

## **München Halbmarathon, 09.10.2016**

Ein Bericht von Armin Grasshoff, Local Club München

Was gibt's zum Lauf zu sagen?

Zu Beginn (d.h. vor Beginn des Rennens) ergab sich gleich der Zufall, lustig war, dass Bahman und ich (ich hatte ihn zuhause abgeholt) in den Menschenmassen in der U-Bahn ausgerechnet Christian mit seinem Guide Dennis sowie noch den allein startenden Christian (Nachname weiß ich nicht, ist auch Guide bei uns) getroffen.

Wir sind dann rechtzeitig zum Start gelaufen und hatten dann noch alle 5 faktisch zeitgleich die grandiose Idee, die Bewässerungsintensität von Flora und Fauna in synchroner Eintracht zu erhöhen. Nachdem dieser wichtige Beitrag zur Erhaltung der Umwelt erledigt war, haben wir uns auf die Startblöcke verteilt.

Dann ging's los, allerdings eher gemächlich, weil bei den unglaublichen Massen trotz der breiten Straßen kaum ein Vorbeikommen möglich war. Tempo auf dem ersten Kilometer war nur knapp 6 min/km, was natürlich einem echten Bahman (das ist Persisch und bedeutet übrigens übersetzt "Superman") kaum zum Warmwerden taugt. Dementsprechend schob er an, als gäbe es kein Morgen mehr. Guide Armin war also auf der Suche nach Überholmöglichkeiten, so dass ich unseren mit Bahman'schen Turbodampf ausgestatteten Schnellzug vor Auffahrunfällen mit dahinschleichenden Bummelzügen bewahren konnte. (Alexander, ich glaube aus Sicherheitsgründen sollten wir demnächst Helm und Airbag für Bahman und seine Guides einführen... ;-)

Als die Bahn freier wurde, konnte Super- bzw. Bahman dann endlich angasen, so dass wir schnell auf Bahman'sche Reisegeschwindigkeit beschleunigen und die ersten 10 km in knapp über 50 min durchheilen konnten. Als wir denn Marienplatz überquerten, ließ es sich der Moderator nicht nehmen, Bahman persönlich über Lautsprecher zu nennen und seine tolle Durchgangszeit herauszustellen; viel Zeit blieb ihm allerdings nicht, denn da waren wir schon wieder um die Ecke gebogen.

Erst gestern beichtete Bahman mir, dass er die Tage vor den Rennen etwas angeschlagen war und während der ersten Kilometer im Rennen mehrfach überlegte, ob er es wirklich zuende laufen könne oder es abbrechen müsse. Aber Bahman wäre nicht Bahman, wenn er wegen solcher Nebensächlichkeiten den Lauf in Frage stellen würde. Also lief er natürlich weiter, wenn auch wir auf der zweiten Hälfte etwas Tempo rausnahmen und das Rennen dann gut und entspannt nach Hause brachten.

Sehr gut hatte mir auch gefallen, wie souverän Super-Bahman auch die ganzen Bordsteine gemeistert hatte - sämtliche Stufen rauf und runter hatten wir im Laufschrift genommen und sauber absolviert, Ansagen und Koordination klappten perfekt, das Stufentraining im Laufschrift während der Trainings hatte sich bezahlt gemacht.

Alles in allem war es ein tolles Rennen und ich freue mich schon aufs nächste Mal (auch wenn ich dann überlegen muss, ob ich dann auf nem Moped nebenherfahren muss, wenn Bahman noch zwei Gänge hochschaltet) :-)

Armin Grasshoff