

Ingo Schulze

Transeuropalauf

2003 Lissabon - Moskau
5.036 km in 64 Tagesetappen



TransEurope FootRace



Transeuropalauf
TransEurope-FootRace 2003

Unterstützung bei der Überarbeitung (2007)

Siegfried Bullig
Günter Böhnke

Ingo Schulze



wurde am 08. Februar 1948 in Tangermünde geboren. Seit 1978 ist er Ultralangstreckenläufer und seit 1996 Organisator von vielen Volks- und Stadtläufen.

Spezialisiert hat er sich inzwischen auf Mehrtagesläufe:

- Deutschlandlauf 1998, 2005, 2006 und 2007
- **„Internationaler Spreelauf“ 2000, 2001, 2002 und 2004**
- **„TransEurope-FootRace“ 2003**

Dieses Buch soll das Erlebnis **„TransEurope-FootRace 2003“** greifbar machen und nachempfunden werden. Es war ein Abenteuer mit all seinen Freuden und Leiden.

Es wurde besonders Wert darauf gelegt, aufzuzeigen mit welchen Problemen bei so einem gewaltigen Unternehmen zu rechnen ist.

Es soll aber auch ein Leitfaden für Läufer sein, die sich auf ähnliche Unternehmen vorbereiten wollen.

Jeder Lauf hat seinen eigenen Charakter

Ingo Schulze

Transeuropalauf 2003

**Lissabon - Moskau
5.036 km in 64 Tagesetappen**



Engelsdorfer Verlag
2007

Bibliografische Information durch
die Deutsche Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Copyright (2007) Engelsdorfer Verlag
2. veränderte Neuauflage
Alle Rechte bei den Autoren
Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)
www.engelsdorfer-verlag.de

Inhalt

[Vorwort](#)

[Allgemeines zum Lauf](#)

[Zur Person: Ingo Schulze](#)

[Wie alles begann](#)

[Unbedingt wichtige Vorfeldinformation zum Lauf!](#)

[Persönliche Ausrüstung für die Laufteilnehmer](#)

[Häufig gestellte Fragen und deren Antworten \(Auszug\)](#)

[Die Geschichte des Kontinentallaufes](#)

[Finisher bei Transkontinentalläufen](#)

[Vorabkommentar von Markus Müller](#)

[Der Verein](#)

[Guus Smit](#)

[Sponsoren](#)

[Fahrzeugbeschaffung](#)

[Länderkoordinatoren](#)

[Visum für Weißrussland und der Russischen Föderation](#)

[Die verkehrsrechtlichen Anordnungen](#)

[Streckenvermessung - Manfred Leismann](#)

[Reisebericht und Eindrücke - Moskau im April 2002](#)

[Wieder in Deutschland. Die Vorbereitung gehen weiter](#)

[Die Arbeit nimmt kein Ende](#)

[2. Reisebericht Brigitte und Manfred Leismann](#)

[Bericht über meine Reise nach Lissabon](#)

[Ergebnis aus dem Gespräch mit Senhor Pereira](#)

[Die Vorbereitungen gehen weiter](#)

[Meine 2. Reise nach Lissabon](#)

[Etappenziele des „TransEurope-FootRace“](#)

[Entgeltige Teilnehmerliste. Vorstellung der Teilnehmer](#)

[Abfahrt nach Lissabon](#)

[Start zum längsten Lauf der Menschheitsgeschichte](#)

[01. Etappe Portugal Lissabon - Vendas Novas](#)

[02. Etappe Portugal Vendas Novas - Estremoz](#)

- [03. Etappe Portugal Estremoz - Pueblo Nuevo](#)
- [04. Etappe Spanien Pueblo Nuevo - Caceres](#)
- [05. Etappe Spanien Caceres - Plasencia](#)
- [06. Etappe Spanien Plasencia - Béjar](#)
- [07. Etappe Spanien Béjar - Salamanca](#)
- [08. Etappe Spanien Salamanca - Tordesillas](#)
- [09. Etappe Spanien Tordesillas - Magaz](#)
- [10. Etappe Spanien Magaz - Burgos](#)
- [11. Etappe Spanien Burgos - Miranda de Ebro](#)
- [12. Etappe Spanien Miranda de Ebro - Arrasate](#)
- [13. Etappe Spanien Arrasate - San Sebastian](#)
- [14. Etappe Frankreich San Sebastian - St. Vincent](#)
- [15. Etappe Frankreich Saint Vincent - Labouheyre](#)
- [16. Etappe Frankreich Labouheyre - Talence](#)
- [17. Etappe Frankreich Talence - Barbezieux St. Hilaire](#)
- [18. Etappe Frankreich Barbezieux St. Hilaire - Ruffec](#)
- [19. Etappe Frankreich Ruffec - Bonneuil-Matour](#)
- [20. Etappe Frankreich Bonneuil-Matour - St. Branches](#)
- [21. Etappe Frankreich St. Branches - Ouques](#)
- [22. Etappe Frankreich Ouques - Auneau](#)
- [23. Etappe Frankreich Auneau - Marly le Roi](#)
- [24. Etappe Frankreich Marly le Roi - Orry la Ville](#)
- [25. Etappe Frankreich Orry la Ville - Soissons](#)
- [26. Etappe Frankreich Soissons - Montcornet](#)
- [27. Etappe Frankreich Montcornet - Vireux Molhain](#)
- [28. Etappe Belgien Vireux Molhain - Hotton](#)
- [29. Etappe Belgien Hotton - Waimes](#)
- [30. Etappe Deutschland Waimes - Vettweiß](#)
- [31. Etappe Deutschland Vettweiß - Witzhelden](#)
- [32. Etappe Deutschland Witzhelden - Plettenberg](#)
- [33. Etappe Deutschland Plettenberg - Brilon](#)
- [34. Etappe Deutschland Brilon - Hofgeismar](#)
- [35. Etappe Deutschland Hofgeismar - Gieboldehausen](#)
- [36. Etappe Deutschland Gieboldehausen - Wernigerode](#)
- [37. Etappe Deutschland Wernigerode - Schönebeck](#)
- [38. Etappe Deutschland Schönebeck - Wilhelmsdorf](#)

