

Leichtathletik: Heinrich Dreier absolviert ungewöhnlichen Ultralauf in Berlin

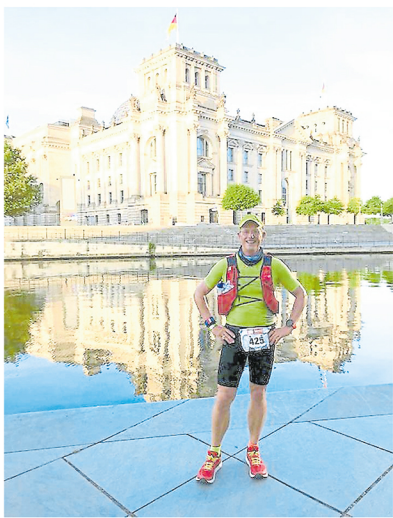
# 100 Meilen auf den Spuren der Mauer

Von Frank Wittenberg

**COESFELD.** Nachts um drei, irgendwo in der Prarie rund um Berlin, kommt tatsächlich der Gedanke, einfach hinzuschmeißen und sich möglichst schnell nur noch ins Bett zu legen. Eine Überlegung, die Heinrich Dreier aber schnell wieder beiseite schiebt. „Ich wollte das, also muss es auch durchziehen“, motiviert der 66-Jährige sich selbst. Er zieht es durch – und wie: 100 Meilen, sprich 161 Kilometer, ist er rund um die Hauptstadt unterwegs, 29 Stunden am Stück, um seinen Beitrag gegen das Vergessen und zum Gedenken an die Maueroberer zu leisten.

Worauf er sich da einlässt, war dem Coesfelder durchaus bewusst. Denn Dreier ist seit Jahren ein begeisterter Ultraläufer und nimmt mit Vorliebe die Strecken unter die Sohlen, die weit über einen üblichen Marathon hinausgehen. Seit 1988 ist er den Sport aus, den ersten Marathon absolviert er ausgerechnet 1990 bei der ersten Auflage nach dem Mauerfall in Berlin. „Emil Zatepek hat den Startschuss gegeben“, erinnert er sich an den tschechischen Olympiasieger. „Als ich durch das Brandenburger Tor gelaufen bin, hatte ich Tränen in den Augen.“ Emotionale Momente, die für immer bleiben.

Seitdem hat der ehemalige Gymnasial-Schulleiter über 80 Marathons und Ultramarathons (45 bis 80 Kilometer), den Swiss Alpine über 80 Kilometer bis auf 2600 Meter Höhe sowie die 100 Kilometer im Taubertal absolviert – aber die 100 Berliner Meilen, die rund um die



Eine der ersten Stationen auf den 100 Meilen um Berlin: das Regierungsviertel mit dem Reichstagsgebäude.

Stadt über den Mauerweg führen, fehlten ihm noch.

Heinrich Dreier packt es an, und das im Jahr des 60-jährigen Gedenkens des Mauerbaus. Intensiv ist die Vorbereitung, rund 2700 Kilometer legt er zurück, um sich fit für die Herausforderung zu machen. „Ein konkretes Zeitlimit habe ich mir nicht gesetzt“, erzählt er. Finishen, das ist das große Ziel – und das innerhalb der Vorgabe von 30 Stunden, um in die Wertung zu kommen. Dazu führt er einen laminierten

Laufplan mit, um immer informiert zu sein, wie gut er an jedem der insgesamt 26 Verpflegungspunkte in der Zeit liegt.

Morgens um 6 Uhr geht es vom Jahn-Sportpark im Bezirk Prenzlauer Berg aus los. Dreier ist einer von 382 Einzelläufern

aus aller Welt und erfährt unterwegs das, was solche Extremläufe ausmacht. „Der Zusammenhalt untereinander ist toll“, schwärmt er von der familiären Atmosphäre. Ab Kilometer zehn schließt er sich mit Michael Petry aus Lünen zusammen – sie kennen sich vorher nicht, aber das spielt keine Rolle, denn sie verfolgen das identische Ziel: ankommen! „Wir haben uns unterwegs viel erzählt“, lächelt der Coesfelder. „Das hilft extrem, vor allem um die Nacht durchzustehen.“ Denn die Dunkelheit, die Erschöpfung nach schon mehr als 20 Stunden auf den Beinen, all das setzt ordentlich zu. „Umso wichtiger ist die richtige Verpflegung“, betont er. 15 Liter Getränke nimmt er unterwegs zu sich, alkoholfreies Bier, Elektrolyte, Cola, Wasser. Dazu auch feste Nahrung wie Salztangen, Brote mit Käse oder Suppe, Melone mit Salz.

