

# Inhaltsverzeichnis:

## Ankommen ist alles

<i>Gunter Gabriel:</i> Das Ding läuft - es gibt kein Halten mehr .....	7
<i>Fritz Blieffert:</i> Plötzlich wurde ich zum Zombie .....	13
<i>Hans-Peter Damitz:</i> Jürgen aus Leipzig und die eheliche Opposition .....	19
<i>Gesine Stempel:</i> Mein Sieg ohne Krieg .....	25
<i>Dietmar Czapalla:</i> Mein Traumlauf am Bodensee .....	29
<i>Sabine von der Lühe:</i> Die Angst vor dem Versagen .....	33
<i>Cornelia Schötz:</i> Hoffentlich kriege ich keine Seitenstiche .....	37
<i>Jörg Runge:</i> Köln? Ich bin dabei! .....	41
<i>Franz Lämmlein:</i> Akku leer im Flutlicht .....	47
<i>Brigitte Schneider:</i> Hallo, wo bist du, Runners High?! .....	51
<i>Jürgen Fernholz:</i> Die Beine liefen wie von selbst .....	55
<i>Willi Edrich:</i> Wie ein Indianer im Pfälzerwald .....	59
<i>Helga Tollknäpper:</i> Als Schlußlicht unterwegs .....	63

## Sight-Seeing-Tour

<i>Marion Wandtke:</i> Das Gesicht einer Stadt voller Läufer .....	65
<i>Sebastian Ackermann:</i> Ein noch nie dagewesenes Gefühl von Sympathie ..	69
<i>Karsten Wranik:</i> Wasserwerfer nur für Läufer .....	73
<i>Thomas Braun:</i> Ich wollte meinen Vater überraschen .....	75
<i>Hans-Jürgen Suchowski:</i> Trügerisches Idyll Dülmen .....	81

## Ganz schön schnell

<i>Rudi Holzberger:</i> Ich kam von unten .....	85
<i>Ulrich Rötzheim:</i> Der wärmste 22. Oktober aller Zeiten .....	91
<i>Frank Martin Krauss:</i> Bei km 32 kam die Frau mit dem Hammer .....	95
<i>Manfred Steffny:</i> Ich wollte die Nr. 1 sein .....	99
<i>Emil Zatopek:</i> Das dritte Gold lag auf der Straße .....	105

### **Lang, lang ist's her**

<i>Gustav Paul Grefe: Marathon vor 70 Jahren .....</i>	111
<i>Arthur Lambert: Debüt mit 79 Jahren .....</i>	115
<i>Helmut Hof: Nachkriegslauf .....</i>	125
<i>Josef Vossen: Pionier im Schwarzwald .....</i>	127

### **Na so was**

<i>Marianne Schulte: In vier Stunden den Krebs besiegt .....</i>	133
<i>Stefan Schacht: In der U-Bahn starteten sie auf meinen Kleiderbeutel .....</i>	135
<i>Fritz Linke: Tags darauf das Ganze noch einmal .....</i>	143
<i>Roland König: Schmerzhaft und schön wie eine Geburt .....</i>	147
<i>Roswitha Müller: Für mich unvorstellbar .....</i>	153
<i>Klaus Jan Krüger: Wieviel Schlaf braucht der Marathonläufer? .....</i>	157
<i>Bernd Schwane: Ich sprang nur für den Bruder ein .....</i>	161
<i>Udo Möller: Der zweite war mein erster .....</i>	165

### **Vor- und nachgeföhlt**

<i>Thersippos: Nein, tot zusammengebrochen bin ich nicht .....</i>	169
<i>Autoren-Register .....</i>	172