- [39. Etappe Deutschland Wilhelmsdorf - Dahlewitz](#)
- [40. Etappe Polen Dahlewitz - Slubice](#)
- [41. Etappe Polen Slubice - Brojce](#)
- [42. Etappe Polen Brojce - Tarnowo Podgorne](#)
- [43. Etappe Polen Tarnowo Podgorne - Wrzesnia](#)
- [44. Etappe Polen Wrzesnia - Kolo](#)
- [45. Etappe Polen Kolo - Zduny](#)
- [46. Etappe Polen Zduny - Warschau](#)
- [47. Etappe Polen Warschau - Siedlce](#)
- [48. Etappe Polen Siedlce - Zalesie](#)
- [49. Etappe Weißrussland Zalesie - Kobryn](#)
- [50. Etappe Weißrussland Kobryn - Ivacevicy](#)
- [51. Etappe Weißrussland Ivacevicy - Baranavicy](#)
- [52. Etappe Weißrussland Baranavicy - Stoubcy](#)
- [53. Etappe Weißrussland Stoubcy - Minsk](#)
- [54. Etappe Weißrussland Minsk - Barysau](#)
- [55. Etappe Weißrussland Barysau - Krupky](#)
- [56. Etappe Weißrussland Krupky - Orscha](#)
- [57. Etappe Weißrussland Orscha - Katyn](#)
- [58. Etappe Russland Katyn - Jarcevo](#)
- [59. Etappe Russland Jarcevo - Safanovo](#)
- [60. Etappe Russland Safanovo - Vjajsma](#)
- [61. Etappe Russland Vjajsma - Gagarin](#)
- [62. Etappe Russland Gagarin - Gidrousel](#)
- [63. Etappe Russland Gidrousel - Lesnoi Gorodok](#)
- [64. Etappe Russland Lesnoi Gorodok - Moskau](#)

[Der Zieleinlauf nach 64 Tagen in die russische Metropole Moskau](#)

[Abschiedsfeier](#)

[Gesamtwertung Lissabon nach Moskau über 5.036 Kilometer](#)

[Die Betreuer](#)

[Etappenläufer](#)

[Was soll ich noch sagen?](#)

[Zahlen, Daten und Fakten](#)

[Stimmen prominenter Sportler](#)

Die Heimfahrt nach Deutschland
Weitere Berichte und Anmerkungen (Autoren).
Schlusswort
Noch ein Wort

Vorwort



Ein Wort an die Leser. Das Unternehmen „TransEurope-FootRace“ wurde in nur 22 Monaten vorbereitet. Von den 48 gemeldeten Teilnehmern aus 13 Nationen waren 44 Teilnehmer in Lissabon am Start, wobei genau die Hälfte später die Ziellinie in Moskau passiert hat. Der Großteil der ausgestiegenen Läufer ist etappenweise weitergelaufen oder stellte sich der Organisation als Betreuer zur Verfügung. Sie waren nicht mehr in der Wertung.

Während eines Unternehmens, bei dem Teilnehmer und Betreuer 64 Tage beieinander sind, muss es zwangsläufig zu Spannungen kommen. Dieses war mir aber im Vorfeld bewusst, und ich bereitete auch die Teilnehmer darauf vor. Man quittierte dieses mit einem Lächeln und wollte es nicht glauben. Es sollte nicht MEIN Lauf werden, sondern UNSERER! Nur wenn Organisation, Betreuer und Teilnehmer eine Einheit bildeten, dann konnte so ein Lauf Realität werden. Ich möchte diesen einzigartigen Lauf einmal Revue passieren lassen.

44 Teilnehmer waren in Lissabon zum „TransEurope-FootRace“ angetreten. Unter den Teilnehmern war auch Bernard Grojean aus Frankreich, den den Lauf im Rollstuhl meisterte. Es waren im Schnitt stets etwa 20 Betreuer vor Ort. Es waren Teilnehmer unterschiedlicher Leistungsklassen mit ihren eigenen Erwartungshaltungen. Der Eine wollte vorn mitmischen oder sogar siegen und andere wollten, weil sie von den Läufen in Amerika und Australien infiziert wurden, nun endlich einen Lauf in Europa miterleben. Wie will man so viele Leute, so viele Charaktere jeden Tag unter einen Hut bringen oder sogar zufrieden stellen? Wie sollte man auf all diese Leute

eingehen? Geht das überhaupt? Ich denke, dass hier sogar ein Psychologe überfordert wäre. Hier brauchte ich auch keinen Psychologen. Ich hatte gestandene Männer und Frauen am Start, die Erfahrungen auf der ganzen Welt gesammelt haben. Jeder hatte seine eigenen Geschichten und Erfolgserlebnisse, die ganze Bücher gefüllt hätten. Jeder hatte sich auf seine Weise und aufgrund seiner eigenen Erfahrungen auf das Erlebnis „TransEurope-FootRace“ vorbereitet.

Man bedenke nur die Bedürfnisse, die der Einzelne hatte! Dem Einen reichten, gemäß der Ausschreibung, 25 kg Gepäck, der Andere benötigte, entgegen der Ausschreibung, 50 kg und wühlte sich in seinen riesigen Taschen jeden Tag beinahe zu Tode. Der Eine brauchte jeden Tag sein Deo und duftendes Wässerchen und der Andere fand sich damit ab, dass er heute mal etwas weniger „zivilisiert“ duftete. Der Eine brauchte morgens seinen Kaffee, weil er sonst nicht aus den Puschen kam, der Andere hätte auch gern seinen Kaffee gehabt, aber wenn nein, dann eben nein. Auch ich hatte meine Bedürfnisse und hätte viele Annehmlichkeiten gern in Anspruch genommen. Jeder musste wissen, dass ein Lauf über 64 Tage sehr entbehrungsreich sein würde.

Was spielte sich in einer Vorbereitungszeit von 22 Monaten ab? Welche Hilfen war zu erwarten? Welche Hilfen bekam ich? Wie finanziert sich so ein Unternehmen? Was geschah alles, bis der Start erfolgte? Wie werden die Tagesabläufe später klappen? Wie wird meine Vorbereitung von allen Beteiligten vor Ort umgesetzt werden? Wem übertrage ich welche Aufgabe? Wie gut kann ich so ein Unternehmen überhaupt in allen Einzelheiten vorbereiten? Ist das überhaupt möglich? Ich musste später bereit sein zu improvisieren, wenn es nicht so lief, wie es geplant war!

Es ist unmöglich ein solches Unternehmen bis ins kleinste Detail zu organisieren. Man kann nur zusehen, dass man so viel wie möglich schon im Vorfeld ausräumt. Jede Mutter, jeder Vater, die mal einen Kindergeburtstag organisiert haben, werden zum Schluss festgestellt haben, dass irgendwelche Spiele fehlten, oder es waren nicht genug Gummibärchen da, usw. Hier sind die Eltern schon oft überfordert, es allen recht zu machen. Diese Erkenntnis sollte jetzt aber mal auf eine kleine Veranstaltung, zum Beispiel einen Mehrtageslauf und dann auf den „TransEurope-FootRace“ kurz: TE-FR projiziert werden!

Wie überall gibt es die Dauernörgler, die überall etwas finden. Und diese kleine Gruppe macht alles kaputt, denn die schreien am lautesten und finden leider Gottes auch Gehör. Vom Veranstalter erwarten sie aber, dass er die Zeit aufbringt und neben Beruf und Familie nahezu perfekt ist. Eine amerikanische Studie belegt, dass eine negative Nachricht etwa 17-mal stärker aufgenommen wird, als eine positive.

