

SERIE PAPE LÄUFT (FOLGE 12)

# Fango ohne Rezept

Die Wetterkapriolen der vergangenen Wochen machen es dem Marathon-Novizen Christian Pape im Training nicht gerade leicht.

**BEECK** Bisher war das einzige Hindernis, mein Training zum Marathon einzuhalten, ich. Doch die sintflutartigen Regenfälle der letzten Tage stellen eine noch viel größere Hürde dar. 3000 Unwetterwarnungen hat der Deutsche Wetterdienst in den vergangenen zwei Wochen herausgegeben. Subtropische Temperaturen wechseln sich mit Gewitterkatastrophen ab. „Jung, machst Du das Wetter?“, ruft mir die nette ältere Dame von gegenüber zu. Sie hat ihr Wohnzimmerfenster weit geöffnet und erhofft sich so ein bisschen Abkühlung. „Wir wohnen hier doch noch im gelobten Land!“, höre ich mich den Klassiker sagen und winke freundlich.

Wie sich die Zeiten ändern. Was für die jungen Leute heute Facebook ist, war für die Älteren immer schon „mit dem Kissen aus dem Fenster gucken“. Ich stehe in leichter Laufkleidung auf der Straße und schaue hoch. Eben noch war der Himmel strahlend blau. Jetzt ziehen immer dunkler werdende Wolkenmassen auf. In der Ferne ein Donnernrollen. Umdrehen? Ich lasse mich nicht einschüchtern. Wie sagt der Rheinländer immer: „Der meiste Regen fällt vorbei!“

Außerdem muss ich meinen Trainingsplan einhalten. Während ich los trabe, gehe ich in Gedanken die Bauernregeln durch. Gibt es da etwas zu „Regen im Juni“? Im selben Moment prasseln immer dicker werdende Regentropfen auf den Asphalt. Von jetzt auf gleich schüttet es wie aus Kübeln. Na klar, jetzt weiß ich es wieder: „Fällt Juniregen in die Socken, bleiben Füße auch nicht trocken.“ Und patsch – trete ich in eine tiefe Pfütze.

Ich muss mein Tempo drosseln, als ich in der Kurve beinahe ausrut-

sche. Die nasse Straße wird gefährlich glatt. Am besten ab in die Botanik! Vielleicht spendet das Blätterdach der Bäume ein wenig Schutz und der Waldboden ist in jedem Fall weicher als Straßenbelag. Sonst laufe ich eigentlich immer pulsorientiert, heute eher streckenorientiert. Ich versuche nur noch, nicht in die größten Pfützen zu treten.

Durch die starken Regenfälle der letzten Tage hat der Waldboden ungemain an Viskosität zugenommen. Will sagen: Ich laufe durch Matsch und Schlamm. Ach was, ich kämpfe mich durch eine wahre Moorlandschaft. Irgendwann kann von Laufen keine Rede mehr sein. Ich stapfe und ziehe meine Schuhe bei jedem Schritt mit einem lauten Schmatzgeräusch aus dem heimatlichen Untergrund.

Kennt Ihr noch aus Kindertagen das Spielzeug „Slimy“, diese grüne, glitschige, feuchte Schleimmasse aus der Dose? Wenn man seine Faust in die volle „Slimy“-Verpackung drückte, pupste es aus der Dose und wir Kinder amüsierten uns köstlich. Meine brandneuen Laufschuhe pupsen auch im Schlamm. Jetzt finde ich das gar nicht mehr lustig. Habe ich den Kassenbeleg über meine neuen Treter eigentlich zu Hause auf dem Küchentisch liegenlassen? Bitte nicht! Wenn Silvia den findet, wird es für mich alles andere als lustig.

Dem aufgeweichten Boden gefallen meine Laufschuhe so gut wie mir. Er will sie gar nicht mehr hergeben. Ich versinke knöcheltief und stecke schließlich fest. Ich ziehe und zerze und mit einem letzten Schmatzlaut wird mein Fuß doch noch freigegeben. Der Schwung wirft mich nach hinten und ich lande in voller Länge im Matsch. Fangotherapie ohne Rezept!

