



OFFIZIELLES PROGRAMM



OFFICIAL PROGRAM

Event Magazin

Organisiert von
SCC | EVENTS



ABBOTT
WORLD
MARATHON
MAJORS

TOKYO
BOSTON
LONDON
BERLIN
CHICAGO
NEW YORK

BMW 
BERLIN
MARATHON
28. + 29. September 2019

Die besten Tipps
The best tips

Topfit am Start
Fit at the start

Die Stars
The stars





Freude am Fahren



THE 3

ELEKTRISIERT



BMW 330e Plug-in-Hybrid: Kraftstoffverbrauch in l/100 km (kombiniert): 1,9–1,6; CO₂-Emission in g/km (kombiniert): 43–37; Stromverbrauch in kWh/100 km (kombiniert): 15,4–14,8. Die offiziellen Angaben zu Kraftstoffverbrauch, CO₂-Emissionen und Stromverbrauch wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren VO (EU) 715/2007 in der jeweils geltenden Fassung ermittelt. Bei diesem Fahrzeug können für die Bemessung von Steuern und anderen fahrzeugbezogenen Abgaben, die (auch) auf den CO₂-Ausstoß abstellen, andere als die hier angegebenen Werte gelten. Abbildung zeigt Sonderausstattungen.



Inhalt Contents

- 6 Das ist Berlin That's Berlin**
#berlinlegend - unter diesem Hashtag teilen Läufer auf der ganzen Welt ihre Begeisterung für den BMW BERLIN-MARATHON. *Runners around the world share their enthusiasm for the BMW BERLIN-MARATHON with this hashtag.*
- 8 Grußworte Messages**
Veranstalter, Bundeskanzlerin, Regierender Bürgermeister und Hauptsponsor. Alle wünschen den Teilnehmern ein unvergessliches Erlebnis. *Organiser, German Chancellor, Governing Mayor and title sponsor. All of them wish the participants an unforgettable experience.*
- 16 Eine Million Finisher One million finishers**
Die magische Grenze an Finishern seit der ersten Austragung wird am Sonntagnachmittag überschritten werden. Mehr Daten, Fakten und das gesamte Marathon-Wochenende auf einen Blick. *On Sunday afternoon, the magical number of one million will be surpassed at the BMW BERLIN-MARATHON. More figures, facts and the entire marathon weekend at a glance.*
- 22 Jenseits der Laufstrecke Beyond the race course**
Berlin hat so viel Spannendes und Unterhaltendes zu bieten. Wir geben Tipps für ein kurzweiliges Marathon-Wochenende. *Berlin has so many exciting and entertaining activities to offer. Here are some tips for an entertaining marathon weekend.*
- 32 Wo der Bär tobt Where the best action is**
Famos ist die Stimmung ja in allen Stadtteilen. Wir zeigen dir die Stellen an der Strecke, an denen noch ein bisschen mehr los ist. *The atmosphere along the course is fabulous in all of the districts. We show you a few spots that are even more exciting.*
- 40 Frauen-Power Women Power**
Zwei der besten Marathonläuferinnen der Welt haben in Berlin die Chance, an den Männern vorbei ins Rampenlicht zu laufen: Gladys Cherono und Vivian Cheruiyot. *Two of the best female marathon runners in the world have the chance in Berlin to race past the men into the limelight: Gladys Cherono and Vivian Cheruiyot.*

Gender-Hinweis

Im Sinne einer besseren Lesbarkeit der Texte wurde von uns entweder die männliche oder weibliche Form von personenbezogenen Hauptwörtern gewählt. Dies impliziert keinesfalls eine Benachteiligung des jeweils anderen Geschlechts. Alle Menschen mögen sich von den Inhalten gleichermaßen angesprochen fühlen.

- 43 Das Rennen der Männer The men's race**
Warum einiges dafür spricht, dass es 2019 einen äthiopischen Sieger geben wird. *Why it looks like that Sunday's race will produce an Ethiopian winner.*
 - 44 Superstar aus Kenia Superstar from Kenya**
Als Gewinnerin des Laureus Award steht Vivian Cheruiyot in einer Reihe mit weltweiten Top-Athleten. *Vivian Cheruiyot joins an illustrious group of top athletes, who received the prestigious Laureus Award before her.*
 - 48 Rückkehr des Besten Return of the Best**
Mit Kenenisa Bekele kehrt der wohl beste Läufer aller Zeiten zurück zum BMW BERLIN-MARATHON. *Kenenisa Bekele, the best runner of all time, returns to the BMW BERLIN-MARATHON.*
 - 52 Von Berlin nach Tokio? From Berlin to Tokyo?**
Die Aussichten der besten deutschen Läufer beim BMW BERLIN-MARATHON 2019. *The prospects of the best German runners at the BMW BERLIN-MARATHON 2019.*
 - 60 Wer läuft denn da? Who is that running?**
Wir stellen drei von fast 47.000 Freizeitläufern aus der ganzen Welt im Porträt vor. *We introduce three of nearly 47,000 runners from all over the world.*
 - 70 Topfit am Start Fit at the start**
Wir sagen dir, worauf es kurz vor dem Marathon wirklich ankommt. *How to prepare during the final weeks before the marathon can be read about here.*
 - 73 Das Rennen der Inliner The inline skaters' race**
Alles, was du über das Rennen der Inlineskater wissen musst. Plus: Interviews mit Bart Swings und Sabine Berg. *All you should know about the inline skaters' race. Plus: Interviews with Bart Swings and Sabine Berg.*
 - 80 Weltelite am Start World elite at the Start**
Bevor die Läufer die Hauptstadt-Straßen unter ihre Füße nehmen, lassen Rennrollstuhlfahrer und Handbiker die Reifen quietschen. *Before the runners take the streets of the capital under the feet wheelchair athletes and handbikers squeal the tires.*
 - 84 Historie: 1974 bis 2019 History: 1974 to 2019**
Die Geschichte des BERLIN-MARATHON: Vom Volkslauf zum Weltklasse-Event. *The history of BERLIN-MARATHON: From a local race to global event.*
- Außerdem in addition**
- 30** Durchgangszeiten *Passing Times*
 - 31** Streckenplan *Course Map*
 - 66** Der Musikant: John Kunkeler *The Musician: John Kunkeler*
 - 68** Highlights von SCC EVENTS *Highlights of SCC EVENTS*
 - 79** Programm der Inlineskater *The inline skater's schedule*
 - 90** Die Events der Abbott World Marathon Majors *Events of Abbott World Marathon Majors*
 - 102** Organisation/Impressum *Organisation/Imprint*

Höffner[®]

Wo Wohnen wenig kostet!

