

14. Schwedenlauf am Sonntag

Erster Start um 10 Uhr! Fünf-Kilometer-Strecke erweitert Angebot für Läufer.

Man könnte dem Schwedenlauf in Wismar auch noch den Beinamen „Lauf der Rekorde“ verpassen, denn seit Jahren steigt die Zahl der Teilnehmer stetig. Mit 74 Aktiven wurde bei der ersten Auflage im Jahr 2000 begonnen. 667 Läuferinnen und Läufer waren es im vergangenen Jahr. Eine Neuerung bei der 14. Auflage in diesem Jahr könnte für einen weiteren Teilnehmerschub sorgen. Denn neben dem 2-Kilometer-Schnupperlauf und dem langen Kanten über die 10-Kilometer-Distanz ist nun auch eine 5-Kilometer-Strecke im Angebot.

Fünf Kilometer misst übrigens auch der neu abgesteckte Rundkurs der Hauptstrecke. Wer die 10 Kilometer unter seine Sohlen nehmen möchte, läuft die Runde zweimal. Der Streckenverlauf durch die Hansestadt musste etwas geändert werden, weil einige Stellen der alten Strecke zurzeit wegen Bauarbeiten gesperrt sind.

Im Start/Zielbereich auf dem Marktplatz sowie am Wonnemar werden Getränke an die Läufer ausgegeben.



Am Sonntag um 10 Uhr gehören Markt und Innenstadt wieder den Teilnehmern des Schwedenlaufes. Foto: Barkhorn

Neben dem T-Shirt und einer Urkunde erhält in diesem Jahr zudem jeder Läufer kostenlos einen halben Liter Mineralwasser. Wie jedes Jahr sorgen auch diesmal wieder viele freiwillige Helfer für einen reibungslosen Ablauf.

Auch findet der beliebte Volkslauf immer mehr Förderer und Unterstützer. Die

Volks- und Raiffeisenbank Wismar, schon von Beginn an dabei, ist auch in diesem Jahr wieder Hauptsponsor des Schwedenlaufes. Besonderheiten der Veranstaltung sind die Teamwertung für angemeldete Gruppen und die Kür der „Miss Schwedenlauf“.

● **Internet:** www.stadtsportbund-wismar.de



Streckenverlauf

2 km (Schnupperkurs): Markt (Start) – Mecklenburger Straße – Kleinschmiedestraße – Grüne Straße – St.-Marien-Kirchplatz – St.-Georgen-Kirchhof – Baustraße – Claus-Jesup-Straße – Ulmenstraße – Breite Straße – Runde Grube – Frische Grube – Schweinsbrücke – ABC-Straße – Altböterstraße – Hinter dem Rathaus – Markt (Ziel).

Schwedenlaufroute (5 km, 2x für 10km) Markt (Start) – Meck-

lenburger Straße – Kurze Baustraße – Kreuzung Schweriner Tor – Dahlmannstraße – Reuterschule – Wallgärten – Kurt-Bürger-Stadion – Wonnemar – Weidendamm – Hochschule – Philipp-Müller-Straße – Park Weidendamm – Lübsche Straße – Holzdammerdamm . Schiffbauerdamm – Querung Ulmenstraße – Breite Straße – Runde Grube – Frische Grube – Schweinsbrücke – ABC-Straße – Altböterstraße – Hinter dem Rathaus – Markt.

Läuferin erinnert sich: ...einfach nur durchhalten

Ihre persönlichen Eindrücke von ihrer ersten Teilnahme beim Schwedenlauf schildert die Wismarerin Dörte Dittschlag so:

Ja, da war er nun der große Tag, der 19. August 2012. Der Tag, für den ich seit Wochen trainiert habe... Letztes Jahr nur als Zuschauer dabei und ziemlich untrainiert, hatte ich mir dieses Ziel gesetzt... und begann im März zu trainieren. Die ersten Wochen machte ich kaum Fortschritte, aber im Juni schaffte ich dann... das erste Mal die 10 Kilometer durchzuhalten. Und so kam es, dass ich am Sonntag etwas aufgeregter auf dem Marktplatz stand. Mit mir noch über 600 andere Läufer – Teilnehmerrekord trotz hoher Temperaturen!

