

## Vorwort

Bevor ich anfangen, eines vorweg: leider reichen meine sprachlichen Fähigkeiten vermutlich nicht aus, um das zu „Papier“ zu bringen, was ich vor, während und nach der Veranstaltung gefühlt habe, wie es mir dabei ergangen ist und wie meine Sicht der Dinge war bzw. ist. Dafür möchte ich mich entschuldigen und gelobe Besserung !

Die Eindrücke waren derart überwältigend, vielfältig und ergreifend, das es mir schwer fällt, alles zu ordnen und zu einem lesbaren (von lesenswert ganz zu schweigen) Text zusammen zu fügen. Doch ich will es versuchen ...

## Das Vorspiel

Es gab ihn bereits, den Hospiz-Lauf. Nach der „Privat-Veranstaltung“ im Februar 2004, der Steigerung im Winter 2005, als wir von den unerwartet starken winterlichen Einbrüchen an der Mosel überrascht wurden sollte eigentlich Schluss sein. Mir war der Aufwand, den selbst ein Lauf in dem bis dahin kleinen Rahmen mit sich brachte, zu groß für das Geld, was ich dabei sammeln konnte. Und 24 Stunden laufen kann man auch wo anders.

Doch dann kam im Herbst 2005 die Absage des geplanten 1000km Spendenlaufes, den ich ursprünglich für Mai 2006 in Trier vorgesehen hatte. Diese Absage, auf die ich keinen Einfluss nehmen konnte, riss mich erst einmal in ein tiefes Motivationsloch. Wochenlang kein Training, Wut auf alles, was mit langem Laufen und Benefiz zu tun hat, Wut auf mich selbst, ... eine schwierige Zeit – nicht nur für mich sondern v.a. auch für meine Familie. Ein Jörg, der nicht laufen kann, ist kaum zu genießen.

Erst viele Wochen später fand ich so langsam den Weg zurück in alte Bahnen und mir wurde klar – Hospiz-Lauf 2006 – muss sein ! Also eine kurze E-Mail an den Hospiz-Verein geschrieben und um das „o.k.“ gebeten und schon konnten die ersten Vorarbeiten beginnen.

## Die Vorarbeit

Was ist zu tun, um einen solchen Lauf durchzuführen ? Darüber kann, will, ich nur einen kurzen Überblick geben – alles andere wäre zu ermüdend für den Leser und soll auch nicht Gegenstand dieses Berichtes werden.

Zunächst einmal heißt es, den eigenen Körper auf diese Extremleistung vorzubereiten. Das bedeutet in erster Linie, den Körper an die langen Strecken heran zuführen. Dabei stellt weniger das Herz-Kreislaufsystem oder die Muskulatur ein Problem dar. Hauptaugenmerk gilt einem anderen Apparat im menschlichen Körper: den Sehnen, Bändern und Gelenken. Denn deren Anpassung an wachsende Distanzen dauert wesentlich länger an und sollte behutsam und mit einem großen Ohr für seine Körpersignale durchgeführt werden. Viele werden sicherlich schon einmal von leichten Knieschmerzen, Hüftprobleme, ... nach ungewohnt langen Läufen gehört oder gar selbst erfahren haben.

Der recht strenge Winter führte dazu, dass ich das Frühjahr mit einem leichten Trainingsrückstand einleitete. Im folgenden steigerte ich die Umfänge auf durchschnittlich

etwa 150km, so dass ich mich zum Start des Hospiz-Lauf absolut fit fühlte. Eine Rippenfellentzündung führte allerdings zu einer neuerlichen Unterbrechung in der Vorbereitung. Doch aus diese war bald auskuriert und nun konnte es endlich losgehen.

Zwei weitere wesentliche Punkte waren die „Öffentlichkeitsarbeit“ sowie die Team-Bildung. Im ersten Punkt war mir der „Trierische Volksfreund“ eine große Hilfe, so dass ich mich in der Folge um die Team – Bildung kümmern konnte. Dabei erlebte ich die ersten großen Überraschungen ! Es riefen so unglaublich viele Menschen an, die ihre Hilfe bei dem Unternehmen angeboten haben, dass ich leider nicht jede Hilfe annehmen konnte.

