

Von einem Motivations- und zwei Ausdauerkünstlern

SV Berghaupten auf Siegeszug / Martin Saar lief in den Straßen New Yorks sensationell

Der **New-York-Marathon** zählt zu den größten und wichtigsten Laufveranstaltungen weltweit. Einmal in New York zu starten, ist der Traum nahezu jeden Marathonläufers. **Martin Saar** (LFV Schutterwald) hat ihn sich vor einer Woche erfüllt. Der Niederschopfheimer hat dabei in **2:49:17 Stunden** einen sensationellen 292. Platz unter rund 40000 Teilnehmern belegt. Saar verbesserte seine Marathon-Bestzeit gleich um fünf Minuten. »Dafür habe ich auch viel trainiert«, schmunzelte der 39-Jährige im Ziel nach seinem insgesamt dritten Marathon.

Zehn harte Wochen hat er sich intensiv vorbereitet. »Immer alleine. Am Ende waren es mehr als **1300 Trainingskilometer**.« 120 bis 150 Kilometer die Woche, sonntags lange 35 Kilometer – »und immer auf nüchternem Magen«, erzählt Saar, der von sich selbst behauptet, sich reinknien zu müssen. »Mir fällt das nicht zu.« Und das in Profi-Manier neben dem Fulltime-Job beim Holzhandel Marx in Altenheim.

Die letzten Tagen vor dem großen Event hat Saar noch ein bisschen im »Big Apple« trainiert. Das Hotel lag am Times Square, da war der Central Parc nicht weit. »Und die Stadt war voll von Marathonläufern. Da fiel man gar nicht auf«, stellte Martin Saar fest, der auch am Renntag begeistert war: »Das war eine klasse Stimmung.«

Die zwei Millionen Zuschauer verleihen in der Tat schon mal Flügel. Denn bedingt durch fünf Brücken, die **Verrazano Narrows Bridge** mit einer Spannweite von drei Kilometern ist der höchste Punkt, sind in New York über 390 Höhenmeter zu absolvieren. »Es war heftiger als ich erwartet hatte«, gibt Saar zu. Der New-York-Marathon führt durch alle fünf Stadtbezirke von Staten Island über Brooklyn, Queens und die Bronx nach Manhattan.

Etwas traurig stimmte Mar-

tin Saar am Ende nur ein bisschen, **Lance Armstrong** verpasst zu haben. Der ehemalige Radprofi startete im Vorderfeld und war am Ende rund zweieinhalb Minuten schneller als der Niederschopfheimer. »Ihn hätte ich gerne als **Zugmaschine** gehabt. Da wäre ich bestimmt noch die zweieinhalb Minuten schneller gelaufen«, schmunzelt Saar, für den New York im Übrigen nicht nur sportlich eine Reise wert war. »Meine Frau und ich hatten u.a. mit Police im Madison Square Garden sowie der Zauberflöte in der MET ein umfangreiches Rahmenprogramm«, berichtete er.

Und zu einem Abendessen in der US-Metropole mit zwei weiteren Ortenauern reichte es auch noch: **Reiner Lothspeich** (4:25:50/Platz 19844) und **Sigi Spinner** (5:01:27/Platz 29964) waren ebenfalls in den Straßen New York unterwegs. **miqua**



Martin Saar in den Straßen New Yorks.