



Rund um den großen und kleinen Müggelsee Berlins größter Landschafts-Halbmarathon

Wenn das Wasser des Müggelsees Ende Oktober nur noch um die zwölf Grad warm ist, schwindet die Lust in die Fluten reinzuspringen. Da mag es noch so verheißungsvoll in der Sonne glitzern. Dafür steigt die Lust auf eine läuferische Umrundung, denn dieser größte Berliner See hat sowohl die perfekte Größe, als auch eine idyllische Umgebung: Eine Seerunde inklusive zweier Schlenker – einen durch Rahnsdorf, den anderen durch das Waldgebiet Müggelheims – ergibt die abwechslungsreichsten 21,0975 Kilometer, die ein Läufer sich nur wünschen kann: Malerische Uferpfade und lauschige Waldpassagen wechseln sich mit Straßenwegen ab. Mal führt die Laufstrecke über die Spree – wie zum Beispiel über der Triglawbrücke, die nur einen Sprung vom Dämeritzsee entfernt

ist – mal unter der Spree hindurch, mittenmang durch den Spreetunnel Friedrichshagen. Dieser Tunnel ist das i-Tüpfelchen, erstens weil die Treppen für eine muskuläre Belebung sorgen, und zweitens, weil sich an den Tunneleingängen gefühlt ganz Friedrichshagen zum Anfeuern versammelt.

Jetzt fahrt wir übern See, übern See ...

Abgesehen von der attraktiven Runde und der goldenen Herbstromantik bietet diese Laufveranstaltung auch eine hervorragende Organisation. Ein Highlight ist die Schiffstour mit der Reederei Kutzker: Läuferinnen und Läufer können bei der Anfahrt kostenlos vom Anleger Friedrichshagen direkt zum Anleger

des Hotels Müggelseeperle schippern, wo sich Start und Ziel befinden. Da das Startgebiet am südlichen Seeufer für viele Berliner schwer erreichbar ist, ist diese Dampferfahrt eine wundervolle Idee! Wer dieses Angebot nutzt, kann den Seewind genießen und in Ruhe wachwerden, bevor es in die Startlöcher geht.

Nach der Startprozedur, wenn sich alle Wettkämpfer aus dem Staub gemacht haben, können ihre Freunde und Verwandte für wenig Geld eine Überfahrt mit demselben Schiff buchen. Und so ihre Läufer am entgegengesetzten Müggelsee- ufer empfangen.

Die gesamte Durchführung der Veranstaltung ist sehr angenehm und läuferfreundlich, von der Startnummernausgabe, die auch schon am Vortag angeboten wird, bis zur Siegerehrung. Zu bemängeln sind lediglich Kleinigkeiten. So könnten die Getränkestände entlang der Strecke etwas besser verteilt sein. Es gibt eine fast sieben Kilometer lange Passage ohne Wasserversorgung, dafür ist der letzte Stand schon recht nah am Ziel. Bei der diesjährigen Austragung war der Durst der Läufer nicht so dramatisch, weil ein eher wolkiger Vormittag und eine Lufttemperatur um 13°C nun einmal nicht so schweißtreibend sind. Wäre die Sonne aber mehr herausgeprescht, hätte sich das vor allem für die Langsameren negativ ausgewirkt. Wer für sieben Kilometer fast eine Stunde braucht, bekommt dann eben fast eine Stunde lang nichts zu trinken.

Mehr Wasser als erwünscht erhielt hingegen die Wiese des Hotelgeländes, auf der sich die Startvor- und Nachbereitung abspielte. Sie war überraschend matschig, obwohl es nicht geregnet hatte. Des Rätsels Lösung: Als die Organisatoren am frühen Morgen im Dunkeln als Erste eintrafen, fanden sie eine computergesteuerte Bewässerungsanlage vor, die fröhlich in Betrieb war.

Eine Perle unter den Berliner Läufen

Auch nach dem Abstellen der Überschwemmung blieb die fröhliche Betriebsamkeit erhalten: Der Lauf war ausgebucht, das Gelände hinter der „Müggelseeperle“ voller Menschenströme.



Zunächst durften die Halbmarathonis die Wiese betreten, dann erst die 5- und 10-Kilometer-Läufer, die später starteten. Dieses Jahr gab es einen Finisherrekord: 1.815 Menschen absolvierten die 21,0975 Kilometer, 440 den Zehner und 231 den Fünfer. Zusammengenommen 2.486,

das waren zirka 400 Zieleinläufer mehr als im Vorjahr. Erfreulicherweise ist titelgebende Distanz hier tatsächlich die beliebteste Distanz. Unter den Berlinern Halbmarathons rangiert der Müggelsee-Halbe übrigens an vierter Stelle (siehe Tabelle), wobei die ersten drei reine Straßenläufe sind und der große Berliner Halbmarathon im Grunde eine Liga für sich ist. Kann der wunderschöne Lauf rund um den Müggelsee angesichts der riesigen Nachfrage noch weiterwachsen? Der Hautorganisator und Begründer der Veranstaltung Wolfgang Weising würde bestimmt noch mehr Teilnehmer zulassen, aber der Platz auf dem Startgelände scheint vorerst limitiert.

Und wer hat gewonnen?

Die Sieger heißen Sergei Mikhailenko und Isabelle Watson, die in 1:15:03 beziehungsweise 1:32:37 Stunden im Ziel waren. Zu den prominentesten Läufern gehörte Mark Milde, der Renndirektor des Berlin-Marathon, der mit seinen Kindern die Veranstaltung beeehrte. Auch der rbb ließ sich nicht lumpen, schickte ein Kamerateam und berichtete in der Sendung „UM6“ und in der Abendschau.

Die 19. Austragung des Müggelsee-Halbmarathons ist für den 19. Oktober 2025 vorgesehen, die Anmeldung bereits geöffnet.



Wer nicht solange warten möchte: am 23. März 2025 gibt es mit „Rund um den Müggelturm“ einen weiteren Landschafts-Halbmarathon, der durch den Köpenicker Forst führt. Und im Juli, wenn die Wassertemperatur des Müggelsees wieder auf über 20 Grad Celsius steigt, findet hier noch eine reizvolle Sportveranstaltung statt, das Internationale Müggelseeschwimmen: 3,5 Kilometer quer über den See von Friedrichshagen nach Rahnsdorf. Es wäre toll, wenn es zwischen den beiden Veranstaltern TiB (Turngemeinde in Berlin) und WW-Sportveranstaltungs

GmbH eine kleine Kooperation geben könnte: eine Sonderwertung für all diejenigen, die sowohl das Freiwasserschwimmen als auch den Halbmarathonlauf absolvieren.

Text/Statistik: Joanna Zybon. **Fotos:** M. Thiel.

Läufe über 21,0975 km 2024 in Berlin	Finisher
Berliner Halbmarathon am 7. April	30.892
Berliner Straßenlauf – die Generalprobe	2.604
HM im Rahmen des 25-Kilometer-Laufs	2.325.
<i>Müggelsee-Halbmarathon</i>	<i>1.815</i>
Rund um den Müggelturm	487
Halbmarathon Berlin-Reinickendorf	265
Mannschafts-Halbmarathon Britz	94 (Zahl aus 2023)
Lauf durch den Volkspark Rehberge	31