BMW 
BERLIN 
MARATHON

MARATHON AM TAG, LIEBLINGSCOUCH AM ABEND.

VIEL ERFOLG BEIM
**46. BMW
BERLIN-
MARATHON**

ONLINE
SHOP 
hoeffner.de

DEUTSCHES INSTITUT
FÜR SERVICE-QUALITÄT
GmbH & Co. KG

1. PLATZ

**Beliebtestes
Möbelhaus**

Kundenbefragung
April 2019
17 Anbieter

www.disq.de
Privatwirtschaftliches Institut

ntv

Höffner. Die ganze Welt des Wohnens. Jetzt 21x in Deutschland.

Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG • Am Rondell 1 • 12529 Schönefeld • Tel. 030/37 444-02 • www.hoeffner.de • www.facebook.com/Moebel.Hoeffner



#berlinlegend

Der BMW BERLIN-MARATHON bringt Menschen aus der ganzen Welt zusammen und lässt sie Glücksgefühle erleben, die entstehen, wenn über 40.000 aufbrechen, um gemeinsam so etwas Großes wie einen Lauf über 42,195 Kilometer zu vollenden.
The BMW BERLIN-MARATHON brings people together from all over the world and lets them experience the joy that erupts when over 40,000 people start off together to complete something as fantastic as a 42.195-km run.





Grüßwort der Veranstalter

Message from the Organisers



In diesem Jahr fanden in der Sportstadt Berlin erstmals die Berlin Finals statt. An einem Wochenende kämpften bei zehn Deutschen Meisterschaften vom Modernen Fünfkampf bis zur Leichtathletik über 3.300 Athletinnen und Athleten um die nationalen Titel. Das Fazit nach der multiplen Veranstaltung war überragend. Insbesondere die Zuschauerbegeisterung sowie Berlin als Bühne für die Wettbewerbe wurden gelobt. Feste Größen, die auch der BMW BERLIN-MARATHON in seiner Historie zu nutzen weiß. So entwickelte sich unser Lauf von einem kleinen Waldmarathon zu einem Event, das ganz oben in der ersten Liga der Weltklasse-Marathons mitspielt.

Ob Elite-Athlet oder Freizeit-Läufer, wir begrüßen Sie ganz herzlich bei uns in Berlin zum 46. BMW BERLIN-MARATHON. In der Veranstaltungs-Geschichte sind bisher elf Weltrekorde über die Distanz von 42,195 Kilometer festgehalten – so viele wie bei keinem anderen Marathon.

Wie auch immer Ihre Ziele für den BMW BERLIN-MARATHON formuliert sind, ob „einfach irgendwie durchkommen“ oder eine neue Personal Best, die Motivation durch die Zuschauer wird dabei eine tragende Rolle spielen. Ganz so wie bei den Berlin Finals, als die Fans ihre Favoriten förmlich zum Erfolg schrien. Laden Sie Familie, Freunde und Bekannte an die Marathon-Strecke ein und lassen Sie sich von ihnen über die schwierigen Kilometer tragen. Spätestens beim Finish im Schatten des geschichtsträchtigen Brandenburger Tores haben Sie dann Erstklassiges erreicht – vielleicht sogar legendenhaftes? Berliner Legenden finden sich übrigens unter #berlinlegend, dem Motto der diesjährigen Eventkampagne.

Aber Berlin kann noch viel mehr als Marathon. In unserer Rubrik Berlin Inside erfahren Sie, was in der Hauptstadt so alles zu erleben ist. Bestimmt entdecken Sie bei den genannten Tipps Möglichkeiten, sich bei Ihren Fans für ihre Unterstützung zu revanchieren – zum Beispiel mit einer netten Einladung zum Drink über den Dächern der Stadt. Allen Daheimgebliebenen empfehlen wir die TV-Übertragungen in der ARD und beim RBB am Sonntagmorgen ab 9:00 Uhr.

This year, the Berlin Finals took place for the first time in the sports city of Berlin. Over the course of a weekend, over 3,300 athletes competed for the national titles in ten German Championships from Modern Pentathlon to Track and Field. The outcome of this multiple event was outstanding. In particular, there was high praise for the enthusiasm of the spectators and Berlin as a stage for the competitions, as has been the case throughout the history of the BMW BERLIN-MARATHON, as well. This is how our run evolved from a small forest marathon to an event that is at the top of the premier league of world-class marathons.

Whether as an elite athlete or out running just for fun, we warmly welcome you to Berlin for the 46th BMW BERLIN-MARATHON. In the history of the event, eleven world records have been recorded over the 42.195-kilometre distance—more than at any other marathon.

However you set your goals for the BMW BERLIN-MARATHON, whether you plan to “just get through somehow” or are working toward a new personal best, the motivation provided by the spectators will undoubtedly play a major role in your success—just like at the Berlin Finals, where the fans literally cheered on their favourites to victory. Invite your family and friends to cheer you on along the marathon route and let them carry you through the difficult kilometres. By the time you have crossed the finish line in the shadows of the historic Brandenburg Gate, you will know you have achieved top-notch results—maybe legendary ones? Incidentally, Berlin legends can be found at #berlinlegend, the motto of this year’s event campaign.

But Berlin offers much more than just the marathon. In our section Berlin Inside you can find out about all kinds of other great experiences available in the capital. You are sure to discover ways to show your fans some gratitude for their support – for example with a nice invitation for drinks overlooking the rooftops of the city. And for those who stayed at home, we recommend following the TV broadcasts on the stations ARD and RBB starting at 9 pm on Sunday morning.

Christian Jost & Jürgen Lock

Geschäftsführer von SCC EVENTS
Managing Directors of SCC EVENTS



AUF DIE PLÄTZE, FERTIG, LOS!

Ihr persönliches AOK-Gesundheitskonto:

Bis zu 500 Euro jährlich für erweiterte Leistungen und Gesundheitsmaßnahmen – z. B. für Fitness Tracker, sportmedizinische Untersuchung oder Startgebür für sportliche Veranstaltungen.

