

Marathon- und Streckenlaufen in Athen und Griechenland mit SAFANS

Wo laufen sie denn ...? Wo laufen sie denn hin ...?

Welcher Laufsportler weltweit hat es nicht gelesen, das Buch von Haruki Murakami „Wovon ich rede, wenn ich vom Laufen rede“. Kaum einer, der im Geiste nicht mit dem japanischen Schriftsteller mitgelaufen wäre: von Athen nach Marathon, im August bei über 40 Grad im Schatten, schwitzend, durstend und in schwarze Abgaswolken gehüllt. Und kaum einer, der nicht das gefühlt hätte, was Murakami (wenn auch mit Humor) 1983 gefühlt hatte: Marathon in Griechenland. Nein Danke. Nie wieder. Wetter und Verkehrschaos haben sich seitdem zwar nicht gerade geändert, doch trotz oft „widriger Umstände“ gewinnt auch hierzulande das Laufen „Schritt für Schritt“ mehr Anhänger. Immer mehr Griechen lassen das Auto stehen, schwören Alkohol und Zigaretten ab und laufen los. Doch wo laufen sie? Und wo findet man Gleichgesinnte? Wer veranstaltet wann und wo Laufsportwettkämpfe? Ein guter Kontakt für jeden Interessierten ist der Sportverein SAFANS, ein Vorreiter, der sich aktiv für die Verbreitung des Laufsportes in Griechenland einsetzt.

Von Jeanette Choisi

Alles fing 2001 mit 13 Marathonläufern und 25 Spaziergängern an, die täglich ihre Runden im Alsos (Wäldchen) von Nea Smyrni drehten, um sich sportlich zu betätigen und frische Luft zu atmen. Im ersten Jahr nach der Vereinsgründung wurden die Mitglieder von SAFANS (Σύλλογος Φίλων Άλoος Νέα Σμύρνης), dem Verein der Freunde des Nea Smyrni-Wäldchens, noch als „barfüßige Raudis“ (wörtlich: ξηπόλητοι αλήτες) verunglimpft und mit großem Misstrauen beäugt. Doch schon bald hatte man sich an die immer gut gelaunten Läufer, natürlich in Turnschuhen, gewöhnt. Heute zählt SAFANS 260 laufbegeisterte Frauen und Männer jeden Alters. Spitzensportler mit Marathonzeiten von unter bzw. knapp über drei Stunden, Breitensportler, die keinen Fünf- oder Zehn-Kilometer-Lauf in Griechenland



Die Vereinsfarben Orange und Grün symbolisieren die Liebe zur Natur und die Sonne. (Fotos: GZJc)

auslassen sowie Senioren, die auch mit knapp 70 Jahren noch die legendären 42,195 Kilometer zurücklegen.

Tatkräftige Hilfe aus dem Rathaus

Dieses alles wäre ohne die Unterstützung des damaligen Bürgermeisters von Nea Smyrni nicht so einfach gewesen. Dieser erkannte das positive Potenzial des Vereins für seinen Stadtteil und förderte ihn aktiv. SAFANS bekam im Alsos einen kleinen Clubraum, wurde 2004 bei den Aufforstungs- und Verschönerungsarbeiten des Wäldchens zu Rate gezogen und erhält jährlich eine kleine Finanzspritze aus der Stadtteilkasse. Der Verein setzte durch, dass für jeden Baum, der gefällt werden muss, ein neuer gepflanzt wird, die Türen des umzäunten Alsos jeden Abend abgeschlossen werden und dort keine Messeausstellungen organisiert werden dürfen. Das hat die „Grüne Lunge“ von Nea Smyrni gerettet. Heute drehen Tag für Tag zrika 2.000 Läufer und Spaziergänger im Wäldchen ihre Runden, toben Kinder ausgelassen auf dem dortigen Spielplatz, ist es immer sauber und gepflegt. Auf den Alsos ist der ganze Stadtteil stolz und SAFANS gehört mittlerweile zu den Vorzeigevereinen von Athen.