Alan Firth hat den „Run Across Amerika“ 2004 zum letzten Mal organisiert, einen Nachfolger gibt es bis heute nicht. Die Australier hatten 2001 ihren ersten Transkontinentallauf, werden es wohl nicht mehr machen. Ist das das Ende der Kontinentalläufe?

Der „TE-FR“ ist gelaufen und trotz einiger Mängel möchte ich diesen Lauf als sehr erfolgreich bewerten. Natürlich wird man erwarten wollen, dass beim zweiten „TE-FR“ alles besser wird. Hier muss ich die Erwartungshaltung heute schon dämpfen. Aus Fehlern kann und soll man lernen. Gutes soll bleiben und Schlechtes soll verbessert werden. Jeder Lauf hat aber seinen eigenen Charakter und Probleme. Ein Kontinentallauf ist mit KEINEM anderen Lauf zu vergleichen.

Die erste Ausgabe meines Buches wurde über 850-mal verkauft, und dieses ist ein großer Erfolg! Ich schreibe das Jahr 2007 und ich habe mich im März 2006 entschlossen, dass ich einen weiteren „TE-FR“ veranstalte. Dieser Lauf wird von Süditalien nach Norwegen verlaufen. Das vorliegende Buch sollte rechtzeitig vor diesem Lauf erscheinen und von möglichst vielen Teilnehmern und Betreuern gelesen werden. Es ist kein Buch eines Schriftstellers, sondern das eines Läufers, der versucht, den „TE-FR 2003“ aufzuarbeiten und die Leute auf den „TE-FR 2009“ vorzubereiten. Es ist eine große Chance, sich auf dieses Event einzustellen.

Allgemeines zum Lauf

Wieder zurück zum „TE-FR 2003“. Ich möchte für alle, die dabei waren, den Lauf Revue passieren lassen und für alle, die nicht dabei waren, aufzeigen, was hier alles passiert ist und was hätte passieren können. Ich versuche auch andere zu animieren, dass sie Ähnliches auf die Beine stellen. Ich will hier keine süßliche Story wiedergeben. Ich möchte auch nicht den Zeigefinger erheben und sagen: so war es wirklich! Jeder sieht den Lauf aus seiner Perspektive. Auch möchte ich nicht jammern, sondern Fakten aufzeigen! Ich will hier die Freuden und Leiden der Teilnehmer, Betreuer und der vielen Helfer beim „TE-FR“ nennen. Jeder hatte hier seinen Teil beigesteuert, und es ist es wert, dieses niederzuschreiben.

Es ist auch wichtig, einige Berichte oder Teilberichte anderer Autoren mit einfließen zu lassen. Wir erlebten die Euphorie vor und am Start, dann die Ernüchterung und später die Niedergeschlagenheit, den Frust, das Aufbäumen, neue Hoffnung schöpfend und dann wieder den Sturz ins unendlich tiefe Loch der Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit.

Ich war lange stolz auf meinen Verzicht als Läufer und auch stolz, Chef des ganzen Unternehmens zu sein. Ich wollte mich mit aller Kraft und mit vollem Engagement in das Unternehmen einbringen. Dieses tat ich, auch wenn es nicht immer leicht war. Meinen Vorgängern in Amerika und Australien erging es aber auch nicht anders. Man muss sich endlich von dem Gedanken frei machen, dass so ein Lauf bis ins allerletzte Detail geplant werden kann. Selbst wenn es mit einem großen Mitarbeiterstab gelingen sollte, so hat man den Faktor Mensch vergessen. Dieser ist während so einer Tortur nicht kalkulierbar.

Ein Unternehmen wie der „TE-FR“ muss im Vorfeld in jeder Phase miterlebt worden sein. Ich kannte jeden Schritt der Vorbereitung, weil ich ihn selbst durchführte oder es anderen übertrug, wobei ich jeden ihrer Schritte verfolgte und womöglich nachhakte, um auch deren Handlungen zu verstehen. Es war daher auch schwierig oder sogar unmöglich, Wochen oder sogar Monate vorher nach einem Vertreter an meiner Seite zu schauen. Diese Person hätte ab dieser Zeit ständig an meiner Seite stehen müssen, was mich dann andererseits in meiner Arbeit gehindert hätte. Ich musste daher die gutgemeinten Ratschläge, einen Vertreter einzuarbeiten, ablehnen.

Zur Person: Ingo Schulze

Ich bin Jahrgang 1948. Ich fuhr von 1966 bis 1969 auf mehreren deutschen und ausländischen Handelsschiffen, als Bäcker und Koch, zur See. Von 1969 bis 1971 lebte ich in Australien, wo ich auch meine Frau Inge heiratete. 1972 bis 1984 war ich Soldat beim „8./ Flugabwehrrregiment 3“ in Hamburg-Fischbeck. Ich war dort als Versorgungsunteroffizier und später als Materialnachweistruppführer mit dem letzten Dienstgrad Oberfeldwebel eingesetzt.

Während meiner Bundeswehrzeit besuchte ich jahrelang die Abendschule und ließ mich als Bürokaufmann ausbilden. Hinzu kamen weitere Kurse, die mir für mein Leben nach der Bundeswehrzeit als wichtig erschienen. Nach 12-jähriger Dienstzeit verschlug es mich in den Süden der Republik, wo ich versuche, nun ein richtiger Schwabe zu werden.

Ich habe zwei erwachsene Söhne, Thomas und Reinhard. Reinhard hat mich inzwischen zum zweifachen Opa gemacht. Meinen Enkelinnen Jessica und Sandra versuche ich ein guter Opa zu sein. Seit 1978 bin ich Marathon- und Ultralangstreckenläufer und habe bis Ende 2006 knapp 123.000 Laufkilometer abgspult. 1996 veranstaltete ich mit einem Sportarzt in meiner Wahlheimat, Horb am Neckar, einen Stadtlauf, der in einen verkaufsoffenen Sonntag integriert war. Dieser war kombiniert mit einem Mountainbikerennen.

Es folgten der "Horber Neckarlauf" und später der "Nordstetter Schlosslauf". Diese waren kleine Volksläufe, die in ihrer Art überschaubar und ohne großes finanzielles Risiko durchzuführen waren. 2000, 2001, 2002 und 2004 veranstaltete ich den „Internationalen Spreelauf.“ Ein Lauf in sechs Tagesetappen über 420 km, von der Mündung bis zur Quelle der Spree. Die Idee hierzu kam von Henry Wehder, der damals noch in Belgien lebte. Es war ein Lauf, von der Spreequelle in Eibau nach Spandau / Berlin. Henry fuhr diese Strecke mehrmals mit dem Fahrrad ab und kam dabei auf etwa 420 km. Ab 2001 war ich allein verantwortlich, denn Henry juckte es in den Zehen, und er wollte selber mitlaufen.