Beispielhaft für die Überraschungen, die ich in dieser Zeit erlebte, möchte ich die Anrufe von Gerhard Geisen („... ich würd´ gerne die 24 Stunden mitmachen ... als Läufer...“) oder Bernd Lieser („... wäre es o.k., wenn eine Staffel der Berufsfeuerwehr dich begleitet ? ...“). Sehr schnell hatte ich ein schlagfertiges Team zusammen. Dabei war alles vertreten, wie die Team – Aufstellung (s.u.) zeigt. Allesamt in ihrem Aufgabengebiet erfahrene Begleiter – ein absolutes Profi – Team !

So wurde der Lauf langsam aber sicher zum „Selbstläufer“. Weitere Zeitungsartikel, Radiomeldungen, TV – Beiträge, erste Spenden und Sponsoren, ... ich wurde förmlich überrannt von der Entwicklung, die die 3. Ausgabe des Benefiz – Laufes nahm. Dabei musste ich aufpassen, dass ich den Überblick nicht verlor, und neben der Zeit fürs Training (bis zu 20 Stunden/Woche) noch ausreichend der Familie zur Verfügung stand. Das führte dazu, das ich kaum mehr als fünf Stunden die Nacht schlafen konnte und die Belastungen langsam zu spüren bekam. Mein Körper nahm sich folglich etwa drei Wochen vor dem Start seine Auszeit – ein Angina mit fast 40°C Fieber, Schüttelfrost, Antibiotika – Therapie und eine Woche ohne einen einzigen gelaufenen Kilometer wirbelten die Vorbereitung ganz schön durcheinander. Etwa zwei Wochen vor dem Start konnte ich wieder ins Training einsteigen – das bedeutete am ersten Tag ein 20km – Lauf in mehr als 02:15 h ! Eine Katastrophe ! Doch bereits am nächsten Tag lief es ein klein wenig besser, und am dritten Tag war ich schon fast wieder hergestellt. Mein Körper benötigte also etwa 60km, um sich wieder an seine alte „Leistungsbereitschaft“ zu erinnern. Die letzten Tage vor dem Start stärkten wieder meinen Glauben, die Distanz auch bei der zu erwartenden heißen Witterung zu schaffen. Ein letzter kleiner Test mit Gerhard und einem Team von Spiridon Hochwald über 53km sollte der letzte längere Lauf vor dem Start werden.

Auch die Organisation, das „Drum Herum“ , war wenige Tage vor dem Start weitgehend geregelt. Hierbei half mir auch der Umstieg von meiner Zettelwirtschaft auf ein Computersystem zur Unterstützung der Organisation und Durchführung. V.a. die tatkräftige Unterstützung aus dem Team waren mir eine große Stütze, ohne die viele Dinge beim Hospiz-Lauf nicht hätten durchgeführt werden können. Ein weiterer Beweis dafür, dass man alleine nichts, als Team aber fast alles schaffen kann !

Somit standen wir also bereit, bereit zum Start zum dritten 200km – Spendenlauf zu Gunsten des Hospiz-Haus in Trier. Der Hospiz-Lauf 2006 konnte beginnen ...

## Der Hauptakt

Um 11 Uhr trafen wir uns am Deutschen Eck in Koblenz. Unter den Augen von Kaiser Wilhelm wurden die Taschen, Kisten und Kartons, Räder und Zubehör zugeordnet und entsprechend aufgeteilt in die drei Begleitfahrzeuge. Nach einem letzten Interview für Radio RPR1, einigen abschließenden Fotos starten wir mit wenigen Sekunden Verspätung zu dem

200km – Event, das in seiner Art einmalig in ganz Deutschland ist (und eine europaweite Internet-Recherche brachte keine vergleichbare Veranstaltung zu Tage).

Den „Startschuss“ gab unser Sohn Jonathan (5 Jahre) ab, und schon trotteten wir den mir mittlerweile bekannten Weg in Richtung Trier. Die ersten Schritte, waren getan. Etwa 250000 sollten noch folgen !

