

Singapur-Marathon: Tropischer Nikolauslauf

Singapur – der Stadtstaat mit rund 5,5 Millionen Einwohnern und einer Gesamtfläche ungefähr so groß wie Hamburg, befindet sich nur knapp 200 km nördlich des Äquators, so dass das ganze Jahr über tropisches Klima mit sehr hoher Luftfeuchtigkeit und Temperaturen um 30 °C herrschen.

Diese Metropole war Anfang Dezember 2015 das Ziel von Lußhardtläufer Jürgen Schilder, der dort seine beruflichen Aufgaben mit der Teilnahme am Singapur-Marathon verknüpfen konnte.

Nach einem zwölfstündigem Nachtflug und sieben Stunden Zeitverschiebung erwartete ihn heftiger Regen, der sich in der derzeitigen Regenzeit mitunter mehrere Stunden täglich über die Stadt ergießt. Da der Start bereits am nächsten Tag erfolgte, blieb nicht viel Zeit, um sich an die hohen Temperaturen und die extreme Luftfeuchtigkeit zu gewöhnen. Nach wenigen Stunden Schlaf war um 04.00 Uhr Aufstehen angesagt und dann ging es noch in der Dunkelheit um 05.00 Uhr an den Start. Mit Jürgen nahmen über 33.000 Läufer die Distanzen über 42 km (9.600 Starter), 21 km (9.800 Starter) und die 10 km (14.100 Starter) in Angriff. Hinzu kamen noch zahlreiche Staffelläufer und Rollstuhlfahrer.

Da bereits um diese Zeit 28°C und über 90% Luftfeuchtigkeit herrschten, waren die Teilnehmer schon nach wenigen hundert Meter nass geschwitzt. Die Strecke führte an den Highlights Singapurs vorbei – quasi ein Sightseeing-Lauf. Vom Start in der 5-spurigen „Orchard-Road“ führte der Weg an den Geschäften in der mit prächtig funkelnden Weihnachtsbeleuchtung geschmückten Einkaufsmeile vorbei, die extra für den Lauf gesperrt wurde. Es folgte das Bankenviertel, vorbei an den zahlreichen Hochhäusern, dem Singapore-Flyer (mit einer Höhe von 165 Metern das zweithöchste Riesenrad der Welt) und der Formel 1- Strecke. Weiter ging es am Strand des „East-Coast“ entlang. In den zahlreichen Parks machten Gruppen Frühsport oder Übungen an Fitnessgeräten.

Nach der Hälfte der Strecke ging die Sonne auf und schien erbarmungslos vom wolkenlosen Himmel. Das Laufen viel bei nun über 30°C immer schwerer. Zwar spendeten die die vielen Bäume immer mal wieder Schatten und die Getränkestellen aller 2,5 km boten kühle, erfrischende Getränke an, aber der Jetlag und fehlende Schlaf zerrten an Jürgens Kräften, der so immer wieder Gehpausen einlegen musste.

Die letzten Kilometer führten direkt am „Marina-Bay-Hotel“ vorbei und durch den „Gardens-by-the-Bay“ (ein über 100 Hektar großes Parkgelände) mit den „Supertrees“ (bis 50 Meter hohen bepflanzten Metallbäumen) und zeigten damit nochmals die imposante grüne Seite von Singapur. Nach dem Passieren des Esplanade-Theaters mit seinen ungewöhnlichen Kuppeln ging es auf der Anderson Bridge über den Singapur River ins Ziel. Nach 5 Stunden und 35 Minuten war dies für den erschöpften Jürgen endlich erreicht. Er belegte damit Platz 3.333 von 8.970 Finishern. Aber Laufzeit und Platz waren ihm egal, denn das erlebte und die Eindrücke durch Stadt waren das, was zählte und in Erinnerung bleibt.

