

# Marathon für Stubenhocker

Schönwetterathleten können ihrer Laufleidenschaft jetzt auch im Winter nachgehen – mit einem witzigen Brettspiel

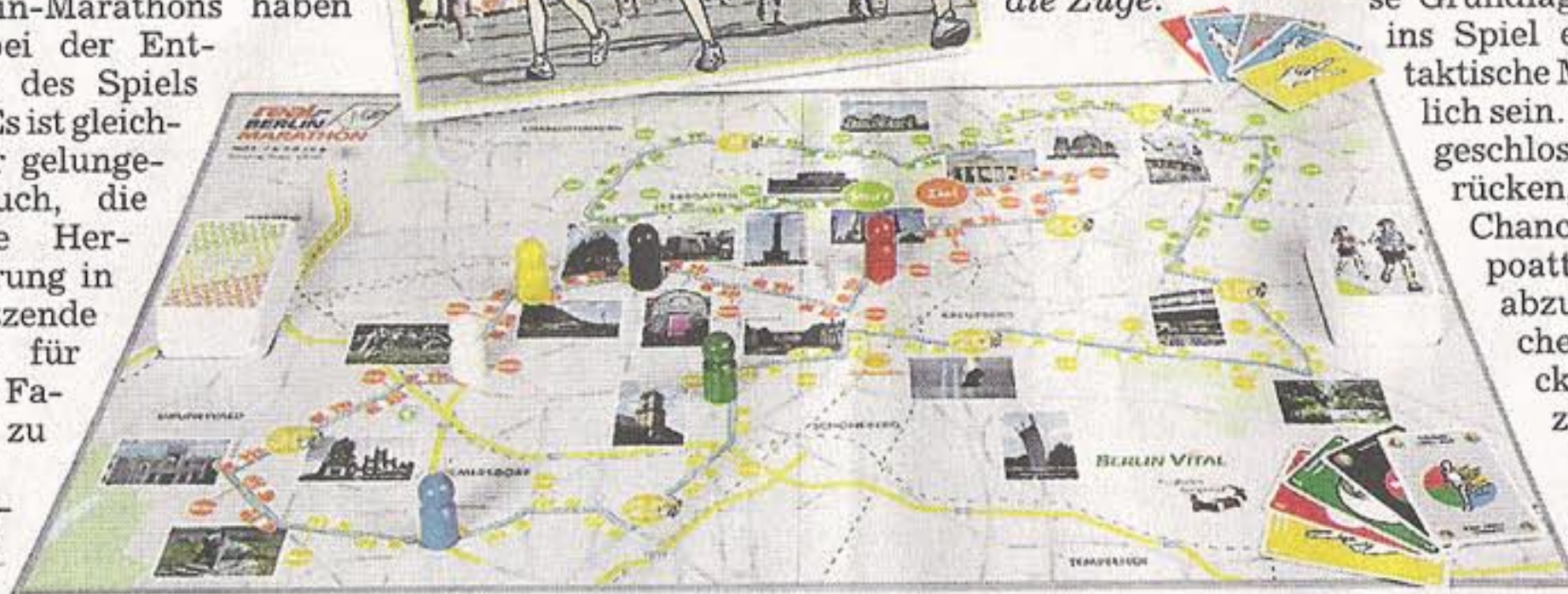
Wer sich leidenschaftlich mit dem Laufen beschäftigt, der tut dies immer auch jenseits des eigentlichen Rundendrehens. Der tendiert dazu, alles zu lesen, was er über das Thema in die Finger bekommt, jeden noch so marginal dazu passenden Film anzuschauen und auch sonst andauernd darüber nachzudenken, wie er leichter, schneller, stärker werden könnte. Denn die Sache ist komplex: Training, Ernährung, Motivation, Ausrüstung – viele Faktoren spielen eine Rolle, wenn man sich vom Gelegenheitsjogger zum 42 Kilometer durchhaltenden Marathonläufer entwickeln will.

Veit Lemke ist ein gutes Beispiel für einen engagierten Läufer, dessen Gedanken immer wieder um das Eine kreisen. Und weil der 40-Jährige außerdem Spieleautor und Geschäftsführer der Münchner Spielefirma Innospiel ist, liegt das jüngste Ergebnis seiner Überlegungen nun in einem Karton vor: „Faszination Marathon“ – ein Brettspiel für zwei bis

sechs Teilnehmer ab zehn Jahren, die über ein Spielfeld jagen, das der Marathon-Strecke von Berlin nachempfunden ist (29,95 Euro, erhältlich in manchen Laufshops und im Internet unter [www.marathonspiel.de](http://www.marathonspiel.de)). Die Organisatoren des Berlin-Marathons haben Lemke bei der Entwicklung des Spiels beraten. Es ist gleichzeitig der gelungene Versuch, die sportliche Herausforderung in eine sitzende Tätigkeit für die ganze Familie zu übersetzen. Lemke, der die



Auf die Plätze: Das Spielfeld zeigt die Strecke des Berlin-Marathons, Aktionskarten bestimmen die Züge.



42 Kilometer in 3:14 Stunden schafft, sagt: „Das Problem war, wie man die Marathonsituation realistisch rüberbringt?“ Mit schnödem Würfeln nicht, da war er sich sicher. Ein Marathon ist keine Glückssache, sondern die körperliche und mentale Leistung, die sich nach langer Vorbereitungszeit abrufen lässt. Diese Grundlagen sollten unbedingt

ins Spiel einfließen, aber auch taktische Manöver mussten möglich sein. Die Spieler sollten als geschlossenes Läuferfeld vorrücken, aber dennoch die Chance haben, sich mit Tempoattacken von einander abzusetzen. Und die üblichen kleinen Missgeschicke sollten unbedingt dazwischenfunken: Die U-Bahn kommt zu spät, man schafft es gerade noch rechtzeitig zum Start,

wo man dann merkt, dass die Stoppuhr zu Hause liegt. Lemkes eigene skurrilste Panne war das Training auf einer zu kurz vermessenen Tartanbahn, auf der er vermeintliche Weltklassezeiten lief. „Du kannst nun Dein Anfangstempo nicht halten. Alle anderen Läufer rücken ein Feld vor“, heißt es dazu auf einer der Aktionskarten, die von den Spielern aufgenommen werden müssen.

Weitere Karten mit unterschiedlich hohen Werten bei Pulsfrequenz, Motivation, Trainingsgeschichte und Energiehaushalt geben außerdem die Züge vor, dazu kommen Quizfragen zur Geschichte des Marathons, zu kuriosen Statistiken, zu Ernährung und Trainingslehre. Weil ein Marathon ein internationales Ereignis ist, liegen auch Karten auf Englisch bei. Das Spiel ist realistisch und witzig – und verführt dazu, die Trainingsrunden drinnen abzuhalten. Schade, dass es bei echten Rennen dann keine Jokerkarten gibt.

Jochen Temsch