Von Beginn an wurden wir, d.h. Gerhard und ich, begleitet. Eine Staffel des Laufclubs „Spiridon Hochwald“ , eine 3er - Rad-Staffel aus Heddert sowie die Staffel der Berufsfeuerwehr Trier unterstützten uns die gesamte Strecke entlang. Der Tross wirkte schon gleich zu Beginn sehr imposant und sollte im Laufe der 24 Stunden immer weiter anwachsen und uns ins „runners paradise“ führen !

Die Strecke war mir in weiten Teilen bekannt, wenngleich wir im Vergleich zum letzten Jahr einige kleine Änderungen im Verlauf genommen haben.

Es war fantastisch ! Wir liefen, und das machte mich etwas ruhiger, langsamer als es die Zeitvorgaben empfahlen. Doch zu diesem frühen Zeitpunkt beruhigte es mich, da wir so nicht Gefahr liefen, gleich zu Beginn unser „Pulver“ zu verschiessen. Denn ist gibt auch in „Ultrakreisen“ Weisheiten, von denen eine unzweifelhaft gilt: „Nicht die Strecke tötet dich, sondern das Tempo“. Daher verlieh mir das anfängliche Schludern eine gewisse Sicherheit – wie sich noch zeigen sollte zu Recht.

Die ersten Stunden verliefen wunderbar. Einziger Knackpunkt waren die hohen Temperaturen. Während es im Schatten, mit einem leichten Luftzug, noch recht angenehm war, prüften uns in der Sonne Temperaturen von über 30° C.

Während mir der hohe Energie – Verbrauch, vor dem mein Körper stand, keine Sorgen bereitete, so sorgte ich mich jedoch umso mehr um die enorme Menge an Flüssigkeit, die mein Körper in den kommenden Stunden verlieren sollte. Also trank ich und trank und trank. Für mich nichts ungewöhnliches, denn ich habe schon viele ultralange Läufe bei großer Hitze durchgeführt und dank der notwendigen Vorsicht bis dato keine Probleme gehabt. Doch trotz meiner recht großen Lauferfahrung sollte ich heute den dümmsten Fehler machen, den man in dieser Situation machen konnte .... Doch dazu später mehr.

Wir wurden von wechselnden Läufern und Läuferinnen begleitet. Beispielhaft sei hier nur die Laufgruppe der Feuerwehr in der VG Cochem erwähnt. Oder auch Günter Jobelius, der bereits 2005 dabei war. Auch der Service war von Beginn an 1a ! Die Begleiter arbeiteten perfekt, die Feuerwehr verlieh dem Ganzen noch mehr Glanz und auch an der Strecke wurden wir immer wieder überrascht, wie etwa von der Feuerwehr in Hatzenport. Diese erfrischte uns nach etwa drei Stunden Hitzelauf mit einer erfrischenden kalten Dusche ! Eine Wohltat !

Nun kam „mein“ Knackpunkt. Es hatte sich schon die letzten Kilometer angedeutet, doch nun wurde es zunehmend stärker: ich bekam vehemente Darmprobleme und musste alle 20 – 30 min. hinter die Büsche, dazu kamen im Verlauf noch massive Magenkrämpfe, die mein Weiterlaufen unmöglich machten. Just zu diesem Zeitpunkt, wir liefen rund um Ellenz, stieß eine Laufgruppe der Feuerwehr Bruttig zu uns, so das ich mich nochmals zum Durchhalten motivierte. Doch nach und nach schwanden nun auch die Kräfte, da ich keine Nahrung und kein Trinken verwerten konnte und stattdessen Mutter Natur eher als geplant an meiner Labe teilhaben ließ.

So musste ich immer wieder einmal die Gruppe vorlaufen lassen, um meine Notdurft zu verrichten. In mir stieg die Sorge, dass durch meine Verzögerung der gesamte Zeitplan ins Wanken geraten würde und wir keine Chance mehr hätten pünktlich in Trier anzukommen, sollte ich meine Probleme nicht in den Griff bekommen.