Jetzt wechseln!

[AOK-jetzt.de](https://www.aok-jetzt.de)



Grußwort der Bundeskanzlerin

Message from the German Chancellor

Am letzten Septemberwochenende fällt der mit großer Spannung erwartete Startschuss zum 46. Berlin-Marathon. Mehr als 40.000 Läuferinnen und Läufer und weitere nahezu 18.000 Teilnehmende wie Inline-Skater, Rollstuhlfahrer und Handbiker aus aller Welt machen sich wieder auf den Weg durch Deutschlands Hauptstadt.

Der legendäre Berliner Marathon ist immer für neue Rekorde und Bestzeiten gut. Neben Weltklasse-Profis kommen auch Amateur- und Hobbysportlerinnen und -sportler auf ihre Kosten. Sie alle eint die Freude an der Bewegung. Sie alle wollen eigene Grenzen überwinden, es ins Ziel schaffen und ihre wohlverdiente Medaille bekommen. Bis dahin können sie alle sich tragen lassen von einer Welle der Begeisterung, für die über eine Million Zuschauerinnen und Zuschauer, Musikanten und Tanzgruppen am Streckenrand sorgen.

Ein großes, friedliches Fest, das weltoffene Flair der Spreemetropole, der Zieleinlauf am Brandenburger Tor, dem weithin bekannten Symbol der einst geteilten und heute geeinten Stadt - was für ein wunderbares Bild in diesem Jubiläumsjahr, in dem wir an den Fall der Berliner Mauer vor 30 Jahren denken.

Eines der weltweit größten und populärsten Marathonereignisse auf die Beine zu stellen, wäre nicht möglich ohne das Mitwirken zahlreicher Helferinnen und Helfer. Dazu gehören neben dem Organisationsteam auch Polizei, Feuerwehr, Medizinischer Dienst und Sponsoren. Ihnen wie auch den Sportlerinnen und Sportlern, die gemeinsam Erfolgsgeschichte fortschreiben, gilt mein herzlicher Dank als Schirmherrin des nunmehr 46. BMW Berlin-Marathons. Ich wünsche allen ein gelungenes und unvergessliches Sport- und Gemeinschaftserlebnis.

On the last weekend of September, the eagerly awaited shot signalling the start of the 46th BMW BERLIN-MARATHON will be fired. More than 40,000 runners and almost 18,000 other participants including inline skaters, wheelchair athletes and handbikers from all over the world will set off once again along the route through Germany's capital.

The legendary Berlin Marathon is always good for new records and personal bests. It is a rewarding experience for amateur and hobby athletes as well as for world class professionals. They are all united by their passion for athletics. They all want to overcome their own limits, reach the finish line and receive their well-deserved medals. Until that point, they are carried along by a wave of enthusiasm generated by more than a million spectators, musicians and dance groups along the route.

A huge, peaceful celebration, the cosmopolitan flair of the metropolis on the river Spree, the race to the finish through the Brandenburg Gate, that world-famous symbol of the once-divided and now united city - what a wonderful image in this anniversary year, when we are commemorating the fall of the Berlin Wall 30 years ago.

Organising one of the world's largest and most popular marathons would not be possible without the commitment of numerous helpers. They include, as well as the organisation team, the police, the fire brigade, the medical services and sponsors. In my role as patron of the 46th BMW BERLIN-MARATHON, I would like to express my thanks to them and the athletes, all of whom together are writing the next chapter in this success story. I wish everyone a successful and unforgettable sporting and community event.

Angela Merkel

Bundeskanzlerin Bundesrepublik Deutschland
Federal Chancellor Federal Republic of Germany

RUN FOR A REASON IN THE 2020 BMW BERLIN-MARATHON

Be one of the first people to reserve a race entry in the 2020 BMW BERLIN-MARATHON by running for one of our official partner charities. Fundraisers receive a guaranteed place, and don't need to apply for the race entry drawing.

Visit the official charity listings below to find out how you can secure your entry and support a cause close to your heart.

Find your charity entry today at www.bm.realbuzz.com



Grußwort des Regierenden Bürgermeisters

Message from the Governing Mayor

Endlich ist es wieder soweit: Der BMW BERLIN-MARATHON versetzt die ganze Stadt in Bewegung! Ich freue mich, dass Sie an der 46. Ausgabe dieses sportlichen Highlights teilnehmen. Ob als Sportlerin oder Sportler, zum Zuschauen am Straßenrand oder als Helfende, die diese großartige Veranstaltung erst möglich machen – Sie alle entfachen Begeisterung für diesen tollen Sport. Und Ihnen allen ist es zu verdanken, dass der Marathon ein wichtiges Aushängeschild unserer Sportmetropole Berlin ist. Der BERLIN-MARATHON begeistert Menschen weltweit. Insgesamt nehmen über 70.000 Menschen an den Rennen teil. Und auch die sportliche Weltspitze weiß die besondere Atmosphäre, das schnelle Pflaster und die perfekte Organisation zu schätzen. Elf Weltrekorde in den vergangenen Jahren sprechen für sich. Besonders gut ist uns allen noch Eliud Kipchoges Fabelzeit von 2:01:39 Stunden aus dem letzten Jahr in Erinnerung. Aber auch in diesem Jahr dürfen wir gespannt sein: Bei den Frauen könnte sich Gladys Cherono mit ihrem vierten Sieg in Berlin zur alleinigen Rekordsiegerin krönen. Mich beeindruckt jedes Jahr aufs Neue das Zusammenspiel von Teilnehmenden und den hunderttausenden Menschen am Streckenrand. Da sind die Zielstrebigkeit, Leidenschaft und der Fleiß der Athletinnen und Athleten, ohne die sich kein Marathon meistern lässt, egal ob die 42,195 Kilometer rollend oder zu Fuß zurückgelegt werden. Hinzu kommen die frenetischen Anfeuerungen der Begeisterten am Streckenrand, die zu wahren Topleistungen motivieren. Ich denke, dass dieses Zusammenspiel aus Inspiration und Unterstützung nicht nur für den Sport, sondern für das gesamte Zusammenleben in unserer Stadt Vorbildcharakter hat. Ich wünsche Ihnen allen unvergessliche Stunden auf oder neben der Strecke. Mögen Sie alle Ihre Ziele für den Berlin-Marathon erreichen!

