

Reykjavik Marathon 2013

Für unsere Reise nach Island haben wir uns der Fa. Reisezeit, Berlin angeschlossen, die bereits seit 20 Jahren Marathonreisen nach Island anbietet und äußerst umfangreiche Erfahrungen besitzt wie man trotz Marathonstress in kurzer Zeit einen möglichst guten Überblick über Land, Leute und Sehenswürdigkeiten gewinnt. Start der Reise war ein Flug von D´dorf nach Reykjavik am 22.08. Nach einer Stadtbesichtigung und der obligatorischen Marathonmesse am 23.08. fand der Marathon am Sa. den 24.08. statt. Vom 25.08. bis zum 27.08. hatten wir 3 spannende, sehr gut organisierte Ausflugstage in den südlichen und zentralen Teil Islands.

Der Hauptgrund nach Island zu reisen ist sicherlich nicht die Schönheit oder geschichtliche Vergangenheit der nördlichsten Hauptstadt der Welt, Reykjavik. Island hat eine einmalige Landschaft, die durch vulkanische Aktivität vor vergleichsweise jungen 16 Mio. Jahren sich aus dem Nordatlantik erhoben hat und durch Gletscherkräfte nachbearbeitet wurde. Quer durch die Insel verläuft eine Zone in der die atlantische auf die eurasische Platte trifft und infolge dessen neben zahlreichen Vulkanen auch andere geothermale Erscheinungen wie Geysire, heiße Quellen usw. zu finden sind. Auch Erdbeben stehen hier auf der Tagesordnung, 2008 gab es das letzte größere Beben mit einer Stärke von mehr als 6,0. Die letzte große vulkanische Aktivität war der Ausbruch des Eyjafjallajökull, der im Mai 2010 den Flugverkehr in fast ganz Europa über viele Tage lahmlegte.

Die Insel hat eine Größe vergleichbar der ehemaligen DDR (500km in Ost-West und 300km in Nord-Süd-Richtung) wobei 12% mit Gletscher bedeckt sind (der Vatnajökull ist weltweit der größte Gletscher) und der Rest fast ausnahmslos aus einer oft mit Moosen und Flechten überzogenen Gesteins- und Felswüste besteht. Auf den wenigen etwas fruchtbareren Böden tummeln sich ca. 80.000 Islandpferde und noch wesentlich mehr Schafe. Von den ca. 320.000 Einw. leben ca. 2/3 in und um die Hauptstadt Reykjavik, die im süd-westlichen Zipfel der Insel liegt.

Island wurde zuletzt bekannt durch die fatalen Folgen der Finanzkrise: Die lokalen Banken haben sich besonders intensiv an den Spekulationen beteiligt und verzockt, was die Bürger durch Abwertung der lokalen Währung auf brutalste Weise zu spüren bekamen. Die isländische Krone wurde über Nacht um mehr als die Hälfte abgewertet. Seit Mitte 2010 geht es in der Wirtschaft zwar wieder deutlich aufwärts was sich in der geringen Arbeitslosigkeit zeigt, der Lebensstandard des „normalen Isländers“ blieb jedoch auf Grund der deutlich gesunkenen Löhne nicht unverschont.

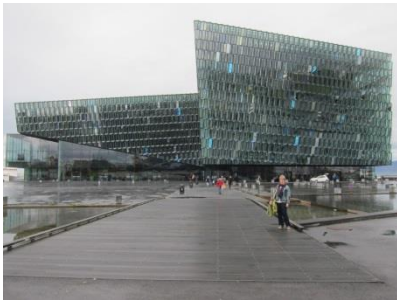
Der wichtigste Wirtschaftszweig ist die Fischerei gefolgt vom Tourismus. Energie (Strom und warmes Wasser zum Heizen) kommen quasi kostenlos und umweltfreundlich aus dem vulkanischen Boden bzw. werden über Wasserkraft zur Verfügung gestellt. Strom- und Heizkosten sind dadurch für die Bürger vernachlässigbar. Beleuchtete Gewächshäuser die äußerst blasse Tomaten und Gurken hervorbringen sowie beheizte Turn- und Schwimmhallen stehen in jedem Dorf mit mehr als 20 Einwohnern herum. Vielleicht ist das ein wichtiger Grund warum die Isländer in vielen Sportarten (z.B. Handball, Frauenfußball,...) trotz ihrer sehr geringen Einwohnerzahl so erfolgreich sind.