Mein Ziel war es, den Lauf unter einer Stunde zu schaffen. Mit einem Kanonenschuss ging es los. Der Start verlief gut, aber schon in der Kanalstraße hatte ich das Gefühl, dass die ersten Läufer kilometerweit vor mir sind. Zum Glück gelang es mir dicht hinter meiner Freundin Bianca zu bleiben. Die Menschen am

Straßenrand winkten und klatschten. Tolles Gefühl! Am Klußer Damm standen viele Bewohner vor ihren Türen. Sie hatten fuer uns einige Eimer mit Wasser gefüllt. Ich schüttete mir etwas Wasser ins Gesicht, obwohl ich mir am liebsten die ganzen Eimer übergeschüttet hätte.

DANKE! Das war lieb von euch! Erfrischt konnte ich danach sogar 3 Läufer überholen. Nun kam das wohl schwierigste Stück. Die Bürgermeister-Hauptstraße. Mir war nie bewusst wie lang die ist oder



Dörte Dittschlag bei ihrem ersten Schwedenlauf 2012.

an diesem Vormittag geworden ist. Am Wonnemar gab es eine kleine Stärkung und für mich die erste kurze Verschnaufpause. Eine lustige Begebenheit zwischendurch: Eine Läuferin klingelte an einem Wohnblock und fragte, ob sie mal schnell rein dürfte. Vermutlich um deren Toilette benutzen zu können.

Dann führte uns der Weg am OBI vorbei, hinein in die Wertstraße. Die Hitze wurde immer schlimmer. Eine Läuferin vor mir begann vor Erschöpfung zu taumeln und fiel in einen Busch. Ich gab dem Streckenposten ein Zeichen... Mittlerweile konnte ich das blaue T-Shirt meiner Freundin nicht mehr sehen. Schade, ich hatte es einfach nicht geschafft an ihr dran zu bleiben. Plötzlich nahm ich die Uhr am Marienenturm wahr. 8 Minuten vor 11 Uhr, eigentlich nicht schlecht, dachte ich. Wenn ich jetzt Gas gebe, schaffe ich vielleicht bis elf Uhr am Ziel zu sein. Wenn es bloß nicht so heiß wäre... Viele Läufer gingen mittlerweile. Als ich an der „Seepelle“ vorbei lief und die ersten

Gäste es sich an den Tischen gemütlich gemacht hatten, hätte ich denen im Vorbeilaufen am liebsten ihr Alster vom Tisch genommen. Nur noch ein paar Minuten... Einfach nur durchhalten.... Dann kam das letzte schwierige Stück, die bergauf gehende ABC-Straße. Am Straßenrand standen viele Leute, die uns anfeuert. Jetzt waren es nur noch einige Meter und ich nahm noch einmal alle Kraft zusammen. Kurz vor dem Ziel hörte ich einige Leute meinen Namen rufen. Wer auch im-

mer da stand, es hat mir geholfen, denn es gelang mir doch tatsächlich noch ein kurzer Sprint. Kaputt aber sehr glücklich und zufrieden lief ich ins Ziel ein... Glückwunsch und Respekt an alle, die sich an diesem heißen Morgen aufgekratzt haben, durchhielten und super Zeiten gelaufen sind! Vielen Dank auch an die lieben, freiwilligen Helfer und an alle die den Schwedenlauf überhaupt möglich gemacht haben. Bis 2013! Hoffentlich mit einem neuen Teilnehmerrekord! (Auszug)

„Kein Regen“ **„Dabei sein!“**
 „UNTER DIE ERSTEN 123 KOMMEN“ „Rückenwind“
 Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

vr-bank-wismar.de

03841 440 0
 Wir machen den Weg frei.