

„An der Nordseeküste, am plattdeutschen Strand...“

...liefen im Juni 2017 Oli und Oli, Birgit und Ralf durch Dünen und Sand.

Der EWE-Nordseelauf 2017 zu viert und mit Filo, dem rollenden Hotel.

15. Juni 2017-Abreisetag:

Nach ausgiebigem Frühstück bei Andrea und Oliver starten wir ca. 9:30 Uhr mit Zwischenstopp in Weilersbach wegen verlegtem Geldbeutel und Papieren von Ralf. Unser Ziel ist Horumersiel in Ostfriesland.

Filo, unser gemietetes Wohnmobil fährt sich gut.



Oli nimmt's sportlich. So kommen wir flott voran. Bei Oldenburg gibt's eine kräftige Wagenwäsche (Gewitter). Ankunft in Horumersiel ca. 19:00 Uhr am Yachthafen. Hübsch windig hier. Nach einer Spielerunde kriechen wir spät in die Kojen.

16. Juni 2017-Eingewöhnung:



6:28 Uhr: Die Olis gähnen. So früh sind Birgit und Ralf schon auf. Ansonsten haben wir in der ungewohnten Umgebung ganz gut geschlafen. Nach Frühstück Deichspaziergang nach Schillig.



Einkaufen, über das örtliche Sielfest tingeln und wieder Spielenachmittag. Immer noch steife Brise. Sind beim Einleben in das Camperdasein. Freuen uns langsam aufs Laufen.

17. Juni 2017-Eröffnungsetappe „Jubiläums-Strandlauf“ in Horumersiel:

Streckendaten: 10 Kilometer, davon 2,5 Kilometer am Strand entlang. Startzeit 17:00 Uhr an der Friesland-Therme. Sonne und Wind.

Heute geht's endlich los. Um 6:42 Uhr sind wir schon alle munter. Kurz nach 7:00 Uhr steht das Frühstück vor dem Womo. Zum Missfallen von „PW 80“, dem selbsternannten Stellplatz-Sheriff.

Heute ist auch noch Horumersiel-Regatta. Schauen bei den Startvorbereitungen auf den Segelbooten zu. Ist auch ganz spannend.



Kurz vor 17:00 Uhr gemeinsames Aufwärmen und Tourhymne „An der Nordseeküste...“.
17:00 Uhr Startschuss, Strecke am Anfang gepflastert. Ab der Wende wird es hart:
Sandstrand, Zaun quer über die Strecken und Sandburgen, -löcher als Spezialhindernisse.
Ganz neue und harte Herausforderungen.



Aber insgesamt ein toller Auftakt bei strahlender Sonne. Am Abend in der Ortsmitte sehr lustige und stimmungsvolle Siegerehrung. Danach mit Vollgas nach Neßmersiel. Gute Nacht.

18. Juni 2017- „Dornröschen-Lauf“ oder „Vier Bayern auf Baltrum“:

Streckendaten: 10,6 Kilometer, gepflastert und ungepflastert durch die Dünen, Startzeit 13:00 Uhr auf dem Dorfplatz von Baltrum

Weckzeit 5:45 Uhr mit Olis Einverständnis, denn die Fähre geht um 7:35 Uhr nach Baltrum ab. Schönstes Ausflugswetter. Die Sonne lacht. Auf Baltrum erst mal an den Strand.

13:00 Uhr Startschuss und wir im Dirndl-/Trachtenoutfit voll dabei. Für unser Dress bekommen wir Extra-Applaus.



Irre heiß und Rückenwind, Karnickellöcher, Dünen. Ganz schön anstrengend, aber auch schön.



Zur Regeneration eine schöne Portion Eis. Bei der Tombola gewinnt Birgit eine Baltrum-Überraschungstasche. Und dann noch mal Glück: Wir kriegen eine frühere Fähre und können so entspannt zum nächsten Etappenort Greetsiel aufbrechen.

19. Juni 2017 – „Greetsieler Leuchtturmlauf“

Streckendaten: 10,8 Kilometer, überwiegend asphaltiert oder gepflastert, hinter und vor dem Deich, Startzeit 18:00 Uhr vor der Gesundheitsoase Greetsiel

Lange Nacht. Aufstehen erst um 7:28 Uhr, die Olis sind glücklich. Beim Brötchenholen festgestellt: Greetsiel ist wirklich hübsch mit Windmühlen, Hafen, alten Backsteinhäusern.

Friesland zeigt sich weiter von der tropischen Seite: Sonne satt, fast 30 Grad. Mit Powernapping die Vorbereitung auf den Lauf gestartet.

Am Startpunkt in der Ortsmitte treffen wir auch auf Marianne, die bei dieser Etappe dabei ist.



„An der Nordseeküste...“ – Startschuss – Los zum Pilsumer Leuchtturm.