Auf den folgenden Seiten habe ich einmal versucht, die wichtigsten Attraktionen in Island in wenigen Bildern zusammen zu fassen. Neben der Hauptstadt Reykjavik sollte man unbedingt eine Tagestour zur Blauen Lagune, dem weltberühmten Bade-, Wellness- und Heilzentrum im Südosten der Insel, fünfzig Kilometer von Reykjavik entfernt, und die "Goldene Runde", eine Busfahrt zu nahegelegenen Sehenswürdigkeiten auf der Halbinsel Reykjanes, bestehend aus der entlegenen Bischofskirche, einem großen Wasserfall, der Kultstätte Þingvellir und einem Geysirfeld machen. Wir haben

zusätzlich noch einen Tag im Gletscherdreieck Fösmark (am 2010 ausgebrochenen Vulkan Eyjafjallajökull) mit einer sehr schönen Bergwanderung verbracht.



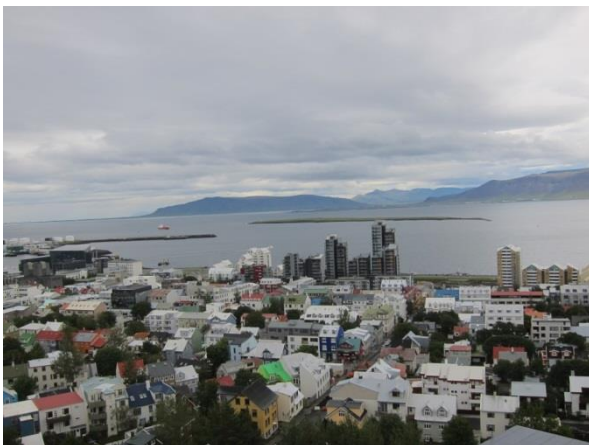
Wikinger haben Island im 9. Jahrhundert von Norwegen aus besiedelt. Der Isländer Leifr Errikson war um das Jahr 1000 (weit vor Columbus) der Europäer in Amerika. Bis ins 20. Jahrhundert haben zunächst die Norweger dann die Dänen Island „kolonisiert“. Erst 1944 wurde Island das erste mal unabhängig.



Das neue Kultur-/Konzertgebäude



Die Hallgrímskirkja von außen und Innen, die Orgelkonzerte sind sehr zu empfehlen



Reykjavik ist eine Hafenstadt mit vielen niedrigen Häusern und bunten Dächern, was insbesondere in der langen, dunklen Jahreszeit die Menschen aufmuntern soll.



Ein Denkmal das den denkwürdigen Beitrag Islands zur Finanzkrise darstellt



Faszinierende Architektur des neuen Kulturgebäudes



Baden in der „Blauen Lagune“ bei 38°C



Wandern entlang der spektakulären Küste der Halbinsel Reykjanes



Wandern entlang bizarrer Lavafelder und ...



vorbei an dampfenden schwefelriechenden Erdlöchern



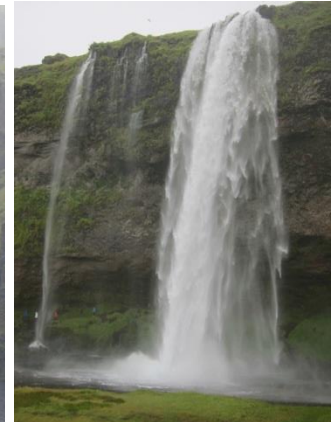
Brücke über den Spalt zwischen amerikanischer und eurasischer Platte. Bizarre, baumlose und nur von Moosen und Flechten bewachsene Landschaft.