In der Nähe von Ediger erkannte ich die Ausweglosigkeit meiner Situation und sah die einzige Möglichkeit zur „Rettung“ des Unternehmens darin, dass ich von der „Hautfigur“ zum „Nebendarsteller“ wurde. Also nutze ich die „Mitfahrgelegenheit“ im SWT – Gasfahrzeug von Ralf Maxheim und ließ mich zum nächsten Versorgungspunkt fahren.

So schwer mir dieser Schritt im ersten Moment viel, so zeigte sich doch auch hier wieder einmal: es ist kein Schicksal so schlimm, als das man nicht etwas Positives daraus gewinnen könnte. Und das Positive zeigte sich in den nächsten Stunden: ich durfte die Stimmung, die Atmosphäre „meines“ Hospiz-Laufes einmal aus einer ganz anderen Sichtweise betrachten und aufnehmen. Einmal nicht derjenige sein, um den sich gekümmert wird – sondern vielmehr selbst sich um die anderen kümmern. D.h. in meinem Fall, das ich fortan in der Organisation zum Einen, aber v.a. auch in der Verpflegung von Gerhard zum Anderen tätig wurde. Ein fantastisches – ein unvergessliches Erlebnis ! Ich lenkte also mein Hauptaugenmerk nun auf den Ablauf und hatte mein Ziel dahin gehend geändert, das ich alles dafür tun würde, um Gerhard innerhalb der 24 Stunden laufend nach Trier zu helfen.

Und da mein ursprüngliches Ziel, die 200km nonstop innerhalb von 24 Stunden per pedes zu bewältigen, nun zerstört war, sah ich auch keinen Grund darin, jetzt unter allen Umständen schnellst möglich wieder ins „Renngeschehen“ einzusteigen. Meine einzige Sorge war nur „... hoffentlich hält Gerhard durch ! ...“, sonst hätte ich wohl oder übel eher als es die Vernunft zuließ, wieder mitlaufen müssen. Doch DAS Ende kennen wir ja !

Es lag also eine ganz neue Situation vor, mit der alle erst einmal zurecht kommen mussten. Und hier noch einmal mein ganz dickes Kompliment an das Team ! Nicht, das sie schon mit ihren Aufgaben reichlich Arbeit hatten, nun haben sie sich auch noch zum Ziel gesetzt, meinen Magen-Darm-Trakt bald wieder in seine Schranken zu weisen: sie überhäufte mich geradezu mit Salzgebäck, Cola & Co., um die Diarrhoe zu beenden.

Leider benötigte v.a. mein Darm doch mehrere Stunden, um wieder ins rechte Lot zu kommen. So war ich also weiterhin „gezwungen“, in der Organisation mit zuarbeiten.

Derweil lief der Tross, ergänzt durch weitere acht Feuerwehrleute aus der VG Cochem, nach Zell. Und dort erlebten wir wohl den stimmungsvollsten Empfang der ganzen Tour ! In der Innenstadt, unmittelbar an unserem Boxenstop bei Cafe Bauer, fand just zu diesem Zeitpunkt ein Konzert des Musikverein Zell statt. Und Holger Teusch, die „Karla Kolumna“ des Trierischen Volksfreund, hatte bereits alles mit dem Dirigenten abgesprochen, so das die Läufer und Radfahrer mit einem großen Tusch und viel Applaus in Zell empfangen wurden ! Und auch bei der anschließenden Sammelrunde erwiesen sich die Zeller und deren Gäste als ebenso spendabel wie bei ihrem Applaus !

Den Stop im Cafe Bauer konnten wir voll auskosten. Wir lagen zwar ein wenig hinter dem Zeitplan, was mir jedoch keine Sorge bereitete, da ich im letzten Drittel der Strecke sehr großzügige Zeitvorgaben gegeben hatte. Wir wurden wieder einmal bestens vom Cafe Bauer beköstigt, konnten unsere Akkus und die der technischen Geräte wieder aufladen, ein wenig in alten Zeiten (Stop im Cafe beim Hospiz-Lauf 2005) schwelgen, weitere zahlreiche Anrufe

koordinieren, ... ehe wir uns auf den Weg auf die (fast) zweite Hälfte der (Tor)Tour aufmachten.

