatten. Ab jetzt zog sich die restliche Strecke wie Kaugummi und uns wollte schon fast der Mut verlassen, doch als unsere Kinder am Straßenrand uns zujubelten waren diese Gedanken sofort verflogen. Welch ein tolles Gefühl dieser Empfang, und mobilisierte unsere letzten Kräfte. Die Straßenlaternen gingen bereits im Central Park an, als auch wir überglücklich das Ziel erreichten und uns hinter der Ziellinie minutenlang in den Armen lagen. Auch wir sind nun stolze Marathonies und haben unseren ersten und einzigen Marathon unseres Lebens in New York unter 6 Stunden absolviert.

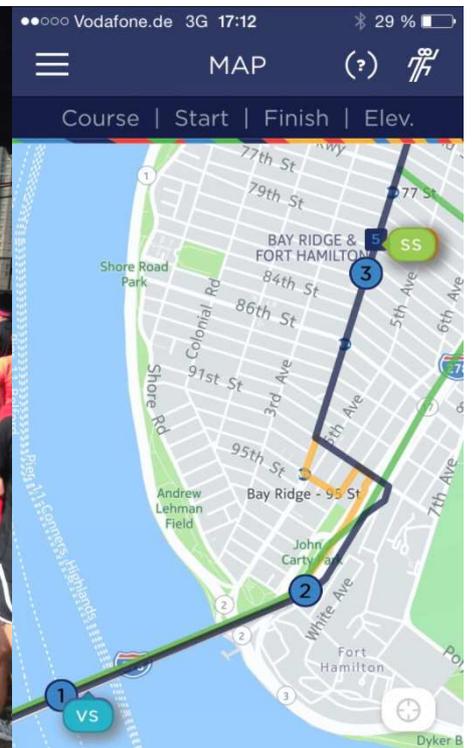
Vielen Dank an unseren Teamkapitän für die tolle Idee den New York Marathon zu laufen. Ein ebenso großen Dank geht an unser Vorbereitungsteam, insbesondere an Michi, ohne ihn wäre ich zu dieser Leistung nicht fähig gewesen. Ein besonders großer Dank gilt Claudia, die die Zeit in New York so schön und abwechslungsreich geplant und gestaltet hat und an unsere Kinder die mit uns das Abenteuer gewagt und erlebt haben. Danke dass ihr an uns geglaubt und an der Strecke gewartet habt. Der größte Dank gilt unseren Männern die in der Zielgeraden auf uns so lange gewartet haben, um uns in die Arme zu schließen, Welch eine schöne Zeit. Vielen Dank.





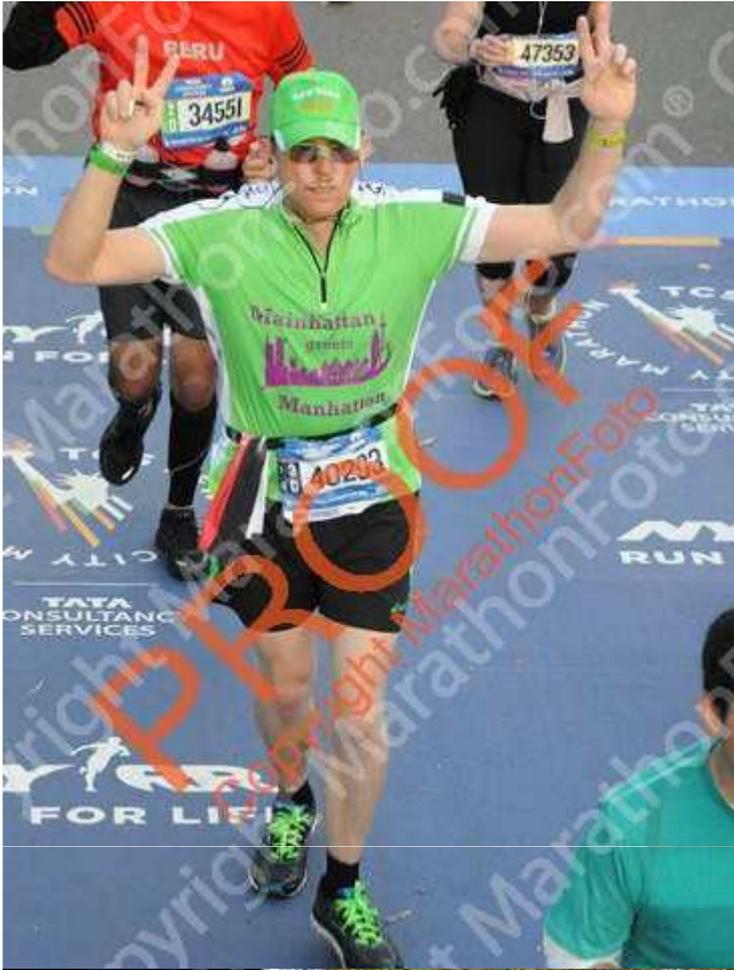


...ohne einen Michael geht's einfach nicht!









## Kurze Episoden:

Vojo: Irgendwo in New York wurde wohl Pizza geholt und auch ein Eimer Cola, als alles verzehrt war, wurde ein Mülleimer gesucht und von Vojo auch gefunden. Rein mit dem Eimer und Klappe zu. Denis meinte nur ganz trocken: „ Du weißt schon, dass dies ein Briefkasten war?“ Alles lachte und der Rest ist Geschichte.

Tanja: Bei der Ankunft am Flughafen in New York wurde Tanja vom Officer angemahnt: „ No photos“ – Sie jedoch knipste munter weiter, bis der Officer seine Ermahnung wiederholte und Steffi ihr sagte du darfst hier nicht fotografieren! Antwort typisch Tanja: „ Ich verstehe schon Englisch und ich bin auch gleich fertig“

## Jetzt ist Erholung angesagt!



# igude

Katzi's Allgemeine Sport Berichterstattung  
hessisch - unabhängig - aktuell