It's that time again - the BMW BERLIN-MARATHON is setting the whole city in motion! I'm delighted that you're taking part in the 46th edition of this standout sporting event. Whether you're an athlete, a spectator, or one of the volunteers who make this premier marathon possible, all of you spark enthusiasm for this great sport. You have helped to make the marathon one of our sports capital's signature events. People from all over the world love the Berlin Marathon. More than 70,000 people are taking part in the race this year, including elite international athletes who appreciate the event's unique atmosphere, fast course, and perfect organization. The eleven world records set here over the years speak for themselves.

The memory of last year's phenomenal finish time, when Eliud Kipchoge clocked a 2:01:39, is especially vivid. This time around, too, expectations are high. For instance, Gladys Cherono could set a new record with a fourth win in Berlin in the women's race.

Year after year, I'm particularly struck by the interaction between the competitors and the hundreds of thousands of spectators on the sidelines. There's the determination, the passion, and the hard work of the athletes, which are absolutely essential to mastering the marathon, whether you're taking on the 42.195 kilometers in a wheelchair, on skates, with a handcycle, or on foot. And then there's the frenetic cheering of the spectators along the route, whose encouragement spurs the athletes on to peak performances. I think that this interplay of inspiration and support is a model not only for sports, but for our community as a whole. I wish all of you an unforgettable day, both on and off the course. May you achieve all of your goals for the BMW BERLIN-MARATHON!

Michael Müller

Regierender Bürgermeister von Berlin
Governing Mayor of Berlin



**TAIWAN
EXCELLENCE**



developed by itms.com

VISIT OUR BOOTH AT THE

TAIWAN EXCELLENCE PAVILION, HALL 6.029

2019 MARATHON EXPO!

AND GET YOUR PERSONAL #REACHYOU'REXCELLENCE SHOELACES

MARATHON EXPO 26. - 28. SEPTEMBER 2019



28. + 29. September 2019

www.taiwanexcellencemarathon.de



Bureau of Foreign Trade,
Ministry of Economic Affairs (MOEA)



Taiwan External Trade
Development Council (TAITRA)



Grüßwort des Titelsponsors

Message from the title sponsor

BMW BERLIN-MARATHON - das steht für Spannung, große Emotionen, grandiose Bilder und natürlich außergewöhnliche sportliche Leistungen. Ich freue mich, dass wir als BMW Group Sie auch 2019, zur mittlerweile 46. Ausgabe dieses Sportevents der Spitzenklasse, begrüßen dürfen. Auch in diesem September begeben sich wieder zehntausende Laufbegeisterte an den Start, um sich im schnellsten Marathon der Welt zu messen, und vor allem um an ihre eigenen Grenzen zu gehen. Ob Profisportler oder Hobbyläufer, wohl kaum jemand kann sich dem besonderen Flair dieser 42,195 Kilometer entziehen. Sie alle machen den BMW BERLIN-MARATHON zu einem der schönsten Laufevents Europas. Der Wille, die Leidenschaft und die pure Freude, die die Läufer zum Erfolg tragen, sind es auch, die uns als BMW Group jeden Tag anspornen, unser Bestes zu geben. Deshalb sind wir sehr stolz, seit 2011 Titelpartner des größten deutschen Marathons sowie der größten deutschen Ein-Tages-Sportveranstaltung und Teil der Abbott World Marathon Majors zu sein. Ebenso wichtig sind aber auch die zahlreichen Hobbysportler, die hier an den Start gehen und integraler Bestandteil dieses Großereignisses sind. Beim Marathon läuft jeder Athlet nur für sich, und doch verbindet der Sport am Ende alle Teilnehmer und auch die begeisterten Zuschauer über Grenzen hinweg. Auch in diesem Jahr sind wir begeistert an der Strecke dabei, um Sie dabei zu unterstützen: Der rein elektrische BMW i3s als Führungsfahrzeug, der revolutionäre Plug-In-Hybrid -Sportwagen i8 als Safety Car und viele weitere dynamische Fahrzeuge im Einsatz für Organisation und Shuttles begleiten die Läufer vor der Kulisse der tausenden Zuschauer am Streckenrand auf ihrem Weg durch die deutsche Hauptstadt. Effizienz, intelligenter Einsatz von Ressourcen und Sportlichkeit: diese Eigenschaften unserer Elektro-Modelle sind auch für das erfolgreiche Bestreiten eines Marathons unverzichtbar. Mir bleibt an dieser Stelle nur noch, Ihnen und allen Sportbegeisterten viel Spaß und viel Erfolg zu wünschen, beim BMW BERLIN-MARATHON 2019!

The BMW BERLIN-MARATHON is all about excitement, powerful emotions, stunning images and, naturally, outstanding sporting achievements. I am delighted to welcome you once again to the 46th edition of this top sporting event in 2019 on behalf of the BMW Group. This September, tens of thousands of running enthusiasts will gather at the starting line to compete in the world's fastest marathon and, above all, to push themselves to the limits. From professional athletes to hobby runners, hardly anyone can resist the unique appeal of this 42.195-kilometre course. Together, they make the BMW BERLIN-MARATHON one of Europe's finest running events.

The same determination, passion and pure enjoyment that spurs runners to success also motivates us at the BMW Group to give our best every day. We are proud to be the title partner of Germany's biggest marathon and two-day sporting event, which is also part of the Abbott World Marathon Majors, since 2011.

The many amateur athletes who line up at the start are just as important and certainly an integral part of this major event. Although every marathon athlete runs for themselves, the sport ultimately breaks down barriers and brings participants and enthusiastic spectators together.

This year, once again, we look forward to providing assistance along the course: In addition to the fully electric BMW i3s, which will serve as lead car, and the revolutionary plug-in hybrid i8 sports car, which will be the safety car, many other dynamic vehicles will be used for organisation and shuttles, accompanying the runners against the backdrop of thousands of spectators who line the route through the German capital. Efficiency, intelligent use of resources and sportiness: These characteristics make our electric models indispensable for a successful marathon race. All that remains is for me to wish you and all the other sports enthusiasts a fun and successful BMW BERLIN-MARATHON 2019!