1998 veranstaltete ich den Deutschlandlauf oder kurz "DL98" genannt. Es war ein Lauf mit 24 Teilnehmern über 17 Tage und 1225 km. Die Strecke verlief von der Insel Rügen nach Lörrach. Ausgestiegene Teilnehmer konnten

weitere Etappen ohne Zeitwertung weiterlaufen, so auch beim „TE-FR“ und bei meinen „Spreeläufen“.

1983 und 1993 lief ich im Alleingang durch Deutschland und erhielt beide Male einen Eintrag ins "Guinness Buch der Rekorde". Ich lief auch zu den Horber Partnerstädten nach Salins les Bains/Frankreich nach Saint Just Desvern / Spanien laufen. Vielleicht noch bevor ich 65 Jahre werde? Das wäre dann 2013! In Odessa/Ukraine lief ich sechs Tage lang auf einer 400-Meter-Bahn. Den "Marathon des Sables" in Marokko habe ich mit einer sehr guten Platzierung durchgestanden. Mittlerweile habe ich weit über 100 Marathon- und Ultramarathonläufe bestritten. Es ist schön, wenn man auf solch eine "Karriere" zurückblicken kann. Was sage ich "zurückblicken?" Ich will noch lange Zeit laufen! Auf jeden Fall, solange es die Knochen mitmachen!

Wie alles begann

Manfred Leismann kam im Sommer 2001 auf mich zu und wollte mich für einen Europalauf gewinnen. Selber hatte er den „TransAmerika“ Lauf 1995 erfolgreich beendet und wollte diesen Lauf auf Europa übertragen. Ich war sehr verunsichert und befand, dass dieses Unternehmen einige Nummern zu groß für uns ist. Die Australier veranstalteten 2001 den "TransAustralia-FootRace" und die Kritiken waren nicht gerade die Besten. Ja, die lieben Kritiker, daran dachte ich sofort, als ich über Australien gelesen hatte. Es ist schon einmal zu respektieren, dass jemand überhaupt den Mut hat, so einen Lauf auf die Beine zu stellen. Mit was für Problemen man zu kämpfen hat, das habe ich später am eigenen Leib erfahren. Wobei ein Europalauf, das sei jetzt schon gesagt, nicht mit einem Amerika- oder Australienlauf zu vergleichen ist.

Mich hatte die Idee von einem Europalauf fasziniert. Ich war von dieser Idee gefesselt, und ich beschäftigte mich

intensiv mit dem Gedanken, aber immer mit einem Hauch von Ablehnung. Ich hatte zwar die Erfahrungen vom Deutschlandlauf, den Spreeläufen, ja auch von den Stadt- und Volksläufen, aber einen Lauf durch Europa? Wie sollte das vor sich gehen? Wer sollte hier unterstützend mitwirken? Wie sollte das finanziert werden? Fragen über Fragen, auf die es noch keine Antwort gab! Es arbeitete in meinem Kopf: Finanzierung, Genehmigungen, Osteuropa, Fahrzeuge, Helfer, Streckenplanung, Streckenbeschreibung und vieles mehr und das alles in 22 Monaten? Diese Idee nahm vollständigen Besitz von mir und veränderte vorläufig für lange Zeit meinen Tagesrhythmus, mein vorläufiges Leben!

2001 hatte Horb sein Stadtfest, welches alle vier Jahre stattfindet. Ich habe schon mehrmals einen Lauf durch alle 18 Horber Stadtteile anlässlich dieses Festes organisiert. Die Strecke misst etwa 62 km und jeder kann solange mitlaufen, wie er möchte. Er kann auch jederzeit ein- und aussteigen. Zu diesem Lauf kamen auch Manfred Leismann und Wolfgang Schwerk. Es sollte aber in erster Linie über den Europalauf gesprochen werden. Wolfgang ist einer der besten Ultralangstreckenläufer der Welt und hat auch das „TransAustralia-FootRace“ durchgestanden. Manfred wollte ebenfalls mitlaufen und brachte hier die Erfahrung als „TransAmerika“-Läufer mit. Manfred war fortan für die Streckenplanung und Erkundung zuständig.

Meine Vorstellung war, dass mindestens drei sogenannte Renndirektoren bestellt werden. Einer sollte die Gesamtleitung übernehmen, ein anderer sollte für die Streckenführung zuständig sein und der dritte sollte sich um Unterkunft und Verpflegung kümmern. Der Leiter sollte das Ganze koordinieren. Als Leiter war ich vorerst vorgesehen. Wolfgang fiel uns dann ins Wort und meinte: „Findet dieser Lauf statt: ja oder nein?“ Eigentlich war es in meinem Kopf schon eine beschlossene Sache und bei

Manfred ohnehin. Lediglich meine Frau Inge hatte noch ihre Bedenken!

Also, der Europalauf war geboren! Ich konnte es kaum erwarten, bis die Beiden sich am nächsten Tag verabschiedeten, denn in meinen Fingern kribbelte es bereits und mein PC wartete auf „Input“. Es wurden von mir mehrere Dateien angelegt, denn ich arbeite immer nach demselben System. Als erstes lege ich einen Ablaufkalender an. Für jeden Monat lege ich fest, was zu tun ist. Fällt mir eine neue Arbeit oder Aufgabe ein, so trage ich sie in den entsprechenden Monat ein. Es mussten zum Beispiel Medaillen beschafft werden, also trug ich diese Aufgabe für Dezember 2002 ein. Das war natürlich noch reichlich früh, aber aus Erfahrung weiß ich, dass solche Sachen frühzeitig erledigt werden sollten. Die Medaille muss entworfen werden. Es muss dann eine Firma gefunden werden. Diese begutachtet den Entwurf und bringt Bedenken oder weitere Ideen ein. Es folgt dann ein Entwurf von der Firma, dieser muss bestätigt werden und dann kommt der endgültige Auftrag. Dieses kostet viel Zeit. Ich weiß aber, dass Dinge, die normalerweise noch Zeit haben, vom Tisch sein sollten. Man kommt an einen Punkt, wo einen die Arbeit erdrückt.

Hat man sich zur Durchführung seines Planes entschlossen, so muss man sich mit vielen Fragen beschäftigen und sich überlegen, wie die Umsetzung erfolgen kann. Man muss sich nicht nur mit den Fragen beschäftigen, sondern auch die Antworten wissen. Das Ganze ist ein Puzzlespiel. Man versucht, ein Teil hineinzulegen und stellt fest, dass es nicht passt. War diese Arbeit umsonst? Nein, durch ausprobieren entwickelt sich die ganze Sache. Würde alles auf Anhieb klappen, oh Mann, dann hätte ich ja den falschen Beruf!

- Wie ist dieses Unternehmen zu finanzieren?