Vorbei am Checkpoint Charlie und der Eastside Gallery bahnen sich die Läufer ihren Weg, immer auf der Spur der früheren Mauer und Grenze, die vielen DDR-

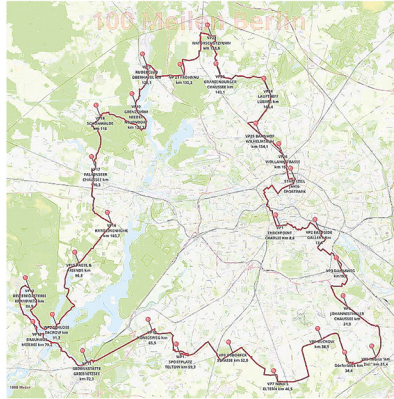


Geschafft in knapp unter 29 Stunden: Heinrich Dreier (rechts) mit seinem Wegbegleiter Michael Petry aus Lünen.

Bürgern das Leben gekostet hat. Potsdam und die Gliener Brücke sind weitere Stationen, ehe es Richtung Norden und dann zurück zum Prenzlauer Berg geht. „Unterswegs gab es drei Punkte, an denen wir Wechselrüstung deponieren konnten“, erzählt Dreier. Wichtig zum Beispiel für die Nacht, um mit Stirnlampe und reflektierender Kleidung ausgerüstet zu sein.

Am nächsten Vormittag kurz vor 11 Uhr ist Heinrich Dreier zurück im Sportpark und am Ziel seiner Träume: Finish nach 28:59,15 Stunden und insgesamt 240 000 Schritten – eine außergewöhnliche Leistung, was schon die Tatsache zeigt,

dass rund 30 Prozent der Starter aufgeben mussten. 162,4 Kilometer hat der 66-Jährige absolviert, fast vier Marathonläufe am Stück. Das erfüllt ihn zu recht mit Stolz, wobei der 100-Meilen-Lauf für ihn wahrscheinlich eine einmalige Sache bleiben wird. „Die gesamte Nacht durchzulaufen, das ist schon sehr hart“, erklärt der Coesfelder. „Da bleibe ich eher bei den 100 Kilometern, denn die lassen sich tagtäglich bewältigen.“ Dennoch: Dieses Erlebnis nimmt ihm niemand mehr – und Heinrich Dreier weiß es auch sehr wohl einzuschätzen: „Ich empfinde Glück und Demut, das in meinem Alter leisten zu können.“



100 Meilen, also rund 161 Kilometer rund um Berlin – diese Strecke absolvierte Heinrich Dreier beim Mauerlauf.

## Gedenken an die Maueroberer

Zum neunten Mal wurde der Berliner Mauerweg-Lauf durchgeführt, der an die Opfer der früheren innerdeutschen Grenze erinnern soll. „Er findet immer am Wochenende nach dem 13. August, dem Tag des Mauerbaus statt“, informiert Heinrich Dreier. Freigeschaltet wird das Anmeldeportal jeweils am 9. November um 17:59 Uhr – exakt dem Zeitpunkt, zu dem Günter Schabowski 1989 die Reisefreiheit für die DDR-Bürger angekündigt hat. Die Strecke führt in einer großen Runde über 100 Meilen (161 Kilometer) um das westliche Berlin,

weitgehend dem früheren Grenzerlauf folgend. Die gesamte Veranstaltung steht mit Stelen, Kränzen, Infotafeln und Gedenksteinen im Zeichen der Maueroberer, wobei jedes Jahr speziell einer Person gedacht wird. In diesem Jahr stand Dieter Berger im Mittelpunkt, der im Dezember 1963 im Alter von 24 Jahren an der Grenze erschossen wurde – obwohl er offenbar mit erhobenen Händen aus die Warnschüsse der Grenzposten reagiert hatte und möglicherweise aufgrund von Alkoholgehalt nur versehentlich ins Grenzgebiet geraten war.