



Kostümiert einen Marathon laufen

Während ich in Stuttgart studierte, entwickelten meine Mitbewohnerin, meine Nachbarinnen und ich eine Art Ritus: Mittwochabends schnürten wir unsere Joggingschuhe und rannten durch den Wald. Anschließend belohnten wir uns und entkorkten eine Flasche Rotwein. Bergfest nannten wir das – und wachten am nächsten Morgen nicht selten mit violett gefärbter Zunge auf. Allmählich steigerten wir unser Pensum: dreimal laufen, einmal weinbeduseln inklusive Küchenpsychologie. Nie zuvor und auch nie wieder danach war ich so gut in Form wie damals. Joggen und Rotwein, das funktionierte hervorragend. Aber kann auch Rotwein und Joggen funktionieren?

Wenn ich heute Wein trinke, dann eher Weißen als Roten. Aus Angst vor der feierabendlichen Bettschwere, aus Angst, meinen Trinkkompagnons wegzudämmern. Mitbewohner habe ich keine mehr, meine Nachbarn höre ich nur, statt sie zu sehen. Regelmäßige Lauftrunden habe ich weitestgehend aufgegeben und tröste mich damit, täglich zur Arbeit zu radeln. Ausreden für meine Unsportlichkeit muss ich nicht aus Frauenzeitschriften herausreißen oder rezitieren.

Stattdessen kaufe ich eine Flasche Mouton Cadet und fasse einen Plan. Am 12. September 2015 werde ich auf der Departementstraße D2 stehen, im französischen Pauillac. Ich will mich fordern. Ich will mitlaufen, beim „Marathon du Médoc“, einem Langlauf durch die erlesenste Weinregion Frankreichs. Einer Weinwallfahrt für Genussathleten.

Tausende Teilnehmer hechten einmal jährlich von Château zu Château. Ein dreitägiges Fest, im Zentrum: der Marathon auf klassischer Distanz, 42,195 Kilometer. Illustre Verkleidungen sind ungeschriebene Regel, auch ich werde in irgendeinem seltsamen Kostüm dabei sein. Statt nur mit Bananen belohnen sie ihre übersäuerten Muskeln mit Rebensaft frisch aus den Holzfässern der Kellereien. 1984 begründeten sechs Freunde, vier davon Mediziner, den Lauf, der Extremsport mit festlichem Charakter sein sollte, gar vergnüglich. Kein verbissener Stadtmarathon mit Asphalt unter den Füßen, Beton auf Brusthöhe und Glasfronten über dem Kopf. Man trabt entlang schwer behängter Reben. Atmet die würzige Luft der Grand-Cru-Region. Vor eineinhalb Jahren habe ich eine Doku gesehen. Herrlich absurd, dachte ich damals. Heute denke ich:

Wenn schon muskuläre Tortur, dann doch bitte herrlich absurd.

Damit wir uns da nicht falsch verstehen: Dieser Lauf ist eine ernste Angelegenheit, körperliche Höchstleistung. Nach sechseinhalb Stunden ist Schluss. Der Streckenrekord für Médoc liegt nur 16 Minuten und 23 Sekunden unter dem offiziellen Weltrekord. 2:19:20, Sacha Lotov aus Russland. Bei der Anmeldung wird ein medizinisches Gutachten verlangt. Gesund soll man sein. Ein Marathon hingegen ist nie gesund, sagen viele Ärzte. Ob mit oder ohne Wein. Médoc bietet dafür ein außerordentliches Belohnungssystem auf freier Strecke. Gut 50 Châteaux, Weinproben bis zum Horizont.

Hoch motiviert plane ich also, meinen studentischen Fitness-Zenit zu übersteigen. Achteinhalb Monate bleiben mir zur Vorbereitung. Ich verschreibe mir drei Trainingseinheiten. Wöchentlich. Mindestens. Wochenends werde ich meinem Freund eine Baskenmütze aufsetzen und ihn auf einer Bank an der Alster parken. Er darf mich rundenverpflegen, mir mit Rotwein zuprosten.

Am Morgen des 13. September dann werde ich mit schmerzenden Muskeln aufwachen. Ich werde aufstehen, in den Spiegel schauen und meine Zunge heraustrecken. Sie wird dunkelviolett leuchten. — *Vivian Alterauge*

Médoc Marathon. Pauillac, 12. September,
www.marathondumedoc.com