Wind und Hitze machen zu schaffen. Die schöne Strecke am und auf dem Deich entschädigt für die Anstrengung.



Gemischte Dusche in der Greetsieler Gesundheitsoase.

Wieder ein schöner Tag. Abfahrt nach Dornumersiel, wo wir uns etwas Trouble mit der Campingplatzaufsicht einhandeln (nach 22:00 Uhr auf den Platz gerumpelt). Alles geklärt, noch mal umgeparkt. Es ist spät geworden-Gute Nacht.

20. Juni 2017 – „Dornumersiel Deichroute“

Streckendaten: 11,7 Kilometer, auf befestigten Wegen, auf und hinter dem Deich, Startzeit 18:00 Uhr auf der Drachenwiese direkt am Campingplatz

Wir haben auf dem Campingplatz eine schöne Ecke direkt am Strand und mit kurzem Weg zum Start auf der Drachenwiese ergattert. Moni und Micha kommen am Nachmittag zu Besuch und zum Anfeuern. Ziemlich windig von der See her. Es ist kühler als in den letzten Tagen. Die Strecke gibt wenig her: Auf dem Deich hin und an der Straße zurück. Oli F. vorne weg, dann Vater und Sohn, Birgit nicht weit dahinter.

Der Kracher kommt dann bei der Tomboola. Oli F. gewinnt den heutigen Hauptpreis: Zwei Übernachtungen für zwei Personen in der Ferienwohnung des Tourarztes in Dornum. Jubelschreie, Umarmungen, Feierstimmung.



Mit Kerstin und Uwe (unsere neuen Lauffreunde, auch mit dem Womo unterwegs) zusammen den Preis mit Küstennebel und Bier begossen. Andrea freut sich daheim mit (WhatsApp sei Dank).

Gott sei Dank ist morgen Pausentag. Wir merken langsam die vier Etappen (oder den Küstennebel?!)

21. Juni 2017 – Pausentag:

Ruhetag! Nach ausgiebigem Frühstück und Plausch mit unseren Wolfsburger Platznachbarn ohne Stress zusammenpacken. Um 11:00 Uhr los nach Neuharlingersiel. Weil wir die Zufahrt zum Stellplatz am Fähranleger verpassen, drehen wir mit Filo eine Ortsrunde extra. Prima Platzauswahl, nur 50 Meter vom Fähranleger weg (morgen geht's rüber nach Spiekeroog)

und nur ein paar hundert Meter in den Ort mit seinem malerischen Fischerhafen.
Nachmittags Fototour (Oli F.)

oder Strand und Buddelschiffmuseum (Familie G.).



Das kleine Museum ist echt sehenswert und Neuharlingersiel ist ein hübsches Küstendorf.

Kniffelturnierwertung nach 12 Spielen:

Birgit 2974 Punkte, Oli F. 2851 Punkte, Ralf 2752 Punkte, Oli G. 2729 Punkte.

Irgendwas hat heute gefehlt. Oli F. spielt das „Eisbärenlied“ und wir stimmen „An der Nordseeküste...“ an. Tourfeeling halt.

22. Juni 2017 – „Spiekerooger Dünenlauf“

Streckendaten: 12 Kilometer auf zwei Runden, befestigte Wege durch die Dünenlandschaft, Startzeit 14:00 Uhr am Kurzentrum

Düster drohen Wolken über Spiekeroog. Oh weh, hoffentlich ist uns der Wettergott hold und der Wind bläst die Wolken weg.

Heute sind Moni und Micha dabei. Kurz vor 11:00 Uhr treffen wir uns an der Fähre. Viel Wind auf der Überfahrt kann uns die Laune nicht verderben. Die Wolken reißen auf!



Spiekeroog lädt zum Urlaub machen ein. Gemütliche Atmosphäre, hübsche Häuser, abwechslungsreiche Dünenlandschaft. Wir sind aber zum Laufen hier. 2 x 6 Kilometer auf befestigten Wegen. Warm, ein ständiges Auf und Ab, Wind mal von vorn, mal von hinten. Ganz schön hart. Wir merken doch die vorherigen Läufe.







Der Wettergott ärgert uns doch noch. Zur Siegerehrung unter freiem Himmel zieht ein Gewitter auf. Ehrungen und Tombola werden im Eiltempo durchgezogen, bevor alles in die Nordsee geweht wird. Auf der Fähre zurück an die Küste Heinz kennengelernt: Über 80 Jahre alt, rennt mit Clogs, reist mit eigenem Wohnwagen und kommt aus Schweinfurt (Frankenconnection).

Abends wird mal groß ausgegangen. Leckere Pizza, Gyros, überbackenen Schafskäse und Kalte Getränke mit Moni und Micha bis die Wirte uns sehr höflich vor die Tür setzen. Ein würdiger Etappenabschluss.