- Woher kommen die Teilnehmer und wie komme ich an sie heran?
- Wie setze ich mich mit den zuständigen Behörden der zu durchlaufenden Länder auseinander?
- Woher kommen die Betreuer?
- Wie verbreite ich die Nachricht eines „TE-FR“?
- Wie soll die Logistik aufgebaut werden?
- Kann dieses Unternehmen überhaupt durchgeführt werden?
- Woher bekomme ich Hilfe / Unterstützung?

Es folgten noch viele Fragen, wobei sich die Antworten oft erst im Laufe der Zeit ergaben! Es wurden Kontakte zu den einzelnen Leichtathletikverbänden und Ultralaufvereinigungen aufgenommen. Die Resonanz war allerdings mehr als schwach. Erfolgreicher war ich bei anderen Veranstaltern, denen ich meine Ausschreibungen zukommen ließ. Diese ließ ich rund um den Erdball verteilen. Es geschah über Fax und Email. Erstaunlich war zu vernehmen, wer sich alles für den „TE-FR“ interessierte.

Bei intensiver Betrachtungsweise kommt man eventuell zu dem Schluss: „Tolle Idee, aber nicht realisierbar.“ Es war halt nur eine Vision! Es muss doch auch möglich sein, andere Menschen zu begeistern und ein Rennen quer durch Europa zu organisieren. Unmöglich gibt es nicht! Einen Lauf in dieser Dimension, von über 5.000 km, von Lissabon nach Moskau, hat es in Europa noch nicht gegeben. Eine einmalige Chance und Herausforderung für Läufer, die schon lange davon träumten, Europa auf diese Weise kennen zu lernen. Ein Traum, den ich selbst lange Jahre geträumt habe, konnte jetzt für über vierzig Läufer aus vielen Nationen Wirklichkeit werden. Hinzu sollten noch Etappenläufer kommen, die sich wenigstens einen

kleinen Traum erfüllen konnten. Ein Ereignis, auf das Viele gewartet haben!

Kaum war der Entschluss, dieses Rennen durchzuführen gefasst, da verbreitete sich die Meldung vom Transeuropalauf wie ein Virus rund um die Welt. Es gab natürlich sofort kritische Stimmen und das war gut so. Kritik sollte aufgenommen und ausgewertet werden, denn man wird für viele Dinge sensibilisiert und das ist enorm wichtig. Es gibt aber auch Kritikpunkte, zu denen gesagt werden muss: es geht nicht anders! Es ist auch kein Lauf der auf Hans, Fritz oder Max zugeschnitten ist. Es sollte ein Lauf werden, der den Teilnehmern die Erfüllung ihres Traumes, einmal durch Europa zu laufen, ermöglicht.

Wer sagt mir konkret, wie es in Amerika war? Ich hatte wohl Unterlagen über den „TransAmerika“, aber ich wünschte mir Aussagen von Teilnehmern. Hatten diese jeden Tag eine geeignete Unterkunft? Wie wurden sie versorgt? Ich wollte das Rad nicht neu erfinden! Ich hatte in meiner Anmeldeliste bereits „TransAmerika“ Läufer und die sagten mir, dass dort auch nicht alles zum Besten lief. Reichten diese Aussagen für meine Weiterarbeit aus? Vom australischen Kontinentallauf erhielt ich einen nicht sehr schmeichelhaften, aber aussagekräftigen Bericht. Dieser war für meine Arbeit sehr wichtig.

Von Lissabon nach Moskau sind es über 5.000 km und daran führt kein Weg vorbei. Es wurde natürlich versucht, die Streckenlänge durch Umgehung der Großstädte auf dieser Kilometerangabe zu halten. Die Strecke sollte nach amerikanischen und australischen Vorbild in 64 Tagesetappen gelaufen werden und sollte vorher durch Manfred Leismann erkundet, vermessen und beschrieben werden. Im Oktober 2002 sollten wir die genaue Streckenlänge kennen, was jedoch durch die umfangreiche

Arbeit verzögert wurde. Ich musste mich hier leider noch in viel Geduld üben.

Der eine oder andere potentielle Teilnehmer wollte vielleicht schon jetzt zurückschrecken und sich fragen: „Knapp 80 km jeden Tag und das 64 Tage lang, wer soll das durchstehen?“ Die Antwort lautete: „Du wirst es durchstehen. Es wird dir aber nichts geschenkt. Du musst trainieren und, wie Boris Becker mal sagte: „Das Match wird im Kopf entschieden.“ Beim morgendlichen Start zählt nur die Tagesetappe, nicht die Gesamtstrecke, die noch vor dir liegt. Es wird also nur von einem zum anderen Tag gelaufen! Ansonsten machst du dich selbst verrückt.“ Im Gegensatz zum TransAmerika“ und „TransAustralia“ gibt es in Europa keine Wüsten oder Gebirgszüge wie die Rocky Mountains. Spanien und Frankreich werden durch die Pyrenäen getrennt und in Mitteleuropa geht es schon mal wellig und bergig zu. All diese „Unebenheiten“ sind aber nicht mit den Rockys zu vergleichen. Stellt man den „TE-FR“ den genannten Läufen gegenüber, könnte man sagen: „Dafür, dass wir keine Wüsten und Rockys haben, können wir ein paar Kilometer drauflegen.“ Das hört sich natürlich herb bis schmerzhaft an. Ein „TransAustralia“ -Läufer fragte nach dem Rennen, was sollte nach diesem Lauf noch kommen? Hier war die Antwort: „Der Transeuropalauf!“ Mit der Frage: „Darf es etwas mehr sein?“

Die Läufer des „TransAmerika“ und „TransAustralia“ hatten eine Tageskilometerleistung von etwa 75 km pro Tag zu bewältigen. Der „TE-FR“ sollte neue Maßstäbe setzen. Es war eine neue Dimension, war eine Herausforderung an alle Ultralangstreckenläufer, die ihre Erfahrungen bei Mehrtagesläufen haben und sich neue Ziele stecken wollten. Das Teilnehmerfeld war November 2002 voll. Die Anmeldungen kamen aus: Deutschland, Amerika, Schweiz, Weißrussland, Slowenien, Japan, Frankreich, Italien, Österreich, Finnland, Brasilien, die Niederlande und

Kroatien. Aus ganz Europa und Übersee kamen Anfragen. Die Trainingskilometer wurden nach und nach von den Teilnehmern heraufgeschraubt. Sie hatten nur noch den „TE-FR“ vor Augen. Es gab Teilnehmer, die ihr Wochenpensum bis auf über 500 km heraufschraubten. Der Großteil der Ultralangstreckenläufer tut sich schwer damit, dieses Pensum in einem Monat herunterzuspulen.