Auch in den nächsten Stunden erwies sich die Teilnahme der Feuerwehrstaffel als ein riesiger Glücksgriff ! Eine bessere Versorgung bei einem solchen Lauf kam man sich nicht wünschen! Ein dickes Kompliment ! Mit Blaulicht trafen wir in Traben-Trarbach ein, was nicht nur hier zu nächtlicher Stunde doch einige Neugierige anlockte.

Den mittlerweile schon fast berühmt berüchtigten Moselort Wolf (Wildschweine 2004) konnten wir ohne Probleme passieren und liefen weiter moselaufwärts gen Bernkastel-Kues. In der Zwischenzeit hatte Wolfgang Fandel die Zeit genutzt und einige Radiostationen per E-mail von unserem Stand informiert und wir erhielten nur kurze Zeit später einen Anruf live aus dem Studio von SWR3 – und da Wolfgang selbst nicht unbedingt sprechen wollte, so drückte er mir das Handy ans Ohr (ohne zu sagen, wer dran sei). So wurde ich für einige Sekunden von Jörg zu Wolfgang und durfte einmal Live im Radio einige nächtliche Fragen beantworten. Ob´s wer gehört hat .... ?

Dann durfte ich wieder Jörg sein, und bald auch der alte Jörg. Mein Darm schien sich beruhigt zu haben und ich überlegte bereits, ob ich wieder mitlaufen sollte. Und wenn´s jetzt nicht klappen sollte, dann würde ich es später erneut versuchen. Ich fühlte mich zwar noch sehr schlapp, aber das würde sich dann hoffentlich bald legen. Also ging ich erst einmal dran, die verlorenen Kohlenhydrate vorsichtig wieder aufzufüllen und meinen Flüssigkeitshaushalt wieder zu füllen.

Es gab noch einen anderen Grund für mich, bald möglichst wieder mit zulaufen. Nein, nicht Gerhard – der lief unglaublich konstant und zeigt v.a. mental eine immense Stärke. Nein, es war einfach sau kalt ! Etwa 10°C in der Nacht, nachdem wir über 30°C am Nachmittag hatten, ließen Erinnerungen an den Winterlauf 2005 wach werden. Sollte ich mir was warmes anziehen oder mich warmlaufen ... ?

Zwischen 04:30 Uhr und 05:00 Uhr wurde wach die Nacht langsam dem Tag und somit wurden auch die zum Teil recht müden Geister und Körper wieder wach. Und auch für mich wurde es langsam Zeit, endlich loszulaufen. Um nicht zu viel zu riskieren, habe ich dann doch erst in Neumagen-Dhron wieder meinen Trinkgürtel angelegt und mich als Läufer in die Gruppe eingereiht. In der Zwischenzeit hatte die Staffel der Feuerwehr wieder frische Kräfte eingetauscht und sorgte mit zeitweise vier (!)Fahrzeugen für einen sicheren und reibungslosen Ablauf. Gemeinsam mit den Radfahrern sorgten sie dafür, das wir keine einzige brenzlige verkehrstechnische Situation durchstehen mussten – was eine meiner größten Sorgen im Vorfeld gewesen ist.

Für mich hieß es nun, noch etwa fünfeinhalb Stunden laufend bis Trier durchzuhalten. Im Normalfall kein Problem, doch unter den jetzigen Voraussetzungen ein unsicheres Spiel. Doch was sind die verbleibenden Stündchen im Vergleich zu den 24 Stunden von Gerhard ? Und ich wollte, das Gerhard es schafft, und somit hatte ich genügend Motivation, evtl. „Krisen“ zu meistern.

Gerhard lief wie ein Schweizer Uhrwerk. Kurze Zwischenzeitliche Fußprobleme hatten sich nicht verschlimmert, und auch sonst sah er noch sehr gut aus ! Was sicherlich immer wieder motivierte, waren die zahlreichen Staffel- und Etappenläufer, die immer wieder neue Kräfte im Team freisetzen. Denn auch die Radfahrer, Fahrer der Autos, Etappenläufer, .... waren seit vielen vielen Stunden auf den Beinen und machten dennoch ihre Sache hervorragend !