Unruhige Nacht. „Lebhafter Wind“ rüttelt unseren Filo und damit auch uns durch.

23. Juni 2017 – „Watt'n Strand-Lauf“ – Otterndorf

Streckendaten: 10,6 Kilometer auf zwei Runden, befestigte Wege bzw. Asphalt, auch ein Stück entlang des Elbefahrwassers. Startzeit 18:00 Uhr

Unser „lebhafter Wind“ hat in anderen Teilen Niedersachsen zu echten Sturmschäden geführt, wie wir aus dem Radio hören. Erst mal rund 150 Kilometer rund um Wilhelmshaven und den Jadebusen nach Otterndorf gebrummt. Hier ist auch unser Campingplatz nicht verschont geblieben. Sind aber komfortabel untergebracht, direkt in der Nähe des Starts hinter dem Elbdeich. Zwischendurch regnet es. Wir machen uns auf ein nasses und windiges Rennen gefasst. Doch wir haben wieder einmal Wetterglück. Zum Start ist es trocken und das bleibt so, bis wir im Ziel sind.

Sehr schöne Strecke rund um den Campingplatz, Badeseen und am Elbeufer entlang. Teilweise wie in einem Park mit sehr viel Grün.





Bei der Tombola hat diesmal Oli G. Glück und gewinnt eine Otterndorfer Überraschungstasche mit Otter, rosa Einkaufstasche, grüner Sonnenbrille und Otterndorf-Aufkleber. Brille steht Oliver gut.



Müdigkeit macht sich breit. Nach einer Runde „Küstennebel“ gehen wir heute früher ins Bett. Morgen ist Finale in Bremerhaven.

24. Juni 2017 – „Havenwelten-Lauf“ – Bremerhaven

Streckendaten: 10,6 Kilometer entlang der Havenwelten Bremerhaven, alles gepflastert, asphaltiert. Startzeit: 15:00 Uhr.

Nach dem Frühstück gemütliches Zusammenpacken. Bis Bremerhaven ist es nicht weit. Dort werfen wir direkt in den Havenwelten unterhalb vom Zoo am Meer Anker. Rechts futuristische Architektur, vor uns im alten Hafenbecken historische Schiffe und links, kaum 500 Meter weg, der Startpunkt der Schlussetappe am alten Lloyds-Dock. Kurzes Sightseeing und dann zurück zum Womo. Prompt fängt es an, heftig zu regnen. Dazu der weiterhin sehr lebhaft Wind lassen wieder Schlimmes ahnen.

Doch der Wettergott ist anscheinend auch ein wenig Läufer: Der Regen geht, aber der Wind bleibt.



Und der macht uns auf den zwei Runden auf und vor dem Deich der Havenwelten ordentlich zu schaffen. Abgesehen davon ist das hier aber ein abwechslungsreicher und für das Auge schöner Kurs mit Meerblick und Hafenfeeling.





Ziellinie in Sicht, über die letzte Brücke. Das war's, der Nordseelauf 2017 ist fast zu Ende.



Bleibt noch die Siegerehrung mit Nennung aller AK-Ersten in der Tourwertung. Oliver der Jüngere, ist dabei.





Alles wieder unter freiem Himmel, windumtost mit Sonnenschein und ziemlich emotional. Schon kommt etwas Wehmut auf, weil diese tolle Zeit so schnell vergangen ist.

Schon überlegen wir, wann wir wieder kommen können, denn „An der Nordseeküste...“ hat’s uns super gefallen.

25. Juni 2017 – Rückreisetag

Gestern sind wir noch ein Stück Richtung Heimat gefahren. Die Übernachtung auf der Autobahnraststätte war nicht so der Hit. Dafür fahren wir heute nicht mehr ganz so lange. Man macht halt so seine Erfahrungen.

Oli F. übernimmt das Steuer und lässt es bis Forchheim nicht mehr los. So kommen wir zügig vorwärts und sind schon gegen 16:00 Uhr daheim. Bleibt noch Zeit, Filo wieder auszuräumen. Bei den Ganschows gibt’s noch einen „Küstennebel“ zum Abschluss unserer

gemeinsamen Tour, die wir sicher nicht vergessen werden. Oli hat mit seiner Andrea sicher auch ordentlich gefeiert.

Und hier für die Statistiker und Ergebnisfreaks:

- Gesamtdistanz: 76,3 Kilometer
- Platzierungen Gesamtwertung:

Platz AK	SNR	Name	Gesamt-Zeit
<u>Männer</u>			
1.	97	GANSCHOW Oliver	05:58:59
<u>M45</u>			
9.	295	FAUST Oliver	06:01:32
<u>M50</u>			
11.	96	GANSCHOW Ralf	06:20:30
<u>W45</u>			
7.	95	GANSCHOW Birgit	06:55:44

Erlebt, getextet und bebildert von Birgit, Ralf, Oliver und Oliver