

15. Frankfurter Mainova Halbmarathon

- Die Standortbestimmung im Frühjahr
- Komplette ehrenamtlich organisiert
- Auftakt zum Main-Lauf-Cup bei bestem Laufwetter
- Tilahun Babsa und Laura Philipp siegen mit schnellen Zeiten



Das letzte Wochenende zeigte es deutlich und zur großen Freude aller Läufer, die sich monatelang durch die kalte und dunkle Jahreszeit gekämpft haben: der Frühling kommt mit großen Schritten. Mit ihm kommt einer der Gründe, warum man im Winter fleißig blieb – der Spiridon-Halbmarathon, seit diesem Jahr offiziell Frankfurter Mainova Halbmarathon genannt, steht Anfang März auf dem Programm.

Die Mainova AG ist Titelsponsor und erstmals Partner. Die Zusammenarbeit ist zunächst für 2 Jahre vereinbart: für Mainova im Vordergrund steht das gemeinsame Erlebnis und die Freude an der Bewegung.

Der Lauf selbst wird gerne als die sportliche Standortbestimmung im Frühjahr bezeichnet und ist nicht nur einer der größten Halbmarathons in Deutschland, sondern wird obendrein allein von Spiridon Frankfurt organisiert. Der Frankfurter Halbmarathon ist damit der einzige Cityhalbmarathon in Deutschland, der komplett ehrenamtlich organisiert wird. Zwar ist Spiridon Frankfurt für einen Laufverein sehr groß, diese Art der Organisation ist dennoch immer wieder eine große Herausforderung.

Eine Mühe, die die Teilnehmer durch begeisterte Anmeldung entlohnen. Wieder einmal waren die 5500 vorhandenen Plätze schnell ausgebucht; die höchste der gestaffelten Anmeldegebühren konnte gar nicht erst in Anspruch genommen werden. Als Hoffnung für die zu spät Entschiedenen blieb die Möglichkeit der Nachmeldung vor Ort, von denen jedes Jahr 500 freigehalten werden.

Die schnelle Strecke im Süden von Frankfurt verläuft über Niederrad am Mainufer entlang bis zum Eisernen Steg und durch Sachsenhausen zurück. Dass sie schnell ist, steht fest, wird Jahr für Jahr aber von den Teilnehmern bezweifelt, wenn es bei Kilometer 15 in Richtung Wendepunkt auf der Isenburger Schneise bergan geht. Bevor in der Commerzbank Arena, vor der sich auch der Start befindet, eingelaufen werden kann, muss außerdem noch eine letzte Brücke überwunden werden. Im Ziel wartet dann, wie für den Main-Lauf-Cup üblich, reichhaltige Verpflegung. Der Frankfurter Halbmarathon ist der erste Wertungslauf der 2017er Serie. Neben der Mainova AG als neuen Partner sind Erima und On neue Ausrüster des Cups, die ihre neuen Kollektionen beim Stand des Frankfurter Laufshops vor der Arena präsentieren.

Durch Erima gab es bei der 15. Auflage der Veranstaltung auch die Möglichkeit, ein Finishershirt vorzubestellen. Passend: der Kostenfaktor von 15 €.

Neben dem Main-Lauf-Cup, der weithin bekannt ist, sind in den Frankfurter Halbmarathon noch weitere Wertungen integriert. Mitglieder von Leichtathletikvereinen des Kreises Frankfurt können Kreismeister werden, außerdem werden „Helden gesucht“: wer am Halbmarathon, dem Radklassiker Eschborn Frankfurt sowie am Frankfurt City Triathlon teilnimmt, wird „Frankfurt Hero“.

Der Rennsonntag

Es ist schon fast Tradition, das tolle Wetter beim Frankfurter Halbmarathon! Zwar musste am Morgen noch vom einen oder anderen das Auto gekratzt werden, die Sonne wärmte aber schnell und versprach beste Laufbedingungen.

Wenn es schließlich auf 10 Uhr zugeht, füllt sich der Startbereich. Und während sich die Fotografen über die Heerscharen freuen – 6000 Läuferinnen und Läufer sind eine ganze Menge – stellt die pure Anzahl durchaus eine logistische Herausforderung dar. Startblöcke sind die naheliegende Lösung: zunächst wird um 10 Uhr die Elite (Männer bis 1h17, Frauen bis 1h30) auf die Strecke geschickt, nach und nach dann die anderen Läufer. Für die ordnungsgemäße Zeitmessung sorgt der sogenannte MikaTag der Firma mika:Timing, der fester Bestandteil der Startnummer ist. Zwar fällt damit das lästige, wie in den vergangenen Jahren üblich, Einbinden der Chips in die Schuhe weg, weiterhin wird aber viel Müll produziert, weil die Chips nach wie vor nur einmal verwendet werden.

6000 Läuferinnen und Läufer bedeuten aber auch längere Anfahrtswege. Zeiten, die einige nicht eingeplant hatten und somit das Rennen verzögerten. Weil außerdem noch ein Stau hinzukam, wurde der Start um 10 Minuten nach hinten verlegt.

10 Minuten, die im Schatten kalt werden konnten. Es beschwerte sich aber niemand, lieber vertrieb man sich die Zeit bei netten Gesprächen im bunt gemischten Läuferfeld.