So langsam wurde es auch wieder warm. Beim Laufen in der Sonne stieg der Schweißpegel doch wieder merklich an, jedoch verschafften die wunderschöne Laufstrecke und die kurzweiligen Gespräche immer wieder Ablenkung von etwaigen Problemchen. Auch bei mir lief es wieder rund, und ich ärgerte mich kolossal, dass mir mein Darm diesen Strich durch meine Rechnung gezogen hatte.

Doch schon zeigte sich mir mein Fehler auf, der zu meinen Problemen geführt hatte. An einem kurzen Stop, an dem auch meine Familie zugegen war, trank ich kurz wieder von einer Limonade, die ich bereits am Vortag in ausgiebigen Mengen verköstigt hatte – und schon zog sich mein Magen derart zusammen, das ich dachte „.....sch.... jetzt ist es vorbei ...“. Zum Glück stand ich gerade hinter dem Auto meiner Frau, so dass keiner meinen Gesichtsausdruck aus Schmerz, Wut, Enttäuschung, Tränen, ... sehen konnte. Meine Frau schaute mich nur mit großen ungläubigen Augen an. Doch nach etwa einer Minute beruhigte sich mein Magen wieder und ich versuchte mit einem möglichst „souveränen“ Eindruck wieder zur Gruppe zu gehen. „..... Hoffentlich hat´s keiner gemerkt....“.

Gerhard ging derweil bereits wieder weiter und auch der Rest der immer größer werdenden Truppe schloss sich nun an. Es schien alles problemlos zu verlaufen, wir näherten uns immer mehr unserem Ziel und hatten nur noch etwa 12 Kilometer bis zur Porta Nigra ....

.... „.... mir wird's gerade schummrig ...“ – mit diesen Worten setzt Gerhard die ganze Truppe wieder in Spannung ! Wir hatten nahe der Schweicher Autobahnbrücke eine kurze Rast eingelegt. Und da wir ja reichlich Zeit hatten und auch nicht zu früh in Trier ankommen wollten, wollten einige noch einen Moment ausharren und die Stimmung genießen. Ich ging derweil zu Gerhard und forderte ihn auf, doch zumindest weiter zu gehen. Denn aus eigener Erfahrung weiß ich, dass längeres Stehen zu großen Problemen führen kann. Doch noch während ich Gerhard auf die Gefahren anschwellender Gelenke, verkraempfender Muskulatur, ... aufmerksam machen wollte, versetzte er uns mit seiner Aussage allen einen kurzen Adrenalinschub ! Sogleich begann Gerhard vorsichtig, ein paar Schritte zu gehen. Und als das gelang, wurden die Schritte etwas sicherer und er fiel langsam wieder in einen Trab. So liefen wir die nächsten Kilometer nebenher und ich konnte mich von der Stärke Gerhards überzeugen, der wieder sicher in Richtung Schwarzes Tor lief. Auch ein letzter „heftiger“ Anstieg in Kenn konnte unsere Truppe nicht mehr erschrecken und wir gelangten langsam aber sicher in den Trierer Stadtbereich.

Zwischenzeitlich hatte sich auch der Schirmherr der Veranstaltung, Triers Bürgermeister Georg Bernarding, als Läufer eingereiht und konnte so die tolle Stimmung auf den letzten 10 Kilometern hautnah miterleben. In Ruwer gab es noch einmal einen großen Halt, wieder einmal hervorragend organisiert durch die Feuerwehr, und dann machten wir uns auf zum Triumphzug in die Römerstadt. Wir hatten zwischenzeitlich den Hospiz-Verein über unser Eintreffen informiert und bei Gerhard merkte man die Erleichterung aber auch die Freude und die Gewissheit, es geschafft zu haben !

Den letzten geplanten kurzen Stop am Verteilerkreis in Trier ließen wir aus und liefen nun, der Bitte der Trier Polizei folgend (diese hatte kurz zuvor über die Rettungsleitstelle zu uns Kontakt aufgenommen), ohne den Verkehr zu behindern, auf unser Ziel zu.