Aschebedeckter Gletscher am Eyjafjallajökull



Panorama auf der Bergwanderung



Spektakulärer Wasserfall



Auf unserer Bergwanderung bei extrem wechselhaftem Wetter



Wanderung durch die Kontinentalspalte zur Kultstätte Þingvellir



„Ruhender“ Geysir



Aktiver Geysir



Gullfos Wasserfall



Reiten auf Islandpferden, eine wichtige Tourismusattraktion der Insel



... und noch ein Wasserfall

Doch jetzt zum Reykjavik-Marathon am Samstag, den 24. August, Start um 8:40 Uhr (der Marathonlauf findet immer am dritten Samstag im August statt). Die Veranstaltung ist mit seinen Unterdistancen die größte des Landes. Die Strecke ist sehr schön und zeigt (falls das Wetter es zulässt) sehr schöne Ausblicke über die Bucht und die Berge im Hinterland von Reykjavik. Leider hatten wir dieses Jahr während des Marathons dieses Glück nicht. Wer sich Ende August eine Woche oder zehn Tage in Island aufhält (wie die meisten Teilnehmer), der wird in aller Regel Bekanntschaft mit der wechselhaften Witterung machen. Häufig regnet es hier auch im Sommer, es blasen kräftige Winde bei Temperaturen meist zwischen 10 und 15°C.

Wir waren knapp 800 Marathonläufer und ca. 15 mal so viele Halb-, 10km- und 3km-Läufer, die zum Glück eine andere Startzeit hatten. Die Organisation und Verpflegung ist perfekt. Man kann vor dem Start sich in geheizten Räumen umkleiden und aufhalten, was auf Grund des nasskalten Wetters bei Temperaturen um 10 Grad sehr willkommen ist. Am Vortag gab es etwas außerhalb der Innenstadt in einer großen Sportanlage eine beachtliche Marathonmesse mit sehr schmackhafter Pasta-Party, bei der man so viel Nachschlag haben durfte wie man wollte. Der Marathonlauf selbst ist sehr flach (bis auf wenige Anstiege an Brückenaufgängen) aber sehr windanfällig. Zu Beginn des Laufs hat es leicht genieselt. Die Bedingungen waren ansonsten mit ca. 10°C optimal. Entsprechend war meine Zielzeit mit knapp 3:25h zufriedenstellend und besser als erwartet. Die Siegerzeit lag auf Grund der fehlenden monetären Anreize bei ca. 2:34h. Bei lediglich gut 300.000 Einwohnern und 800 Marathonteilnehmern beschränkt sich die Publikumsunterstützung natürlich hauptsächlich auf den Start-/Zielbereich.

Eine erste Besonderheit des Marathons ist die im Anschluß des Laufs kostenlos nutzbare umfangreiche Thermallandschaft Reykjaviks bei der man sich in bis zu 44°C warmen Gewässern und heißen Saunen optimal regenerieren kann.

Eine zweite sehr schöne Besonderheit an diesem Tag: Abends fand das größte Kulturfest des Landes in Reykjavik statt, zu dem 200.000 Besucher erwartet wurden, also zwei Drittel aller Einwohner Islands. Es fanden viele Musikveranstaltungen, Lesungen und Liveakts statt. Die meisten Veranstaltungen waren kostenlos und es wurden wirklich tolle kulturelle Genüsse geboten. Wir haben neben einem großen

Rockkonzert vor mehreren tausend Zuhörern auch Livebands in verschiedenen Kneipen sowie ein Chorkonzert in einer Kirche genießen dürfen. Zum Abschluß gab es gegen Mitternacht ein großes Feuerwerk über dem Hafen von Reykjavik.



Marathonmesse und Abholen der Startunterlagen



Start-Zielbereich in der Innenstadt



An der Laufstrecke bei km 10



Im Ziel zusammen mit Jens aus dem Hunsrück und einem Schweizer Lauffreund



Großer Andrang in der Haupteinkaufsmeile



In den Bars und Kneipen herrschte beste Stimmung zum Kulturfest