Historische Quellen belegen, dass schon römische Legionäre die Heilkräfte des Heilschlammes zu schätzen wussten. Mein Heilschlamm riecht aber irgendwie nach niederländischem Klärschlamm, der wohl vor kurzem auf die benachbarten Felder gefahren worden ist. Die Heilkraft wird sich also in Grenzen halten. Um ehrlich zu sein, ich stinke nach Gülle. Meine Pulsuhr piept wie verrückt und stellt automatisch von der Disziplin „Laufen“ auf „Schwimmen“ um.

Der Regen wäscht den Schlamm nur langsam von meinem Körper. Verdammt, was juckt denn da so auf meinem Schienbein? Ich kratze, schaue nach unten. Oh Gott! Ich bin übersät von roten Flecken: Mückenstiche! Es sind so viele, dass ich sie nicht mehr zählen kann. Meine Blutspende für dieses Jahr habe ich also auch schon hinter mir.

Wie konnte ich das nur vergessen?! Bei feucht-warmem Klima sind Heerscharen von Stechmücken besonders gerne an Flüssen, Bächen und in versumpften Wäldern zu finden. Oder eben jetzt in meiner Trainingshose.

Ich werde verrückt. Dieses helle Summen, das sich in die Gehörgänge frisst wie ein Tinnitus. Eine regelrechte Invasion. Wie die Hyänen stürzen sich die kleinen Biester weiter auf mich und zapfen mich unentwegt an. Angeklockt werden sie von dem in der Ausatemluft des Menschen enthaltenen Kohlendioxid. Sie fühlen sich aber auch angezogen durch Schweiß und den Geruch von getragenen Socken. Prima, ich muss gerade ein Paradies für Mücken sein! Über die angekündigte Mückenplage 2016 braucht sich also niemand mehr Sorgen zu machen. Sie sind alle bei mir.

Früher hingen in Küchen, vor allem in Küchen von Bauernhöfen, diese klebrigen Fliegenbänder von der Decke. Unzählige Fliegen kleb-



Marathontraining ist kein Zuckerschlecken: Hobbyläufer Christian Pape landete unterwegs in voller Länge im Matsch. „Wie siehst Du denn aus?“, fragte seine Frau Silvia.

FOTO: DIRK JANSEN/MANUS SINISTER

ten daran fest. Ich fühle mich gerade wie ein Fliegenband. Nur für Mücken. Um mich schlagend rase ich los, um im nächsten Moment wieder abzustopfen. Vielleicht lassen sich die Mücken austricksen und jagen über meinen Kopf hinweg ins Leere. Mein Lauf erinnert an ein ruckelndes Auto, dem auf den letzten Metern das Benzin ausgeht. Doch dieses Gas-Bremse-Gas-Spiel macht meinen fliegenden Begleitern deutlich mehr Spaß als mir. Hätte ich jetzt doch mein Auto hier. Meine Windschutzscheibe stände für diese kleinen Quälgeister schon bereit.

Die Lust auf Training ist mir längst vergangen. Ich muss raus aus dem Wald. Und zwar schnell! Nach jedem gelaufenen Kilometer

bimmelt meine Pulsuhr und zeigt auf dem leuchtenden Display an: „Neuer Rekord!“ Doch ich kann mich darüber nicht freuen. Meine Lunge sticht. Ich will nicht mehr, aber ich muss. Der Schlamm in meinen Schuhen ist längst zu Beton geworden. Mein Körper brennt. Vom Laufen? Von diesen verdammten Stichen? Beim nächsten Lauf werde ich vorher in Anti-Mücken-Mittel baden!

Endlich, unser Haus ist in Sichtweite. Silvia öffnet mir die Tür und erschrickt: „Wie siehst Du denn aus!“ Im nächsten Moment liege ich nackt auf dem Sofa. Auf mir Kühlakku gegen die Schwellungen. Dann Zwiebelhälften, die den Juckreiz stillen sollen. Ich bin von oben bis unten zerstothen – so viele Zwie-

beln findest du in keinem Haushalt! Also patscht Silvia noch Kartoffel- und Zitronenscheiben drauf. Amelie ist völlig außer sich: „Papa sieht ja aus wie ein kaltes Buffet!“

Während ich leidend und leicht verstört an die Wohnzimmerdecke starre, kommt mir in den Sinn, dass es doch toll wäre, wenn die Wissenschaft mal Stechmücken mit Glühwürmchen kreuzt. Dann hätten wir Läufer es im Wald immer schön hell. Und nachts im Schlafzimmer wüsste man ganz genau, wo man hin-schlagen muss.