Das Finale

Dort hielten Gerhard und ich, an der Spitze des Feldes laufend, erst kurz die Luft an, als wir unser Pavillon, unseren „Triumphbogen“, nicht erblicken konnten („.... na super, wir sind zu

früh ....“). Doch dieser wurde nur von einem unwissenden Getränkelieferanten schlichtweg zugeparkt ! Doch wir konnten die Beifallsstürme, Tröten und Rasseln hören und sahen nun auch eine Spitze des Daches unseres „l'arc de triumph“ ! Wir, v.a. Gerhard, hatten es geschafft !! 200 Kilometer, 24 Stunden – LAUFEN !

Bei mir überwiegte die Freude, auch wenn mein sportliches Scheitern sich immer wieder in meine Gefühle drängte, über den Erfolg der 3. Ausgabe dieser Benefiz – Aktion !

Und wie froh war ich, endlich meine Familie im Arm zu halten und zu wissen, dass ich nun endlich wieder etwas mehr Zeit für sie haben werde (wenngleich ich auch weiß, dass diese Ruhezeit nicht lange anhalten wird und ich mich bald an die Umsetzung weiterer Vorhaben machen werde) ! Aber jetzt endlich einmal: Zeit ! Einmal „Da-Sein“, wie es im Motto des Hospiz-Vereins heißt. „Da-Sein“ für die Familie.

Doch bevor es soweit war, durften wir erst einmal unzählige Hände schütteln, Gratulationen entgegen nehmen, Interviews und Fotoaufgaben wahrnehmen, und v.a. die sieben prall gefüllten Spendenhäuschen an Frau Brill und den gesamten Hospiz – Verein übergeben.

Der Hospiz – Verein versorgte uns mit allerlei Getränken und Essen, überraschte Gerhard und mich mit einem dicken Präsentkorb, Lambert Prinz lud uns zu einer wohltuenden Massage ein, ... und ich genoss einfach für einen Augenblick die Atmosphäre. Und auch der Getränkelieferant wurde unwissentlich zum Sponsor der Veranstaltung (die Bordwand stand nun einmal auf ...).

## Die Verarbeitung

Wie bereits zu Beginn beschrieben – es fällt mir schwer, meine Gefühle und Eindrücke in angemessene Worte zu fassen. Stefan Schlett, ein Berufs – Abenteurer aus Kleinostheim, beschrieb ein ähnliches Erlebnis einmal als „Orgasmus für die Seele“. Ich vergleiche das Erlebte eher mit der Geburt eines Kindes. Mit zunehmender Anstrengung wächst nach einem solchen Lauf die Freude über das Geleistete und man rennt oft noch Tage danach mit einem Dauergrinsen durch die Weltgeschichte.

Doch eines ist klar: alleine wäre so etwas niemals zu schaffen, auch nicht annähernd. Es gehören dazu viele kleine und große „Räder“, die ein solches „Werk“ zum Laufen bringen. Dazu zählen in erster Linie die Team – Mitglieder (Läufer – Radfahrer – Springer – Autofahrer – Masseur - ...) die sich über Gebühr hinaus für diese gute Sache engagiert haben. Dazu zählen aber auch die teilnehmenden Staffeln, die durch perfekte Organisation und Teamgeist überzeugten und dem ganzen ein ganz besonderes Flair verpassten. Dazu zählen die Etappenläufer und Läuferinnen, die immer wieder für Abwechslung sorgten und uns immer wieder neu motivierten. Lobenswert auch, dass sich ausnahmslos alle Teilnehmer reibungslos in die Kette einfügten !

Nicht zuletzt gilt unser Dank allen Sponsoren und Spendern, ohne die unsere Aktion zwar nett, aber wenig nutzvoll gewesen wäre.

Doch den meisten Dank und auch Respekt verdienen die Aktiven des Hospiz – Verein, die sich z.T. seit über zehn Jahren für den Hospiz-Gedanken und die Arbeit ehrenamtlich engagieren ! Demgegenüber wirkt unser Engagement geradezu lächerlich und manchmal bin ich ein wenig beschämt, dass wir das Interesse der Öffentlichkeit auf uns fokussieren, wo die Bärenarbeit doch auf Seiten des Hospiz – Vereins liegt ! Hierfür meinen allergrößten Respekt und Anerkennung !