Es sollte nicht der Eindruck entstehen, dass nur die Elite gefragt war. Nein, es kamen auch Läufer zum Zuge, die sehr langsam liefen. Läufer, die nur so dahinschlurften. Es waren aber gerade diese, die ihr Ziel, Moskau, erreichten. Hier war die Schnelligkeit zweit- und drittrangig. Es zählte die Kräfteeinteilung, die psychische Standfestigkeit und der Glaube an sich selbst.

Es war ein Abenteuer in einer hochtechnisierten Welt. Seitens der Organisation sollte alles getan werden, um diesen Lauf für alle Beteiligten zu einem einmaligen und unvergesslichen Erlebnis werden zu lassen. Es mussten aber auch viele unvorhergesehene Pannen hingenommen werden. Es konnte nicht immer eine Dusche garantiert werden, dann sollte mit einer Waschschüssel vorlieb genommen werden. Täglich eine Turnhalle, die auch noch groß genug war, zu bekommen, sollte der Idealfall sein. Eventuell war auch mal eine Nacht im Zelt vorgesehen. Nicht überall gab es Einkaufsmöglichkeiten, dann mussten die Notrationen daran glauben, weil die Infrastruktur es nicht anders zuließ. Es war aber auch mal nur ein bescheidenes Abendessen vorgesehen. Die Strecke konnte, bedingt durch veränderte Verkehrsführung oder Ähnlichem, in der Länge und der Führung abweichen. Wir liefen in Regionen, in der die Bevölkerung schon stolz auf einen Acker war, auf dem die Fußballer ihre Spiele austragen konnten und dann erwarteten wir eine Turnhalle? Jeden Tag eine angenehme Massage? Ich wollte niemandem etwas vormachen. Es gab diese

Unzulänglichkeiten und jemand, der auf absoluten Service bestand, hätte seine Teilnahme reiflich überdenken sollen, ob er solchen Anforderungen mit all den Entbehrungen überhaupt gewachsen und bereit dazu war. Es war und blieb ein einmaliges Abenteuer mit all seinen Unzulänglichkeiten, die später leider nicht immer akzeptiert wurden.

Unbedingt wichtige Vorfeldinformation zum Lauf!

Dem Körper werden am Start scheinbar Flügel verliehen. Der Teilnehmer fühlt sich gut und läuft meist zu schnell an, ohne dass er sich dabei überfordert fühlt. Man muss es leider immer wieder sagen: „Auch der langsame Lauf muss trainiert werden!“ Statt 4:30 oder 5:00 Min/km zu laufen, sollte mal ein Schritt von 6:30 Min/km oder sogar 7:30 Min/km trainiert werden. Laufen sie mal tagelang, jeden Tag 70, 80 oder mehr Kilometer, dann kommt einem dieses Tempo wie ein Sprint vor. Es kommt ja auch noch dazu, dass Pausen an den Versorgungsstellen, der Gang in die Büsche, ein kleines Schwätzchen usw. in diese Zeit einfließen. Der „TE-FR“ Teilnehmer benötigt später 8,9,10 Min./Km und unter Umständen noch mehr.

Selbstüberschätzung: Hier einige Tipps aus meiner Sicht: „Lauft langsam los, denn wenn ihr schon nach wenigen Km das Keuchen anfängt, dann ist das Ding schon fast zu eurem Nachteil gelaufen. Zieht daher rechtzeitig die Bremse. Die Nachbrenner können später immer noch eingeschaltet werden.“ Stefan Schlett sagte beim „Deutschlandlauf 1998“, dass die ersten Tage die schlimmsten sind. Beim „TE-FR“ ist es also normal, wenn man sich die erste oder gar zweite Woche etwas schlapp und unwohl fühlt. Nach Schlett beginnt der Spaß erst nach dieser Zeit. Man darf auch nicht die gesamte Strecke vor Augen haben, sondern muß von einem auf den anderen Tag

laufen. Es zählt also nur der Tag an dem ihr startet.
Morgen ist weit weg!

Gesundheitliche Probleme: Um dem vorzubeugen, heißt es trainieren und nochmals trainieren. Beim „TE-FR“ können Zeiten beim Training vergessen werden. Man geht nicht aus dem Haus und sagt: „Heute laufe ich die 20 km in 85 Minuten“, sondern es heißt: „Heute laufe ich drei, vier, fünf und noch mehr Stunden.“ Die gelaufenen km sind dabei sekundär. Es müssen lange Laufzeiten trainiert werden. Lauft auch mal zu für euch ungewohnten Tageszeiten. Lasst um Gottes Willen eure Stoppuhr daheim. Lauft mit Pulsmesser! Schont euch die letzten zwei Wochen und nehmt an keinen Wettkämpfen mehr teil. Laufen? Nein, den „Ultraschlappschritt“ trainieren: „Nur nicht soviel bewegen!“

Psyche: Es tauchen immer wieder Selbstzweifel auf. Dieses trifft dann oftmals Athleten, die den Lauf nicht im Kopf haben. Das ganze Rennen geht vom Kopf aus, und der muss unbedingt frei sein. Die Beine haben nur das zu tun, was der Kopf befiehlt. Möglich wäre aber auch, dass der Teilnehmer ein schwerwiegendes Problem mit sich herumschleppt. Darum ist es schlimm, wenn man dieses Problem nicht aus dem Schädel bekommt. Zum Schluss gibt man dann leider genervt auf. Der „TR-FR“ ist schon allein wegen der Streckenlänge und Zeitdauer etwas ganz Besonderes. Es ist unmöglich, irgendwelche persönlichen Probleme über so eine lange Zeit mit sich herumzuschleppen. Wichtig ist, dass die Familie voll dahinter steht. Haltet mit ihr während des Rennens immer wieder Kontakt.

Der Läufer reagiert gelegentlich überempfindlich und wird Anderen gegenüber ungerecht oder lässt sich zu aggressiven Äußerungen hinreißen. Stimmt nicht? Oh doch! Der Läufer befindet sich zu diesem Zeitpunkt in

einem psychischen Loch. Er will weiter, aber die Beine und der ganze Bewegungsapparat wollen nicht so recht, das ist völlig normal. Denkt doch mal an hochbezahlte Tennisspieler. Die beißen in ihren Schläger, weil sie verzweifelt sind, dass der Blödmann auf der anderen Seite des Netzes auf jeden Ball reagiert. Er sucht einen Schuldigen und den findet er beim unfähigen Schiedsrichter, dem zu lauten Publikum oder dem lahmen Balljungen usw.

Ihr kommt in Phasen, da seid ihr lustig oder sogar albern und dann kommt wieder dieser Umschwung ins Lustlose, in die Hoffnungslosigkeit, das Selbstmitleid und die Selbstaufgabe. Es ist nun einmal so, aber es liegt an euch, das Beste daraus zu machen. Ihr müsst euch dann zusammenreißen und die Gefühle nicht ausufern lassen. Die Betreuer werden Verständnis für euch aufbringen, aber auch sie stehen unter Druck und Stress. Die stehen oft stundenlang und warten auf euch, dann beginnen ihre Augen zu glänzen, weil sie endlich einen von euch erspäht haben.

