

## Mythos Hermannslauf (5)

## Der Weg ist nie zu weit

Mit seiner einzigartigen Strecke und seiner besonderen Stimmung lockt der „Hermann“ Läuferinnen und Läufer aus ganz Deutschland – auch zum Besuch bei der Verwandtschaft. Drei Porträts.

Arne Bensiek

**Frank Heller, Frankfurt**

„Meine Frau Ira ist das Beste, was Ostwestfalen-Lippe hervorgebracht hat, und dann kommt gleich der Hermannslauf“, sagt Frank Heller. Der Frankfurter wird am 10. Oktober bereits zum sechsten Mal am Traditionslauf durch den Teutoburger Wald teilnehmen. Er liebe die familiäre Atmosphäre beim „Hermann“, die Stimmung auf der Busfahrt zu Start und erst recht die Euphorie an der Strecke. „Die Menschen in Ostwestfalen gelten außerhalb der Region als phlegmatisch und stur, aber beim Hermann beweisen sie, dass das nicht stimmt“, ist Hellers Beobachtung.

Zuspruch brauchte der Hesse vor allem bei seiner ersten Teilnahme. „Ich habe sehr gelitten und bin viel gegangen“, erinnert er sich. Unbedacht sei er bei einer Familienfeier in Steinhagen in eine Diskussion über den Kultlauf geschlittert, an deren Ende Heller gewissermaßen im Wort stand. „Meine Schwägerin hat mir sogar Trainingspläne geschrieben, trotzdem wusste ich nicht wirklich, was auf mich zukommt.“ Von einer Zeit unter drei Stunden träumt der 55-Jährige, seitdem es bei einer langwierigeren Teilnahme im Ziel nur noch alkoholfreies Bier gab. Auch wenn es in diesem Jahr nichts werden sollte mit dem Rekord, sagt der passionierte Triathlet von Eintracht Frankfurt: „Der Hermann wird mein Jahreshighlight.“

**Heike Benzmüller, Köln**

Das Kölner Pendant zu den Lämershagener Treppen ist für Heike Benzmüller die Rodenkirchener Autobahnbrücke mit ihren endlosen, langgezogenen Stufen. „Ich habe dort schon mehrfach für den Hermannslauf trainiert, weil man bei uns die Hügel wirklich suchen muss“, sagt die Läuferin der LLG 80 Nordpark Köln.



Drei, die stets eine weite Anreise auf sich nehmen, um den Teutoklassiker zu bestreiten und zu genießen: Frank Heller (oben), Heike Benzmüller und der gebürtige Bielefelder Jürgen Tubbesing. Fotos: Privat

Benzmüller hat einst in Bielefeld Geschichte und Sozialwissenschaften auf Lehramt studiert, lange bevor sie ihre Liebe zum Laufen entdeckte. Doch was sie heute noch mit Ostwestfalen-Lippe verbindet, ist

neben einigen guten Freundschaften der Hermannslauf. „Ich genieße die tolle Strecke durch den Teutoburger Wald, mir geht es nicht darum, schnell zu laufen, ich schaue auch nach links und rechts“,

betont die Kölnerin. In diesem Jahr habe sie sogar den Luxus, zu Fuß zum Start gehen zu können, weil sie bei Freunden in Hiddesen unterkomme.

Dass sie sich angesichts die-

ser Zusatzhöhenmeter nicht übernimmt, steht fest: Benzmüller läuft seit 20 Jahren Marathons, fünf bis acht pro Jahr – und wird nur sieben Tage nach ihrem zweiten „Hermann“ in Paris starten. Am Hermannslauf schätze sie neben der Strecke und Stimmung auch die Tradition. „Und dass er von einem Sportverein getragen wird“, so die 50-Jährige.

**Jürgen Tubbesing, Saarbrücken**

„Ich freue mich riesig, dass der Hermannslauf stattfindet“, sagt Lauftrainer Jürgen Tubbesing von der LAG Saarbrücken. „Es ist klasse, wie der TSVE diese tolle Veranstaltung Jahr für Jahr auf die Beine stellt.“ Fünfeinhalb Autostunden sind es für den gebürtigen Bielefelder Tubbesing bis in die alte Heimat. Seine Eltern und seine Zwillingsschwester leben noch immer in Sieker. Wann er seine Familie besucht, das bestimmt mitunter der Hermannslauf. „Bei mir kommen Heimatgefühle auf, wenn ich auf dem wunderschönen Hermannsweg unterwegs bin“, schwärmt der 66-Jährige, der schon zum neunten Mal dabei ist. Gerne wäre er noch öfter mitgelaufen. „Aber ich war ein, zwei Mal zu spät dran, als ich mich nach dem Anmeldestart um Mitternacht noch morgens um 6 Uhr anmelden wollte.“

Nicht eingerechnet in Tubbesings neun Teilnahmen ist der virtuelle Hermannslauf in diesem Frühjahr. Den absolvierte der einstige Geschäftsführer der Bürgerwache am Siegfriedplatz auf flacher Strecke zuhause in Saarbrücken in 2:50 Stunden und landete auf Platz drei seiner Altersklasse. Für den Präsenzlaf am 10. Oktober gewann er so einen Freistart. Sein Ziel: in unter vier Stunden die Sparrenburg erreichen und anschließend mit langjährigen Freunden in der Bürgerwache feiern.