

Von Konrad Waßmann

Die Teilnahme an einem 10 km-Lauf steht an. Ich plane ihn als flotten Lauf, ohne an meine Grenzen gehen zu wollen. Schließlich ist es früh im Jahr und das Training nach langer Pause noch nicht so recht in Gang gekommen. Start soll um 13:30 Uhr sein. Gegen 11:30 Uhr sitze ich im Büro und denke angestrengt über Nichts nach und dann kommt Udo rein. Der Meister persönlich gibt sich die Ehre. Meine energetischen Vorräte sinken rapide. Udo hat seinen Laufdress an. Mir schwant Böses. Udo will mitlaufen, nur mal so. Locker nach dem letzten Wochenende auslaufen. Er droht mir an, mich zu begleiten. Meine Vorräte haben den Nullpunkt erreicht. Noch 1 Stunde bis zum Start. Udo macht sich schon warm. Ich schwitze auch ohne Warmlaufen. Schnell umziehen, aufs Klo und zum Start. Los geht's.

Plötzlich ist Udo neben mir. Er zwingt mir ein Gespräch auf. Sonst gern, aber jetzt hat meine Lunge anderes zu tun, als Luft zum Sprechen zur Verfügung zu stellen. Das ist Udo egal. Mein Puls steigt. Das Tempo ist eigentlich zu hoch für mich. Das ist Udo auch egal. **Km 1.** Durchgangszeit 30 Sekunden zu schnell. Udo erzählt einen Schwank aus seiner Jugend. **Km 2.** Immer noch viel zu schnell. Mein Gesichtsfeld verengt sich.

Mein Pulsmesser gibt erste Warnsignale ab. Udo läuft locker im Kreis um mich herum. **Km 3.** Mittlerweile kenne ich Udos Lebensgeschichte. Antworten kann ich nicht. Ich bin froh, nicht an Sauerstoffunterversorgung sterben zu müssen. Bin immer noch viel zu schnell. Mein Pulsmesser kommt aus dem roten Bereich nicht mehr raus. **Km 4.** Udo erwägt eine kurze Pause in der Kantine um sich aufzuwärmen. Er bleibt aus alter Freundschaft doch bei mir.

Ich leide an Halluzinationen. Mein Pulsmesser zeigt Drehzahlen, wie sie sonst nur bei der Formel Eins üblich sind. **Km 5.** Meine Beine werden gefühllos. Udo nimmt Kontakt zu anderen Läufern auf. Ich habe seit 10 Min nicht mehr auf seine Fragen geantwortet. Ist er sauer? Die Firma POLAR teilte mir mit, dass bei Überbelastung keine Garantie für den Pulsmesser übernommen werden kann. **Km 6.** Die Herzchirurgie in der Uniklinik bereitet sich auf eine

Notoperation vor. Mein Pulsmesser zeigt nicht mehr an. Udo zieht sich eine zweite Jacke über, um nicht zu frieren.

Km 7. Zwischenzeiten sind immer noch viel zu schnell. Mein Herz beschwert sich beim Großhirn. Das kann nicht antworten, da es selbst ums Überleben kämpft. Mein Pulsmesser riecht leicht verbrannt. In der Uniklinik wird der Bereitschaftsstatus erhöht. Udo läuft Umwege um warm zu bleiben. **Km 8.** Die Uniklinik legt ein Spenderherz bereit. Aus meinem Pulsmesser steigt Rauch auf. Ich weiß nicht mehr wie ich heiße und wo ich bin.

Udo kehrt kurz in der Kantine ein und trinkt einen Cappuccino. Dann ist er wieder neben mir. Ich glaube, er redet mit mir und treibt mich an. Verstehen kann ich schon lange nichts mehr. Mein Blut strömt wie ein Tsunami durch meine Ohren. **Km 9.** Ich habe die Verbindung zur Realität verloren. Mir ist alles egal. Bin immer noch viel zu schnell. Ich verbrenne mich an den Flammen, die aus

meinem Pulsmesser schlagen. Mein Herz bleibt stehen. Ich ver falle in Schnappatmung. Udo setzt sich auf eine Bank und isst einen Energieriegel. Gleich hat er mich wieder eingeholt. Ich glaube, er will anschließend noch richtig trainieren. **Km 10.** Ich bin angekommen. Mehr als fünf Minuten zu früh. Die Feuerwehr löscht den Brand an meinem Handgelenk. POLAR lehnt erneut jede Verantwortung ab. Udo nimmt heiße Getränke zu sich, um nicht zu erfrieren. Er atmet sehr ruhig. Langsam kann ich wieder sehen. Mein Herz setzt wieder ein. Entwarnung in der Uniklinik. Die Notärzte und Feuerwehr reisen wieder ab. Danke Udo. Ohne Dich hätte ich diese Zeit nie erreicht.

Es bedarf einer Ergänzung von mir und möchte darauf hinweisen, dass alles der Wahrheit entspricht, nichts hinzugefügt oder weggelassen wurde. Nicht mal das Stilmittel der Unter- oder Über-treibung fand in dieser Reportage Anwendung. So bleibt mir eigentlich nur zu wünschen, dass doch alle ihre Herzfrequenz überwachten Wettkämpfe gut durchstehen und überleben – ich kann ja nicht immer dabei sein und die Hand halten. Udo