Sebastian Mackensen

Leiter Vertrieb und Marketing BMW Deutschland
Head of Sales and Marketing BMW Germany

Für Ziel- Sprinter.



ERDINGER Alkoholfrei
wünscht allen Teilnehmern
viel Erfolg beim
46. BMW BERLIN-MARATHON 2019.

Wertvolle Expertentipps rund um das Thema Regeneration
im Sport findet ihr im [ERDINGER Alkoholfrei Aktiv.Blog](#).

ERDINGER 
ALKOHOLFREI

Natürlich. Sportlich. Erfrischend.



***Eine Million Finisher
und 55 Reisen
zum Mond***

#Berlin

Am Sonntagnachmittag wird beim BMW BERLIN-MARATHON die magische Grenze von einer Million Finishern überschritten. Und wenn der millionste Teilnehmer im Ziel ist, werden in 45 Jahren BMW BERLIN-MARATHON über 42 Millionen Laufkilometer zurückgelegt sein. Das entspricht 55-mal der Strecke von der Erde bis zum Mond - und zurück.



Wenn am Sonntag, 29. September 2019, irgendwann ab 13:30 Uhr der insgesamt einmillionste Finisher des BMW BERLIN-MARATHON kurz hinter dem Brandenburger Tor die Ziellinie überläuft, wird das Mega-Event endgültig zur Legende aufsteigen. Von der Premiere im Grunewald 1974 (damals 286 Teilnehmer) bis zum Start der jetzigen 46. Auflage des Marathonklassikers beträgt die gelaufene Gesamtdistanz auf den Straßen der deutschen Hauptstadt schon 41,15 Millionen Kilometer. Am Sonntag werden es über 42 Millionen Laufkilometer sein. Das entspricht einer Strecke von 55-mal zum Mond und zurück. Apollo 11 hat vor 50 Jahren bei der ersten bemannten Mondlandung acht Tage und drei Stunden für den Hin- und Rückflug gebraucht. Damals fiel der legendäre Satz vom „kleinen Schritt für einen Menschen und dem großen Schritt für die Menschheit“. Wie viele kleine Schritte der BERLIN-MARATHON machen musste, um zu einem internationalen Top-Event aufzusteigen, ist nicht dokumentiert. Legendär bei dem Lauffest in der Hauptstadt sind aber nicht nur die beeindruckenden Zahlen, sondern vor allem die Emotionen. Auf der längsten Fanmeile der Welt bieten 92 Live-Bands, 17 Hot Spots und eine Million Zuschauern ein Spektakel, das unter die Haut geht. Der Zieleinlauf durch das Brandenburger Tor symbolisiert noch heute die Wiedervereinigung Deutschlands vor 29 Jahren. Das Durchlaufen des Berliner Wahrzeichens knapp 400 Meter vor der Ziellinie ist der unvergessliche Moment, bei dem alle Finisher zur lebenden Legende werden. Die diesjährige Kampagne #berlinlegend vereint Top-Athleten, ehemalige BERLIN-MARATHON-Gewinner, ambitionierte Freizeitsportler und Marathonnovizen - also alle 46.983 Teilnehmer mit der Stadt Berlin und ihrer bewegten Geschichte. Wo, wann und wie der Marathon die Metropole bewegt, liest du auf den folgenden Seiten. Der mini-MARATHON der Berliner und Brandenburger Schulen auf dem letzten Zehntel der Originalstrecke, die Hall of Fame, die Marathon-Party und die MARATHON EXPO auf dem Gelände des ehemaligen Flughafens Tempelhof sind nur einige der vielen attraktiven Side Events. Wir freuen uns auf ein legendäres BMW BERLIN-MARATHON Wochenende mit dir.

Dein SCC EVENTS-Team



erlin



MEHR BILDER
MORE PICS



Wenn die Siegessäule erreicht ist, bleibt für alle Teilnehmer noch jede Menge Zeit, Berlin laufend zu genießen. After reaching the Victory Column, there is still plenty of time for all participants to enjoy their run through Berlin.

One million finishers and 55 trips to the moon

On Sunday afternoon, the magical number of one million will be surpassed at the BMW BERLIN-MARATHON. When the millionth participant crosses the finish, that moment also marks over 42 million kilometres of the BMW BERLIN-MARATHON course that will have been traversed over a period of 45 years. That's 55 times the distance from Earth to the Moon - and back.

leg

When the 1,000,000th finisher of the BMW BERLIN-MARATHON crosses the finish line shortly after passing through the Brandenburg Gate on Sunday, September 29, 2019, sometime after 1:30 pm, this mega event will ultimately rise to the status of legend. From the premiere in the Grunewald forest in 1974 (then 286 participants) to the start of the current 46th edition of the classic marathon, the total distance run on the streets of the German capital has already reached 41.15 million kilometres.

On Sunday it will surpass 42 million kilometres. This corresponds to a distance of 55 times to the moon and back. Apollo 11 needed eight days and three hours for the roundtrip flight on the first manned lunar landing 50 years ago. Back then the legendary phrase was uttered: "one small step for man, one giant leap for mankind." How many small steps it took for the BERLIN-MARATHON to rise in its development to become an top international event is immeasurable.

Not only are the impressive numbers and the world-class performances at the running festival in the capital legendary, but

the emotions are, too. With 92 live bands, 17 hot spots and a million spectators, the longest fan mile in the world provides for an unforgettable experience. The finish line through the Brandenburg Gate still symbolizes the reunification of Germany 29 years ago.

Passing the Berlin landmark just 400 meters from the finish line is the unforgettable moment when all finishers become living legends. This year's campaign #berlinlegend brings together top athletes, former BERLIN-MARATHON winners, ambitious recreational athletes and marathon newbies – and all 46.983 participants become part of the city of Berlin and its eventful history.

You can find out where, when and how the marathon moves the metropolis in the following pages. The mini-MARATHON for the Berlin and Brandenburg schools on the last tenth of the original track, the Hall of Fame, the Marathon Party and the MARATHON EXPO on the grounds of the former Tempelhof Airport, are just a few of the many attractive side events. We look forward to a legendary BMW BERLIN-MARATHON weekend with you.

Your SCC EVENTS Team



MINI-MARATHON

30

Jahre lang gibt es den Kinderlauf schon. Beim Start 1989 waren 875 Schülerinnen und Schüler dabei. Vergangenes Jahr liefen 10.089 beim größten Schülerlauf in Deutschland mit.

