

Jyväskylä 4. April 2012

### **Es ist vollbracht!**

Nach meinem Marathon-Zieleinlauf in Berlin, bei dem es mich emotional mächtig durchgeschüttelt hat, war ich der Meinung, dass diese Emotionen auf sportlichem Gebiet wohl kaum zu überbieten sind. Falsch. Sie sind es!

Aber der Reihe nach: An Schlafen war heute Nacht nicht zu denken. Ich habe mich bemüht, mit geschlossenen Augen bis um 8 liegen zu bleiben. Das war schon mal die erste Höchstleistung des Tages. In 45 Minuten war ich fix und fertig zum Losgehen. Keine Ahnung, wie das kam. In Berlin brauche ich immer 30 Minuten länger. Die PSVer mit Ingrid und Gitti (meine größte innerdeutsche Konkurrentin) kamen mit zur Halle. Dort habe ich mich sofort zurückgezogen und mich um meine Erwärmung gekümmert. Noch nicht einmal Kalli habe ich begrüßt. Ich wollte nur meine Ruhe.

Das Eingehen ging prima. Ich bin 50 Minuten ganz ruhig und locker gegangen und habe mich nur auf die Technik konzentriert. Um 11:10 Uhr mussten wir im Call-Room sein, um 11:25 ging es in die Halle. 28 Frauen. Kuscheliger für die 200 Meter Bahn. Wir standen in zwei Reihen dichtgedrängt am Start. Ich war die Letzte auf der Liste und stand mit den Hacken in der Weitsprunggrube. Eine absolut bescheidene Ausgangssituation.

Nach dem Start gab es ein ziemliches Gerangel. Ingrid verlor ihren Schuh und schrie so auf, dass mir ganz anders wurde. Sie ist ins Ziel gekommen, hatte aber keine Chance mehr auf eine gute Zeit. Ich war nur um Ruhe bemüht. Die ersten 1000 Meter waren ein vorsichtiges Antasten an die Geirichter. Dann wurde ich mutiger und fing an, von hinten das Feld aufzurollen. Das hat großen Spaß gemacht.

Nach 2000 Metern war ich Vierte meiner Altersklasse und etwa 40 Meter von Gitti und der Britin entfernt. Da gab ich noch einmal Gas und 3 Runden vor Schluss hatte ich die Britin ein. Ich bin in einem absoluten Sprint an ihr vorbei, weil ich Angst hatte, dass sie sich sonst an mich dranhängt. Das hat ordentlich Kraft gekostet und ich kassierte meinen ersten Antrag. Die Tribüne tobte und ich hatte keine Ahnung, wie groß der Abstand nach hinten ist. So einen langen Zielspurt habe ich noch nie hingelegt. Gitti kam näher, war aber zu weit weg, um sich noch einfangen zu lassen. Ich kam als Dritte ins Ziel und war überglücklich!

Kalli strahlte, Heidrun und Rosina, die sich die Lungen aus dem Leib geschrien hatten, waren sofort bei mir und nahmen mich in den Arm. Ich schwankte dermaßen, dass sie mich richtig festhalten mussten, sonst wäre ich wohl auf dem Hallenboden gelandet.

Meine Zeit lag am Ende 15 Sekunden über meiner Bestzeit. Das spielte aber überhaupt keine Rolle. Nur eine Verwarnung und Bronze. Ich bin überglücklich!

Nach dem Wettkampf bin ich gleich zu Thorsten, unserem Physiotherapeuten, gegangen und habe mir die Beine wieder weichkneten lassen. Die Sehne habe ich im Wettkampf nicht gemerkt. Hinterher zog es ein bisschen, ist jetzt aber fast wieder weg. Alles bestens. Morgen und am Freitag gehe ich auch zur Massage und dann werde ich am Samstag hoffentlich locker genug auf die 10 Kilometer gehen.

Um 14:10 Uhr war die Siegerehrung angesetzt, die sich erstaunlich wenig verzögerte. Als ich da so unten stand, wurden meine Knie ziemlich weich und auf dem Podest, als ich meine Medaille umgehängt bekam, realisierte ich eigentlich wirklich erst, was da gerade passiert war. Ich weinte die ganze russische Hymne durch. Oh je.

Nach uns wurde die W50 geehrt und auf Platz 3 stand eine Französin, der es genau so ging, wie mir. Sie guckte mich durch ihren Tränenschleier hinweg an und grinste schief. Nach der Hymne kam sie runter und umarmte mich. Gemeinsam heult es sich schließlich noch besser :-)

Jetzt sitze ich im Hotel und denke an euch, die ihr mir so toll die Daumen gedrückt habt. Vielen Dank dafür!!! Den Wettkampf muss man schon alleine schaffen, aber die Unterstützung drumrum ist unglaublich viel Wert!

Herzliche Grüße aus Jyväskylä!  
Silke