Autor Christian Pape (42) ist Humorist und Hobbyläufer. Am 2. Oktober 2016 geht er mit RP-Redakteur Michael Heckers beim Köln-Marathon an den Start.

## LESERBRIEF

### Zum Nachteil jedes Wegberger Bürgers

**37.600 Euro für Vereine**

Wegberg befindet sich im Haushaltssicherungskonzept (HSK) und sollte deshalb nur Ausgaben vornehmen, die absolut unvermeidbar sind. Geschieht dies nicht, wird jeder Bürger auch zukünftig speziell über die Grundsteuererhöhungen, weil es so simpel ist, mit zusätzlichen Kosten belastet. Wer will bei solchen Kosten noch nach Wegberg ziehen? Tennis war einstmal eine

elitäre Sportart. Diese Position hat sich stark zugunsten der Masse verändert. Was grundsätzlich als positiv zu bewerten ist, führte aber auch dazu, dass sich gewisse Strukturen, um es vorsichtig auszudrücken, nachteilig entwickelt haben. So mag es nicht verwundern, dass offensichtlich der Tennisclub in Wegberg in 2016 mit fast 4400 Euro unterstützt werden will und wird. Welcher Lobbyist war hier tätig? Jedenfalls sollten sich der Vorstand des Vereins und auch die Mitglieder schämen, als Tennisclub letztlich Gelder der Bürger anzunehmen,

wogegen sich die Stadt mannigfaltigen Sparzwängen zu unterwerfen hätte. Danach ist es aus meiner Sicht eine Beleidigung für eine Seniorengemeinschaft, wenn diese mit 34 Euro abgespeist wird, auf die diese aber auch verzichten sollte. Ich denke, da ich selbst, um eventuelle Fehlinterpretationen vorzubeugen, über 25 Jahre Tennis und anschließend einige Jahre Golf gespielt habe, dass es für eine Stadt elementarere Unterstützungsnotwendigkeiten gibt. Ein Tennisclub wird seine Zukunft mit Gewissheit nicht von dem obigen Betrag, den

letztlich wieder alle Bürger bezahlen, abhängig machen. Vereine blindlings nach einem bestimmten Schlüssel zu fördern, kann man in der aktuellen Situation jedenfalls nicht nachvollziehen. Eine solche Handlungsweise untermauert die Unprofessionalität im Umgang mit dem HSK, aus dem die Stadt auf diese Weise nie herauskommen wird – zum Nachteil jedes einzelnen Bürgers.

Gregor Lange  
Am Stapp 34  
41844 Wegberg

## MELDUNGEN

### Fahrt nach Brügge mit Grachtenfahrt

**WEGBERG** (cole) Der CDU-Stadtverband Wegberg unternimmt am Mittwoch, 10. August, eine Fahrt nach Brügge mit Grachtenfahrt. Die Fahrkarten zum Preis von 34 Euro pro Person werden am Montag, 4. Juli, von 15 bis 17 Uhr in der Kreis-sparkasse Wegberg, Rathausplatz 8, im Eingangsbereich erster Raum links verkauft. Ansprechpartner ist Klaus Brunen, Telefon 02434 240591 oder E-Mail klaus.brunen@ar-cor.de.

### Diebe stehlen Motorroller in Wegberg

**WEGBERG** (hec) Ein blauer Motorroller der Marke Kwang Yang wurde am Montag, 21. Juni, zwischen 6.30 Uhr und 11.45 Uhr entwendet. Das berichtet die Polizei. Das Zweirad war auf der Fußbachstraße abgestellt. – Auch aus Geilenkirchen meldet die Polizei einen Diebstahl: Kupfer- und Regenfallrohre wurden am Wochenende von Häusern an der Straße Kreywäldchen und an der Rembrandtstraße sowie an der Straße Elsternweg gestohlen.

RHEINISCHE POST **Neuß-Grevenbroicher Zeitung** BERGISCHE MORGENPOST SOLINGER MORGENPOST RP ONLINE



## Schicken Sie Ihre Zeitung in den Urlaub!

Jetzt Zeitung verschenken und Dankeschön sichern!



ePaper inkl. Rheinische Post App



Überraschungspaket



Der Spiegel 6 x lesen



Reisethel Shopper (Abb. ähnlich)

Urlaubsservice und weitere Prämien: [www.rp-online.de/urlaubsservice](http://www.rp-online.de/urlaubsservice) oder 0211 505-1111