Dann endlich konnte es losgehen: Mit dem ersten Startschuss ging vorne gleich die Post ab, das Führungsfahrzeug musste Gas geben, um die zunächst recht große Spitzengruppe nicht im Heck hängen zu haben. Mit dabei auch Eyob Salomon (SG Wenden), der Vorjahressieger, der allerdings schon seit einem Monat mit einer Oberschenkelverletzung hadert und auch heute bereits nach 5 gelaufenen Kilometern aufgeben musste.

Auf der Isenburger Schneise hatte der Wind, der scheinbar durchgängig von vorne blies, fast alle Gruppen zerlegt. Ganz vorne lief Solomon Merne Eshete vom SSC Hanau-Rodenbach, dicht gefolgt vom Main-Lauf-Cup Sieger 2016 und für den ausrichtenden Verein startenden Tilahun Babsa. Mit etwas mehr Abstand folgten dann Demeke Wosene von der LG Rüsselsheim und Marcel Krieghoff aus Erfurt.

Wer Aaron Bienenfeld (SSC Hanau-Rodenbach) mit ganz vorne erwartet hatte, wurde nicht direkt enttäuscht: das aufstrebende Talent hatte gestern bei den deutschen

Crosslaufmeisterschaften die Bronzemedaille bei den Junioren geholt und wollte sich heute zurückhalten. Für ihn wurden am Ende 1:13:27 Stunden gestoppt (Platz 14).

Bei den Frauen war es von Beginn an ein Ausscheidungsrennen. Vorneweg lief Triathletin Laura Philipp (Team Mainova), die sich einer Männergruppe angeschlossen hatte und ihren Vorsprung auf Tinka Uphoff (Spiridon Frankfurt) und Jenny Schulz (Skills 04) kontinuierlich ausbaute. Auch die Platzierung von Anna Herzberg (KS-Sportsworld) stand eigentlich von Beginn an fest.

Die Ergebnisse

Tilahun hatte die Lücke bis ins Ziel nicht größer werden lassen und machte die Sache nochmal spannend: am Ende lief es auf einen Zielspurt hinaus, den er schließlich mit drei Sekunden Vorsprung auf Solomon für sich entscheiden konnte. Die Tempohatz führte zu schnellen Siegzeiten: 1:07:07 h für Tilahun, 1:07:10 h für Solomon.

Auch dahinter entwickelte sich ein packendes Duell. Während Marcel bei Kilometer 10 noch vier Sekunden hinter der vierköpfigen Spitzengruppe um Tilahun, Solomon, Demeke und Belachew Kifle (SG Egelsbach) lag, ging es am Ende gegen Demeke um Rang 3. Spätestens jetzt trug das Trainingslager, aus dem er kürzlich zurückkehrte, die Früchte. Er konnte sich nicht nur gegen Demeke durchsetzen, sondern außerdem noch unter 68 Minuten bleiben, was die neue persönliche Bestzeit noch schöner aussehen lässt. Auf der Uhr standen 1:07:58 h, für Demeke wurden 1:08:04 h gestoppt.

Das Frankfurter Feld war wieder sehr gut besetzt – Triathlet Jens Frommhold (Team Mainova) beispielsweise wurde mit einer 1:11:34 h gerade mal achter, konnte sich mit seiner Zeit aber zufrieden zeigen. „Viel schneller kann ich gar nicht!“ – in drei Wochen steht die nächste Langdistanz in Südafrika auf dem Plan.

Seine Kollegin Laura Philipp machte ihre Sache bei ihrem ersten reinen Halbmarathon noch viel besser. Bisher hatte sie diese Distanz nur im Triathlon absolviert: „Ohne Schwimmen und Radfahren vorneweg macht das Ganze doch deutlich mehr Spaß!“ – besonders dann, wenn man gleich auch gewinnen kann. Ihre 1:15:49 Stunden konnten sich gut sehen lassen!

Auf Rang zwei folgte ihr Lokalmatadorin Tinka Uphoff, die sich derzeit auf den Düsseldorf Marathon vorbereitet und bis Dienstag in der Wärme für eine Woche im Trainingslager war. Gegen Dauerkonkurrentin Jenny (1:19:29 h) konnte sie sich dieses Mal wieder deutlich behaupten und lief nach 1:18:14 h über die Ziellinie. Bei den Kreismeisterschaften lag Tinka vor Jenny und Tania Moser (Spiridon Frankfurt, 1:24:13), die im Gesamteinlauf – hinter Anna Herzberg, der Spanierin Esther Ramos Martinez und Petra Wassiluk – siebte wurde.

Bei den Männern holte Gesamtsieger Tilahun den Kreismeistertitel vor Markus Heidl und Tobias Schmitt (alle Spiridon Frankfurt).

Der Ausblick

Auch die 15. Auflage des Frankfurter Halbmarathons war ein schöner Auftakt, ganz gleich ob in die Laufsaison allgemein, für die bald vielfältig anstehenden Frühjahrsmarathons oder aber für den Main-Lauf-Cup. Das schöne Wetter kann dabei gerne zur Tradition werden! Im Cup geht es am 02. April mit dem Wasserlauf in Seligenstadt weiter.