

Wenn der Aufzug kaputt ist ...

... ruft man den Reparaturdienst. Nur wenn der nicht zeitnah hilft, geht man zu Fuß die Treppen hoch.

Wenn aber der Aufzug so wunderbar einladend funktioniert wie am Sonntag – steigt man die Treppen zum 29. Stock nur deshalb kalten Fußes hinauf, weil man unverschuldet fremdangemeldet worden ist zum **„9. Tower-Run im höchsten Wohnhaus Deutschlands“**.

Da haben sich die TuS Neuköllner vor Jahren was Feines einfallen lassen: Weil sich in ihrem platten (Platten-) Umfeld keine natürliche Erhebung findet, erklimmen sie im Winter zu Trainingszwecken regelmäßig die 465 steilen Stufen des Feuerwehr-Treppenaufgangs o. g. Wohnhauses in der Fritz-Erler-Allee 120. Präsentiert von der Ideal Wohnungsbau-genossenschaft und der SPD Berlin-Neukölln, richten die Tussis nun schon seit 2001 im regelmäßig vereisten Januar einen Wettkampf auf ihrer Paradestrecke aus.

So zieht das Ereignis mit medialer Bedeutung nicht nur Spitzenathleten und TV-Übertragungsteams aus Polen, eingeschworene Treppenlaufgruppen aus Münster, sondern auch ehemalige Marathon-Vizekreismeister aus Hennigsdorf sowie winterschlaferne Berliner Triathleten an.

Pünktlich um halb zehn steht der Mannschaftswagen des Hennigsdorfer Altmeisters vor der Tür und holt die beiden SCCer ab. Auf die vorsorglich vorab ersonnene Entschuldigung, den Start aufgrund in der Kälte verreckter Autobatterie versäumt zu haben, können wir also nicht mehr zurückgreifen.

Herrlichster Sonnenschein und – 10° C, ein Tag wie erfunden eigens für einen winterlichen Waldlauf. Stattdessen erwartet die Sportler ein trotz Sonne matschgrauer Parkplatz mit gleichfarbenen Autos und ein dunkles, kaltes, schmales Treppenhaus. Vor dem Eingang sowie im 29. Stock des Hauses haben die Damen und Herren der Volkspartei und Vertreter der Baugenossenschaft, allesamt mit Namensschildern bestückt, das Ereignis liebevoll vorbereitet: Heiß- und Kaltgetränke, Bananen, gestückelte Äpfel, heiße Würstchen. Ganz reizend.

Zehn Minuten vor dem Start versuchen einige der ohnehin nur 13 Frauen sich warm zu laufen, haben aber gegen die niedrigen Temperaturen in Verbindung mit fiesem Wind keine Chance. „Komm schnell, bevor die jetze hier wieda rumrennen“ eilen zwei Bewohner des Hauses zu Ihrem Auto und ergreifen die Flucht.

Pünktlich um 11 Uhr fällt der Startschuss, 13 steifgefrorene Frauen drehen die zwei Selektionsrunden auf dem Parkplatz und bestimmen die Reihenfolge des späteren Zieleinlaufs, bevor es an die Treppen geht.

Bevorzugte Technik: Mit der rechten Hand zieht man sich am Geländer empor, die linke drückt aufs Knie und unterstützt damit die Beine, immer zwei Stufen auf einmal wird gestiegen – laufen kann man das nicht nennen.

Kontrollure auf jeder Etage. An zwei Stellen sogar Videokontrolle – mit Übertragung nach unten, wo Glühwein trinkende Zuschauer die sich Quälenden beobachten können.

„Bist jetzt im 14.“ ruft mir ein Etagenkontrolleur zu. Äh? Schon? Der Puls steigt in ungeahnte Höhen, die Temperatur geht nicht mit.

Schneller als erwartet ist man oben. Der Weg war zu kurz, um auch nur ein bisschen warm zu werden, aber geappt wird nach den 5:52 mächtig. Immerhin, 5. Frau, 2. in der Ak. Die Gesamterste Dame gehörte übrigens ebenfalls zur Ak 40 und war zudem neuen Damen-Streckenrekord gelaufen.

Ein paar Minuten später starten die Männer. Was hier nicht bereits auf den 400 m Parkplatzlauf geregelt wird, lässt sich nachher kaum mehr ändern; es ist nahezu unmöglich, im schmalen Treppenhaus und ohne Geländerunterstützung zu überholen. Pech für den Treppen unerfahrenen Spitzentriathleten, der sich im wärmenden Windschatten des älteren Kollegen auf den Startrunden ein bisschen zu sehr ausruht.

Und so kommt es, dass Hennigsdorfs Meister nach kurz vor Jürgen und scheinbar ebenso kurz vor dem Zusammenbruch nach erstaunlich schnellen 4:48 das hohe Ziel erreicht. Jawoll, Manuel ist in persönlicher Bestzeit zum souveränen Ak-Sieger geworden. Fast zeitgleich kommt Jürgen ins Ziel, wirkt wenig angestrengt. Er versteht es, sich zu verstellen, der alte Angeber.

Fazit: Eine sehr nett organisierte und durchgeführte Veranstaltung mit etwa 60 Startern. Wer den relativ weiten Anfahrtsweg für die kurze, aber knackige Anstrengung nicht scheut, dem sei der Tower-Run empfohlen. Wichtig: Rutschfeste Handschuhe, sonst friert einem die Hand am Geländer fest.

Anette Braunert