30

The mini-MARATHON has been in place for 30 years. There were 875 pupils at the start in 1989. Last year, 10,089 schoolkids participated in the largest event of its kind in Germany.



MEHR BILDER MORE PICTURES

0

The difference between the premiums for men's and women's events is exactly zero Euros at the BMW BERLIN-MARATHON. And that has been the case for years.

EQUAL PAY DAY

0

Euro beträgt beim BMW BERLIN-MARATHON der Unterschied zwischen den Prämien für Männer und Frauen. Und das schon seit Jahren.

KÄLTSTART

4

Grad Celsius zeigte das Thermometer beim Start 1974. Der erste BERLIN-MARATHON war auch der kälteste. Damals wurde das Rennen aber auch erst Mitte Oktober ausgetragen.

4

The thermometers read 4°C at the start in 1974, making the first BERLIN-MARATHON also the coldest. At the time, however, the race was not held until mid-October.

Teilnehmer nach Nationen Participants by country

Nation	Country	Anzahl
Deutschland	Germany	20.250
USA	USA	5.432
Großbritannien	Great Britain	3.766
China	China	2.117
Frankreich	France	1.657
Dänemark	Denmark	1.478
Brasilien	Brasil	1.463
Niederlande	Netherlands	1.452
Italien	Italy	1.410
Mexiko	Mexico	1.294
Spanien	Spain	1.094
Norwegen	Norway	760
Polen	Poland	755
Schweiz	Suisse	729
Schweden	Sweden	724

Top 15 nach Anzahl der Läufer. Teilnehmer aus insgesamt 150 Nationen. Top 15 (runners). In total, 150 countries are represented.

Wusstest du schon, dass ...

... Haile Gebrselassie der einzige Läufer ist, dem beim BMW BERLIN-MARATHON zwei Weltrekorde gelungen sind? Der Äthiopier lief 2007 und 2008 Weltrekord. 2007 triumphierte er in 2:04:26 Stunden. Ein Jahr später blieb er in 2:03:59 Stunden als Erster unter 2:04 Stunden. Insgesamt hat Haile Gebrselassie den BMW BERLIN-MARATHON viermal hintereinander gewonnen - von 2006 bis 2009.

Did you already know, that ...

... Haile Gebrselassie is the only runner to have set two world records at the BMW BERLIN-MARATHON? The Ethiopian set new world records in 2007 and 2008. In 2007, he triumphed in 2:04:26 hours. One year later he became the first one to keep it under 2:04 hours, with a time of 2:03:59 hours. Overall, Haile Gebrselassie won the BMW BERLIN-MARATHON four times in a row - from 2006 to 2009.

Die Marathon-Woche auf einen Blick

The most important dates at a glance

SONNTAG, 22. SEPTEMBER

Sunday, September 22

Jazzclub Schlot

Edison-Höfe, Invalidenstraße 117, Berlin-Mitte

31. Literaturmarathon 17:00 Uhr
31st Literature Marathon 5:00 pm

MITTWOCH, 25. SEPTEMBER

Wednesday, September 25

Brandenburger Tor

Brandenburg Gate

Hall of Fame ganztägig
BMW BERLIN-MARATHON all day

DONNERSTAG, 26. SEPTEMBER

Thursday, September 26

Brandenburger Tor

Brandenburg Gate

Hall of Fame ganztägig
BMW BERLIN-MARATHON all day

Flughafen Tempelhof

Tempelhof Airport

MARATHON EXPO 14:00 bis 20:00 Uhr
2:00 pm – 8:00 pm

FREITAG, 27. SEPTEMBER

Friday, September 27

Brandenburger Tor

Brandenburg Gate

Hall of Fame ganztägig
BMW BERLIN-MARATHON all day

„Meet the Legends“

18:30 Uhr
6:30 pm

Flughafen Tempelhof

Tempelhof Airport

MARATHON EXPO 11:00 bis 20:00 Uhr
11:00 am – 8:00 pm

SAMSTAG, 28. SEPTEMBER

Saturday, September 28

Schloss Charlottenburg – Olympiastadion

Charlottenburg Castle – Olympic Stadium

GENERALI FRÜHSTÜCKSLAUF (6 km) 9:30 Uhr
GENERALI BREAKFAST RUN (6 km) 9:30 am

Flughafen Tempelhof

Tempelhof Airport

MARATHON EXPO 9:00 bis 19:00 Uhr
9:00 am – 7:00 pm

Bambini-Lauf (bis 10 Jahre) 11:00 Uhr
Bambini run (up to age 10) 11:00 am

Brandenburger Tor

Brandenburg Gate

Hall of Fame ganztägig
BMW BERLIN-MARATHON all day

Kids Skating (bis 13 Jahre) 11:30 Uhr
Kids Skating (up to age 13) 11:30 am

Rahmenprogramm 11:30 bis 14:30 Uhr
Inlineskating

Supporting program 11:30 am – 2:30 pm
Inline Skating

mini-MARATHON (4,2195 km) 15:10 Uhr
3:10 pm

BMW BERLIN-MARATHON 15:30 Uhr
Start Inlineskating 3:30 pm

Kaiser-Wilhelm-Gedächtnis-Kirche

Kaiser Wilhelm Memorial Church

Ökumenisches Marathon-Gebet 16:00 Uhr
Ecumenial marathon prayer 4:00 pm

Kosmos

Karl-Marx-Allee 131a, 10243 Berlin

Marathon Party Skating 21:00 Uhr
Marathon Skating Party 9:00 pm

SONNTAG, 29. SEPTEMBER

Sunday, September 29

Brandenburger Tor

Brandenburg Gate

46. BMW BERLIN-MARATHON

Start Handbiker 8:50 Uhr

Start Handbiker 8:50 am

Start Rollstuhlfahrer 8:56 Uhr

Start Wheelchair Competitors 8:56 am

Start Läufer (Elite/1. Welle) 9:15 Uhr

Start Runners (Elite/1st wave) 9:15 am

Start Läufer (2. Welle) 9:25 Uhr

Start Runners (2nd wave) 9:25 am

Start Läufer (3. Welle) 9:50 Uhr

Start Runners (3rd wave) 9:50 am

Start Läufer (4. Welle) 10:10 Uhr

Start Runners (4th wave) 10:10 am

Ausklang im 14:00 bis 17:00 Uhr

Finish Line Village

Cool down in the 2:00 pm – 5:00 pm

finish line village

Kosmos

Karl-Marx-Allee 131a, 10243 Berlin

Marathon Running Party 20:00 Uhr

Marathon Running Party 8:00 pm

Präsentation der Sieger 22:00 Uhr

Presentation of the winners 10:00 pm

Bei der Party feiern die Stars (wie hier Weltrekordler Eliud Kipchoge) mit allen Läufern. At the party, the stars (such as world record holder Eliud Kipchoge) celebrate together with all the runners.