Der Rundlauf im Mai durch Nea Smyrni

In Zusammenarbeit mit der kommunalen Jugendsportorganisation ONA organisiert SAFANS jedes Jahr im Mai den Rundlauf von Nea Smyrni. Es ist die einzige Wettlaufstrecke außer dem internationalen Athens Classic Marathon, wo die Zeit elektronisch mit Mikrochip gemessen wird. Die Teilnahme ist umsonst. Kostenlos für jeden Teilnehmer sind auch Medaille, Urkunde, T-Shirt, ärztliche Betreuung, Wasser und Verpflegung. Und, liebe Leser und Leserinnen, ich kann Ihnen sagen, die Teilnahme ist umsonst. Kostenlos für jeden Teilnehmer sind auch Medaille, Urkunde, T-Shirt, ärztliche Betreuung, Wasser und Verpflegung. Und, liebe Leser und Leserinnen, ich kann Ihnen sagen, die knapp acht Kilometer lange Strecke ist auch für gute Läufer kein Pappenstiel. Rannten im Jahr 2005 beim ersten Mal im strömendem Regen noch 80 Laufbegeisterte um die Wette, so waren es heuer im Mai, beim sechsten Mal, schon 600 Teilnehmer, die sich bergab, bergauf bei 28 Grad im Schatten durch Nea Smyrni kämpften.

Bei SAFANS gewinnen alle

Und apropos Wettkampf. Bei SAFANS gewinnen alle. Hier wird der Breitensportler genauso in Ehren gehalten wie der Spitzenläufer. Hier wird jeder Athlet, der sein Ziel erreicht hat, egal in welcher Zeit, gleich hoch gefeiert, denn Teamgeist und Miteinander, Liebe zur Natur und zum Mitmenschen werden nicht nur groß geschrieben, sondern auch aktiv gelebt. „Wir helfen einer dem anderen. Beim Laufen und im Leben“, sagt Vereinsgründer Jannis Antonopoulos (62 Jahre), der heuer seinen 30. Marathon gelaufen ist und jetzt die SAFANS Blutspendenbank vorbereitet. Er hat mit 45 aufgehört zu rauchen und zu trinken und ist in die Laufschuhe gestiegen. „Laufen ist für mich Energie, körperlich und geistig gesund sein. Durch das Laufen bin ich ein besserer Mensch geworden. Offener und freundlicher anderen gegenüber.“ Diese Meinung teilt auch Neoklitos (40 Jahre), der Vereinsvorsitzende, der betont: „Ich bin Beamter und sitze oft stundenlang am Schreibtisch. Ohne das Laufen hätte ich kein Ziel im

Leben. Mir geht es mehr um das Training als um den Wettkampf. Laufen gibt mir Anerkennung, Selbstbewusstsein und macht mir Mut.“ Doch am besten bringt es Vassilis (49 Jahre) auf den Punkt. Tagstüber ist das Multitalent stellvertretender Leiter einer Grundschule, an den Wochenenden spielt er Bouzouki in einer Taverne in Peristeri und singt. Die Marathonstrecke absolviert er in 3 Stunden und 15 Minuten, das ist Höchstleistung. „Laufen ist für mich mentale und körperliche Euphorie und Glück. Laufen gibt mir Kraft fürs Leben und eine positive Lebenseinstellung. Wenn ich laufe, dann kann ich alle Probleme meistern, sie als Herausforderungen begreifen.“



Drei Jahrzehnte SAFANS: Vereinsvorsitzender Neoklitos (40 Jahre), Spitzensportler Vassilis (50 Jahre) und Vereinsgründer Jannis (62 Jahre) beim Interview im Clubhaus (v.r.n.l.)

Tipps

Laufen in ATHEN

- 400 m Bahn in den Sportanlagen von Aghios Kosmas
- 250 m Bahn in den Sportanlagen Trokadero in Paleo Faliro
- Um das Kalimarmara Stadion im Athener Zentrum, Eingang
- Im Athener Nationalgarten
- Im Wäldchen der Universitätsstadt am Fuße des Hymettos
- Im Pedio tou Areas Park an der Alexandras Straße
- Die Küste entlang: ein Halfmarathon ist zum Beispiel die Strecke vom SEF (Stadion für Frieden und Freundschaft) in Piräus bis nach Voula zur Endstation der Tran
- Und natürlich im Alsos von Nea Smyrni

Ausgewählte Läufe in Griechenland

- März: 15 km Strecke in Nafplion
- April: Marathon und 10 km Strecke in Messenien/Kalamata
- Mai: 8 km Nea Smyrni Lauf
- Juni: 13 km Lauf in Distomon
- Juli: Halfmarathon um die Insel Ägina
- September: 30 km Lauf in Ioannina um den See der Stadt
- Oktober: Athens Classic Marathon, 10 km und 5 km
- November: 10 km Lauf in Agios Kosmas

Weitere Informationen auch unter www.safans.gr



Kurz vor dem Start beim Rundlauf Nea Smyrni am 16. Mai 2010