

Sport / Laufen



Marathon

Von der Bierwette zum schnellsten Marathondebüt

11. Mai 2022 um 11:44 Uhr | Lesedauer: 3 Minuten



Yannik Erz von der LG Bernkastel-Wittlich lief als Zweitplatzierte in Sankt Wendel in 2:34:26 Stunden seinen ersten Marathon so schnell, wie noch kein Läufer aus dem Kreis Bernkastel-Wittlich vor ihm. Foto: Holger Teusch

Morscheid-Riedenburg. Yannik Erz aus Morscheid-Riedenburg belegte beim Marathon in Sankt Wendel den zweiten Platz. So schnell wie der 26-Jährige mit 2.34:26 Stunden war noch kein Läufer aus dem Kreis Bernkastel-Wittlich bei seinem ersten Start über 42,195 Kilometer.

Von Holger Teusch

Dass er nicht spontan ist, kann man über Yannik Erz nicht sagen. Als ihm Mitte April Marathonläufer Markus Wolff während eines gemeinsamen Trainings vom Rennen in Sankt Wendel erzählte, war der 26-Jährige aus Morscheid-Riedenburg schnell Feuer und Flamme. Vier Wochen vor seinem ersten 42,195-Kilometer-Lauf begann er mit dem speziellen Training. Normalerweise wird mindestens die dreifache Zeit veranschlagt. Erz absolvierte eine Marathon-Vorbereitung im Schnelldurchlauf. „In einer Woche hatte ich 180 Kilometer und innerhalb von zwei Wochen 300“, erzählt er von der intensivsten Trainingsphase. Drei Läufe von mehr als 30 Kilometer reichten ihm aber, um in Sankt Wendel das schnellste Marathon-Debüt eines Läufers aus dem Kreis Bernkastel-Wittlich hinzulegen. Mit 2:34:26 Stunden war Erz exakt eine Minute schneller, als Michael Adamietz 1998 bei der Marathon-DM in Frankfurt. Einer von Erz' langen Läufen war dabei ein ganz Besonderer: Ende April nahm er am Zehn-Kilometer-Rennen in Hermeskeil teil. Sehr erfolgreich: In 32:35 Minuten belegte er den dritten Platz. Vorher war er bereits 24 Kilometer (in einem Kilometer-Schnitt von 3:48 Minuten) gelaufen. Irgendwie musste er ja noch (zusammen mit etwas Auslaufen) seine 35 Kilometer für die Marathonvorbereitung zusammenbekommen.

Spontan entschied sich Yannik Erz' nicht nur für seinen ersten Marathon, sondern auch für seinen ersten Laufwettkampf überhaupt. Auf eine feucht-fröhliche Wette nach einem Fußballspiel hin nahm der damals 21-Jährige 2017 am Veldenzer Frühlingslauf teil - und siegte auf Anhieb. Er hatte Blut geleckert und meldete sich für den Mainzer Halbmarathon wenige Wochen später an. Fünf Jahre und einen Tag vor seinem Marathondebüt lief Erz in der Landeshauptstadt sein erstes 21,1-Kilometer-Rennen in 1:27:51 Stunden.

„Daraufhin kam Thomas Koch auf mich zu und wir haben zusammen trainiert“, erzählt der gelernte Schlosser. Sonntagmorgens um sieben Uhr drehte Erz fortan mit dem ehemaligen 5000-Meter-Rheinlandmeister aus Morbach und dem ehemaligen Berglauf-Nationalkaderathleten Steffen Uebel aus Birkenfeld seine Runden. „Im Winter, wenn es morgens noch dunkel war, mit Stirnlampe. Wenn man ein Mädel hat, muss man das erst mal erklären, dass man samstagsabends früh ins Bett muss“, sagt Erz lachend.

Koch, als zweiter Vorsitzender der LG Bernkastel-Wittlich lotste Erz über den Stammverein TV Morbach in die Startgemeinschaft fast aller Leichtathleten des Landkreises. Mit großem

Erfolg: 2019 wurde Erz Bezirks- und dann sogar Rheinlandmeister auf der Crosslauf-Langdistanz. Ein Jahr später führte er kurz vor dem ersten Corona-Lockdown das LG-Team zum Landesmeistertitel im Geländelauf.

Mit dem Erfolg beim Marathon in Sankt Wendel hat sich Erz' Trainingsaufwand von acht bis zehn Stunden in Laufschuhen pro Woche endlich richtig ausgezahlt. Zuweilen eilte ihm der Ruf des Trainingsweltmeisters voraus, der seine acht bis zehn Laufstunden pro Woche oft nicht in entsprechende Resultate und Zeiten bei Wettkämpfen umsetzen könne. Dieser Bann scheint gebrochen. 2021 blieb er über zehn Kilometer erstmals unter 33 Minuten und beim Schweicher Fährturmlauf Ende März kratzte er mit 32:11 Minuten an einer 31-Minuten-Zeit.

Sich über 5000 Meter und zehn Kilometer verbessern, sind für Yannik Erz nun weitere Ziele im Jahresverlauf. Und natürlich sein Maschinenbau-Studium an der Hochschule Trier vorantreiben. „Ein Traum wäre eine Zeit unter 15 Minuten über fünf Kilometer“, erzählt er. Und Marathon werde er wieder laufen. „Emotional ist das absolut krass“, sagt Erz. „Die letzte sieben Kilometer waren eine Qual, aber die Ziellinie zu überqueren ist genial.“ Wenn er sich das nächste Mal an den Start eines 42,195-Kilometer-Rennens stellt, dann mit mehr als nur vier Wochen Vorbereitungszeit. Vielleicht ist Erz dann derjenige, der den seit 1984 bestehenden Marathon-Kreisrekord endlich verbessert. Vor fast 40 Jahren lief Johannes Kerpen aus Bernkastel-Wehlen 2:27:04 Stunden über die klassische Distanz.

alle Ergebnisse Marathon Sankt Wendel