Der aufregende Tagesablauf beim „TE-FR“: Mit steifen Gliedern aufstehen, waschen, Zähne putzen, rasieren, frühstücken und dann das Gepäck verstauen, schnell noch auf den Topf und schon geht es los. Unterwegs fällt einem noch das eine oder andere ein, aber was soll's, man ist auf der Strecke. Die ersten 10, 20, 30 Kilometer ist man noch guter Dinge und dann werden die Füße schwer wie Blei. Bei Kilometer 50, 60 flucht man. Im Etappenziel stellt man dann fest, dass alles gar nicht so schlimm war!?

Man holt sein Gepäck, rollt den Schlafsack aus und horcht noch eine Weile die Matratze ab. Nach dem Abendessen folgt eventuell noch ein kleiner Verdauungsspaziergang und dann begibt man sich wieder in seinen Schlafsack. Die Füße werden noch mal betrachtet und ab 21:00 Uhr

betrachtet man sein Innenleben. Nachts wacht man noch mal auf, weil der Nebenmann schnarcht. Die Nacht ist um 04:45 Uhr vorbei und der ganze Kram fängt wieder von vorn an. Für den Außenstehenden ist das kein sehr aufregender Tagesablauf. Man will doch mal ins Kino, ins Theater, chinesisches Essen usw. Alles das gibt es für die „Transeuropaläufer“ nicht, die haben eine andere Vorstellung vom Tagesablauf. Er/sie erlebt Abenteuer pur und das über 64 lange Tage! Laufen, füttern, schlafen, laufen, füttern, schlafen, laufen ..., wie man sieht, es ist in jeder Hinsicht SEHR abwechslungsreich und aufregend.

Startzeiten: 1.Tag gemeinsamer Start um 09:00 Uhr Ab dem 2. Tag starten die Teilnehmer in zwei Gruppen. Die erste Gruppe um 06:00 Uhr und die zweite Gruppe um 07:00 Uhr. Die langsamere Gruppe des Vortages startet also als Erstes. Das hat den Vorteil, dass das Feld zum Schluss der Etappe nicht soweit auseinandergezogen ist. Hierbei ist auch an die Helfer auf der Strecke gedacht.

Pflichtlektüre: Die Teilnehmersatzung, die „Pressemappe und Teilnehmerinformation“ gehören zur absoluten Pflichtlektüre. Des Weiteren sollten auch die Monatsinformationen gründlich gelesen worden sein! In einigen Monatsinformationen wiederholte ich mich mehrmals. Dieses war beabsichtigt, um die Teilnehmer mit allem Nachdruck auf gewisse Dinge hinzuweisen.

Einreisebestimmungen: Hier ist im besonderen Weißrussland und die Russische Föderation gemeint. Die übrigen Länder sind EU-Länder und daher ohne Probleme, auch Polen stellt kaum eines dar. Deutsche Teilnehmer können sich zum Beispiel mit Fragen in Bezug auf Osteuropa an das „Auswärtige Amt“, Referat BERLIN, wenden. Für Russland ist unbedingt zu beachten: bei der Ein- und Ausreise besteht Visumpflicht!

Für Deutsche besteht bei Reisen nach Russland unbedingt Krankenversicherungspflicht. Andere Nationalitäten müssen sich in ihren Heimatländern über weitere Bestimmungen, wie zum Beispiel der Visumbeschaffung, erkundigen! Bei den russischen Auslandsvertretungen ist eine Liste mit den akzeptierten Versicherungsunternehmen erhältlich. Bei der Visumbeantragung muss ein Versicherungsschein vorgelegt werden. Da wir auf dem Landwege in die Russische Föderation einreisen, wird geraten, sich zweckmäßiger Weise bei den Vertretungen der Transitländer zu erkundigen, ob für die Durchreise jeweils ein Transitvisum benötigt wird. Für Weißrussland ist eventuell ein Transitvisum erforderlich. Mit der verbindlichen Anmeldung geht jedem deutschen Teilnehmer, auf Antrag, ein neunseitiges Informationsschreiben über diese Bestimmungen zu. Teilnehmer außerhalb der Bundesrepublik Deutschland müssen sich beim Auswärtigen Amt ihres Heimatlandes erkundigen.

Nach einigen Rücksprachen mit unserem Kontaktmann in Moskau, Herrn Alexander Korowin, konnte für deutsche Teilnehmer + Betreuer folgende Regelung getroffen werden: Aus Moskau kommt von offizieller Stelle eine Einladungsliste, in unserem Falle wurde der Kontakt zum olympischen Komitee in Moskau und in Minsk hergestellt. Dieses erstellte die Einladungsliste, welche dann an die Teilnehmer ging, die dann ihr Visum bei ihrem zuständigen Amt beantragen konnten. Hier wurde der Kontakt für die deutschen Teilnehmer zu einem Reisebüro in Düsseldorf hergestellt. Alles Weitere konnte vom Reisebüro erledigt werden. Ausländische Teilnehmer mussten sich anhand der Sammeleinladungsliste an ihr zuständiges Konsulat wenden. Es war in jedem Falle zu bedenken, dass sich Änderungen ergeben konnten, ohne, dass das Auswärtige Amt hiervon in Kenntnis gesetzt wurde. Dieses war ein sehr

schwieriges Kapitel und verlangte in der Vorbereitung äußerste Sorgfalt. Alexander Korowin und Ludger Triebus aus Monheim waren hier maßgeblich beteiligt.

Persönliche Ausrüstung für die Laufteilnehmer

Eine Empfehlung des Veranstalters: Schlafsack, ISO - Matte oder Luftmatratze, Trinkflasche mit Gurt, Socken, T-Shirts, Sporthosen lang + kurz, Handtücher, Regenschutzkleidung, Reisepass, Führerschein, leichte Kopfbedeckung, dünne Handschuhe, Sandalen, Trainingsanzüge, Handgeld, Devisen, EC Karte, Brustbeutel, Laufschuhe, Vaseline/Fettcreme, Tape/Pflaster, Desinfektionsmittel, Vitamin C+D, Mg, Fe, Salzttabletten, Bandagen, elastische Binden, Seife, Rasierzeug, Zahnbürste, Fußpuder, Fußpflegemittel, Fotoapparat, AOK Karte, Lange Hose, Sonnenöl, Körperpflegemittel, langärmlige Laufhemden, Schreibpapier, Umschläge, Taschenmesser, Lampe, Nähzeug, Sicherheitsnadeln Kleine Wäschebeutel, warme Kleidung, Lippenbalsam, Taschentücher, Igluzelt, Schere, Tafelbesteck und Plastikteller, Insektenschutzmittel.