Auf der MARATHON EXPO gibt's das heiß-begehrte Equipment zum Event. You can find all the newest and in-demand event gear at the MARATHON EXPO.



Berlin, Berlin

Diese faszinierende Stadt, in der jeder sein Ding machen kann, hat so viel Spannendes und Unterhaltendes zu bieten: Show und Geschichte, Nightlife, Theater, Kneipen, Kabarett, Jazzlokale, Restaurants, urbane Kieze sowie grüne Inseln, Museen, Denkmäler und Sehenswürdigkeiten, Shopping Malls und Kunstmärkte. Wir geben Läufern, deren Familien, Freunden und Fans Tipps für ein kurzweiliges Marathon-Wochenende.

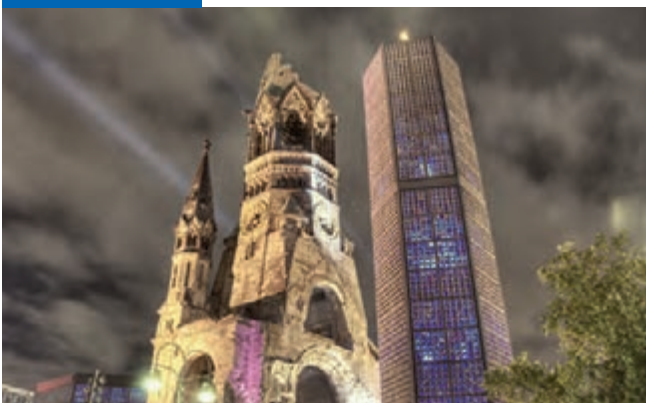


Jenseits der Laufstrecke

Beyond the race course

This fascinating city, where everyone can be and do whatever they want, has so many exciting and entertaining activities to offer: shows and history, nightlife, theater, pubs, cabaret, jazz clubs, restaurants, urban neighborhoods, green islands, museums, monuments and attractions, shopping malls and art markets. Here are some tips for an entertaining marathon weekend for runners, their families, friends and fans.

SIGHTSEEING



© Adobe Stock

www.gedaechtniskirche.com

Kaiser-Wilhelm-Gedächtnis-Kirche

Die Turmruine der im Zweiten Weltkrieg zerstörten neuromanischen Kirche ist das weltbekannte Wahrzeichen des Berliner Westens und ein Mahnmal für den Frieden.

Kaiser Wilhelm Memorial Church

The historic church and the remains of the tower that was destroyed in World War II are a world famous monument to peace.



© Adobe Stock

www.brandenburg-gate.de

Brandenburger Tor

Das 20 Meter hohe Triumphtor wird als ein Symbol für das wiedervereinigte Deutschland angesehen. Während der Trennung verlief hier die Grenze zwischen Ost- und West-Berlin.

Brandenburg Gate

The 20-meter triumphal gate is considered a symbol of reunified Germany. The border between East and West Berlin ran through here during the division of Germany.

EVENT-TIPPS SPORT

Freitag, 27. September Friday, September 27

20:30 Uhr 8:30 pm Fußball Football (Bundesliga)

Samstag, 28. September Saturday, September 28

18:00 Uhr 6:00 pm Basketball Basketball (Pokal)

Sonntag, 28. September Sunday, September 29

6:00 Uhr 4:00 pm Handball Handball (Bundesliga)

19:30 Uhr 7:30 pm Eishockey Ice hockey (NHL Global Series Challenge)

1. FC Union Berlin - Eintracht Frankfurt

Alba Berlin - Würzburg

Füchse Berlin - Owls Ludwigshafen

Eisbären Berlin - Chicago Blackhawks



© imago images/camera4

SIGHTSEEING

© Adobe Stock



~~~~~ [www.topographie.de](http://www.topographie.de)

**Topographie des Terrors**

Dieses Dokumentationszentrum zu den Verbrechen der Nationalsozialisten zählt mit über einen Millionen Besuchern zu den meist frequentierten Erinnerungsorten in Berlin.



**Topography of Terror**

This documentation centre of the crimes committed by the National Socialists is one of the most frequented places of remembrance in Berlin with over one million visitors.

~~~~~ [www.berliner-unterwelten.de](http://www.berliner-unterwelten.de)

Berliner Unterwelten

Abtauchen in den Untergrund. Führungen durch lange Zeit vergessene Bunkeranlagen, Tunnel, U-Bahn-Röhren und unterirdische Gänge. Touren bitte im Voraus buchen!



Berlin Underworld

Dive into the underground world. Tours to long forgotten bunkers, tunnels, subways and underground corridors. Please book in advance!

© Zoo Berlin



~~~~~ [www.zoo-berlin.de](http://www.zoo-berlin.de)

**Zoo und Aquarium**

Der Berliner Zoo und das Aquarium bieten einen Artenreichtum, der weltweit seines gleichen sucht. In diesem Jahr wurde der Berliner Zoo 175 Jahre alt. Unbedingt die Pandas besuchen.



**Zoo and Aquarium**

The Berlin Zoo with the Aquarium hosts more species than any other zoo in the world. This year, the Berlin Zoo turns 175 years old. Be sure to visit the pandas!

~~~~~ [www.sportmuseum-berlin.de](http://www.sportmuseum-berlin.de)

Sportmuseum/Marathoneum

Mit über 100.000 Objekten und etwa 1,5 Millionen-Foto-Motiven gehört das Sportmuseum zu den größten seiner Art in Europa - integriert ist das Marathoneum: Achtung: Samstag und Sonntag geschlossen!



