

# Inhalt

## **Thomas und Petra gewinnen 04/05**

Warum nicht immer die Schnellsten ganz vorne landen

## **Immer schön langsam 06/07**

Von einem, der es nicht eilig hat

## **Zwei Stöcke, ein Ziel 08/09**

Walker beweisen Stehvermögen

## **Viele Väter einer guten Idee 10/11**

Wie und warum man einen Marathon erfindet

## **Marathon schult Krisenfestigkeit 12/13**

Die Überwindung des Aufgebenwollens

## **Ein Klavier, ein Klavier! 14/15**

Erst spielte er, jetzt rennt er mit

## **Das liebe Geld 16/17**

Wohin die Startgebühren fließen

## **Der Marathon des Fotografen 18/19**

Abenteuer, während die Zeit davonläuft

## **Kondition trifft Konfirmation 20/21**

Einst kamen sich Lauf und Kirche in die Quere

## **Unten ohne auf der Strecke 22/23**

Barfußläufer Ulrich Schütz liebt es hautnah

## **Vergessene Berge 24/25**

Kleiner Exkurs zu den verschwiegenen Anstiegen

## **Das Auf und Ab im Detail 26/27**

Höhenprofile der Marathonstrecken

## **Die Platte rennt 28/29**

Elvis und Co. kommen prima an

## **Marathon schult Geduld 30/31**

Die Bodenständigkeit des Langstreckenlaufens

## **Fixe Kirchgänger 32/33**

Laufende Pfarrer vertrauen auf den Herrn

## **Heißes Rennen 34/35**

Legendäre Hitzeschlachten beim Trollinger-Marathon

## **Starke Teams 36/37**

Großer Sportsgeist in großen Mannschaften

## **Der Marathon-Trollinger 38/39**

Ein ganz besonderes Tröpfchen

## **Mein erster Marathon 40/41**

Der Passionsweg des Helmut Buchholz

## **Mit Musik geht alles besser 42/43**

Bands und Kapellen machen müden Läufern Beine

## **Aus vollem Halse 44/45**

Ein Hoch auf die Zehntausenden am Rand

## **Von 0 auf 21 46/47**

Ein Experiment für Sofa-Abnutzer und Laufnovizen

**Wer nicht hören will... 48/49**

Schlaue Slogans für Fans und Marathoniken

**Verliebt, verschwitzt, verheiratet 50/51**

Wenn das Brautpaar den Gästen davonläuft

**Die Einsamkeit des Langstreckenläufers 52/53**

Erinnerungen im Schnelldurchlauf

**Wenn das Alphorn erklingt 54/55**

Wolfgang Meerwart steht auf ungewöhnliche Töne

**Mittendrin, nicht nur dabei 56/57**

Die Handwerker und ihre internationalen Meisterschaften

**Die schnellsten Kellner 58/59**

Wie man Rennenden Getränke serviert

**Marathon schult Mut 60/61**

Vom Umgang mit der Ungewissheit

**Auf schwierigem Posten 62/63**

Eine Laufstrecke will gut bewacht sein

**Marathonmedizin 64/65**

Wer rennt, ist für sich verantwortlich

**Adlige Athletin 66/67**

Wo auch die Weinkönigin zu Fuß rennt

**Sich ändern und sich treu bleiben 68/69**

Entschärft, aber vertraut: die Strecke

**Der Herr der Chips 70/71**

Sportchef Gustav Jenne hat Fingerspitzengefühl

**Wickis Garderobe 72/73**

Hans Jürgen Wilke passt auf das Läufergepäck auf

**Streckenweise Kurioses 74/75**

Als unterwegs die Schranke herunterging

**Nervenprobe 76/77**

Kontroverse über eine viel kritisierte Marathonpassage

**Wein-Doping, gratis 78/79**

Martin Haug hat es ausprobiert

**Eigenwillige Sieger 80/81**

Einer, der vor der Ziellinie bremste

**Mein Krampf 82/83**

Zehn Marathonstarts mit muskulären Hindernissen

**Ganz hinten wird es einsam 84/85**

Kurt Gaub fährt das Schlussfahrzeug

**Die andere Seite der Medaille 86/87**

Vom feierlichen Akt des Verleihens

**Eine Art Paradies 88/89**

Huldigung an den Rasen im Ziel

**Zahlen und Fakten 90/91**

Auf einen Blick: Interessantes von A bis Z

**Zahlen und Fakten 92/93**

Die Sieger von 2001 bis 2010

**Die Autoren 94/95**

Laufen und Schreiben vereint