Diese Liste ist natürlich nur eine Empfehlung. Der/die erfahrene Läufer/Läuferin weiß selbst am Besten, was einzupacken ist. Die Bedürfnisse sind verschieden. Es sollte jedoch nicht der ganze Haushalt mitgeschleppt werden. Die Transportfahrzeuge müssen auf die gemeldeten Teilnehmer abgestimmt werden. Wichtig: Das Gepäck soll ein Gewicht von maximal 30 kg nicht überschreiten. Das Gepäck wird vor jedem Etappenstart vom Teilnehmer vor das Transportfahrzeug gestellt. Das Gepäck wird von der Organisation verladen und im Etappenziel wieder ausgeladen.

Häufig gestellte Fragen und deren Antworten (Auszug)

- Muss ich mich um den Transfer zum Start / Ziel selbst kümmern?

Antwort : Ja, es ist jeder selbst dafür verantwortlich. Ich nenne euch rechtzeitig die Kontaktadressen für Lissabon + Moskau. Ich werde auch um Anfahrtskizzen und Beschreibungen bemüht sein.

- Soll ich Bargeld, Scheckkarte dabei haben?

Antwort : Auf jeden Fall! Ihr wollt unterwegs telefonieren, ein Eis essen oder mal ein Stück Kuchen kaufen. Habt etwas Kleingeld dabei, falls ihr telefonieren müsst.

- Was ist, wenn keine Übernachtung gefunden wird?

Antwort : Wir werden dann unter romantischem Sternenhimmel schlafen. Nehmt bitte unbedingt ein Iglu Zelt mit.

- Ist unsere tägliche Verpflegung gesichert?

Antwort : Ihr müsst auch mal auf Warmverpflegung verzichten. Dann gibt es Brote mit Aufschnitt, Obst, Joghurt und ähnliches. Es muss JEDEM klar sein, auf was er/ sie sich einlässt. Wir haben nicht überall Verhältnisse, wie in Deutschland. Es fängt zum Beispiel mit Turnhallen an. Wir werden aber alles in Bewegung setzen, dass für entsprechende Verpflegung gesorgt ist.

- Kann ich jeden Abend duschen?

Antwort : Mit Sicherheit nicht. Es muss hingenommen werden, dass es mal die Waschschüssel tut.

- Was ist mit verschwitzter Kleidung?

Antwort : Es werden eventuell Waschsalons irgendwo vorhanden sein. Ich bezweifle aber, dass der Teilnehmer einen aufsuchen wird. Die Amerikaner haben es uns vorgemacht: Behaltet eure Sachen an und stellt euch unter die Dusche. Bei warmem Wetter ist das Zeug am nächsten Morgen trocken.

- Was ist, wenn ich unterwegs krank werde?

Antwort : Hoffentlich nicht. Sollte dieser Fall eintreten, so kann die Organisation den Teilnehmer zum nächsten Arzt bringen. Es tritt dann die Situation ein, als wenn ihr im Ausland Urlaub macht. Hier wird sich der Betroffene auch im Vorfeld erkundigen.

- Ich habe mich verlaufen, was soll ich tun?

Antwort : Auf eurer Startnummer klebt meine Mobilnummer. Ihr könnt mich jederzeit erreichen und ich werde, wenn ihr nicht weiterkommt, Hilfe schicken.

- Was ist, wenn ich die Sollzeiten einmal nicht einhalte? Bin ich dann raus?

Antwort : Nein, nicht unbedingt. Die Sollzeiten sind festgelegt. Siehe aber auch die „Pressemappe + Teilnehmerinformation“. Hier aber noch einmal: Wenn ein Teilnehmer an einem Tag schlecht drauf ist, dann nehme ich mir das Recht heraus, seine Sollzeit zu verlängern. Im weiteren Verlauf müssen dann aber beide Seiten Farbe bekennen und zu einem Kompromiss kommen.

- Kann ich auch als Etappenläufer starten?

Antwort : Gern, der Transfer ist allerdings Sache des Teilnehmers. Hat er einen Betreuer mit Kfz dabei und stellt sich dieser für die Dauer der Etappen, als Betreuer zur Verfügung, kann für einen Läufer das Startgeld erlassen werden.

- Wie erfolgt die Zeitnahme?

Antwort : Der Zeitnehmer ist da sehr gewissenhaft. Er stoppt Stunden / Minuten + Sekunden. Ab dem zweiten Tag erfolgt eine Addition aller

gelaufenen Etappenziele. Es werden ab dem zweiten Tag zwei Listen ausgehängt. Tagesliste, Gesamtliste.

- Ich habe einen empfindlichen Rücken und hätte gern meine Campingliege dabei!

Antwort : Keine Chance. Der Transportraum muss berücksichtigt werden. Ich habe bei ähnlichen Veranstaltungen, wochenlang im Wohnzimmer auf dem Teppich geschlafen. Die ersten Tage leidest du noch, dann aber spürst du es oft sogar als angenehm.

- Ich habe mein Startgeld gezahlt, aber ich kann aus irgendwelchen Gründen doch nicht am Start sein.

Antwort : Schade, aber es ist für beide Seiten ärgerlich, für den einen organisatorisch und für den anderen finanziell. Auch die ganze Vorbereitung, Hoffnungen, alles im Eimer. Daher dringend: Schließt, wie bei einem geplanten Urlaub, eine Rücktrittsversicherung ab. Der „TE-FR“ plant und kalkuliert und ist auf die Gewissenhaftigkeit seiner Teilnehmer und Betreuer in der Vorbereitung angewiesen.

- Wird bei Etappenläufern die Zeit gestoppt?

Antwort : Nein, Es würde ein ZWEITER Wettkampf stattfinden. Da steigt ein Etappenläufer ein und weiß, dass er nur 80 km zu laufen hat.

Die Geschichte des Kontinentallaufes

Markus Müller hat die Vorgeschichte der Kontinentalläufe recherchiert. Hier einige Auszüge aus seiner Arbeit:

Mit dem „TE-FR“ 2003 sind heute neun Kontinentalläufe registriert. Der 1. Kontinentallauf wurde 1928 von Los Angeles nach New York veranstaltet. Er wurde vom erfolgreichen Sportpromotor C. C. Pyle organisiert. Es war eine Idee, die aus der „Tour de France“ geboren wurde. Man wollte mit diesem Lauf ein Vermögen verdienen und setzte für den Sieger eine Prämie von 25.000 \$ aus.

1. Kontinentalrennen: Am 04. März 1928 fand sich ein internationales Teilnehmerfeld von 199 Läufern in Los Angeles ein. Nur 55 Läufer erreichten nach 84 Tagen und etwa 5.000 km das Ziel am Madison Square in New York. Die ersten zehn Läufer wurden mit Preisgeldern über insgesamt 48.500 \$ bedacht. Für die damalige Zeit waren das riesige Summen. Sieger des Rennens war A. Payne in