Sports Museum/Marathoneum

With over 100,000 artefacts and about 1.5 million photos, the Sports Museum is one of the largest of its kind in Europe—and the Marathoneum is included: Attention: Closed on Saturdays and Sundays!



EVENT-TIPPS KULTUR

- Donnerstag, 26. September Thursday, September 26**
18:30 Uhr 6:30 pm: Legoland Discovery Erwachsenen-Fanabend
- Freitag, 27. September Friday, September 27**
19:30 Uhr 7:30 pm: Grips Theater: Linie 1*
19:30 Uhr 7:30 pm: Friedrichstadt-Palast: VIVID Grand Show
- Samstag, 28. September Saturday, September 28**
19:30 Uhr 7:30 pm: Deutsches Theater: Hauptmann von Köpenick*
21:00 Uhr 9:00 pm: Badenscher Hof: Susanna Bartilla & Band
- Sonntag, 29. September Sunday, September 29**
18:00 Uhr 6:00 pm: Stachelschweine: Jubiläumsprogramm 70 Jahre
20:00 Uhr 8:00 pm: Philharmonie: Deutsches Symphonie-Orchester

*) with english subtitles

~~~~~ [www.tv-turm.de](http://www.tv-turm.de)

**Fernsehturm**

Mit 368 Metern das höchste Bauwerk Deutschlands. Das Restaurant Sphere liegt 207 Meter über der Stadt dreht sich einmal in der Stunde um 360 Grad.



**TV Tower**

Towering over the city at 368m, it is the highest building in Germany. The restaurant sphere makes a full 360° rotation every hour at a height of 207m.





~~~~~ [www.air-service-berlin.de/weltballon](http://www.air-service-berlin.de/weltballon)

Weltballon - Air-Service-Berlin

Mit einem der größten Heliumballone per extrem belastbarem Stahlseil ab in 150 Meter Höhe. Dort haben Sie dann eine Viertelstunde Zeit, den Panoramablick über Berlin zu genießen.

~~~~~

### **World Balloon - Air Service Berlin**

Sail into the sky with one of the largest helium balloons made of extremely durable steel wire to a height of 150m. Once airborne, you have fifteen minutes to enjoy the panoramic view over Berlin.

~~~~~ [www.funkturm-messeberlin.de](http://www.funkturm-messeberlin.de)

Funkturm

Von der 126 Meter hohen Plattform direkt am Messegelände hat man einen spektakulären Rundumblick auf Berlins Wahrzeichen und den Grunewald.

~~~~~

### **Funkturm**

Enjoy the breathtaking views over many of Berlin's sights and into the Grunewald forest from the 126m-high outlook platform.

### **Wichtige Nummer Important Number**

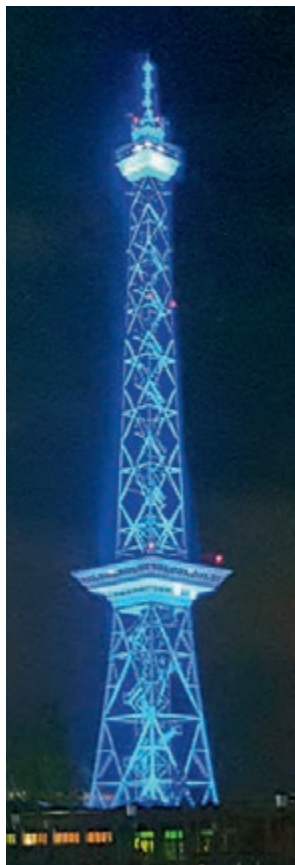
#### **Fundbüro des Landes Berlin**

Platz der Luftbrücke, rechts neben dem Eingang zum ehemaligen Flughafen Tempelhof

#### **Berlin's municipal lost property**

Office Tempelhof, to the right of the main entrance to the former Tempelhof airport

**Tel.: 030 - 902 773 101**



### **SHOPPING**

~~~~~ [www.kadewe.de](http://www.kadewe.de)

© Adobe Stock

KaDeWe

Das Kaufhaus des Westens (KaDeWe) zählt zu den bekanntesten Einkaufsparadiesen der Welt. Was Sie woanders nicht finden, findet sich hier - insbesondere die Gourmet-Abteilung lockt. The Kaufhaus des Westens (KaDeWe) is one of the most famous shopping paradises in the world. You will find things here that you cannot find anywhere else—especially in the gourmet department.

~~~~~

### **SCC Base**

Ein Besuch der SCC Base im adidas Brand Center am Berliner Tauentzien an der Gedächtniskirche lohnt sich. Schauen Sie vorbei und erfahren Sie, was der Veranstalter des BMW BERLIN-MARATHON sonst noch zu bieten hat. A visit to SCC Base at the adidas brand centre on Berlin's Tauentzien street is a worthwhile stop. Come by and find out what else the organiser of the BMW BERLIN MARATHON has to offer.

~~~~~ [www.mcarthurglen.com](http://www.mcarthurglen.com)

Designer Outlet Berlin

Vor den Toren der Hauptstadt gehen die Schnäppchenjäger im Designer Outlet auf die Pirsch. Diverse Geschäfte stillen auch die Nachfragen der Sportler wie zum Beispiel der adidas-Shop. At the gates of the capital, join the bargain hunters at the Designer Outlet. There are various shops to fill the needs of athletes, including the adidas shop.

~~~~~ [www.berlinertroedelmarkt.com](http://www.berlinertroedelmarkt.com)

### **Der Original Berliner Trödelmarkt**

Schauen Sie den Marathonis auf der Straße des 17. Juni beim Laufen zu und trödeln Sie nebenbei ganz entspannt über den ältesten Flohmarkt der Hauptstadt. Watch the marathon runners heading down Straße des 17. Juni and stroll along the oldest flea market in the capital.



**FOOD & MORE**

~~~~~ [www.dagiorgio-berlin.de](http://www.dagiorgio-berlin.de)

Da Giorgio

Schnell eine Pizza für zwischendurch? Dann ab zu Da Giorgio – bei diesem Italiener arbeiten alle Nationen der Welt, nur keine Italiener. Trotzdem zählt die Pizza zu den besten der Stadt.

Hungry for a quick pizza? Then off to Da Giorgio – where there are employees from all over the world in this restaurant, but no Italians. Nevertheless, the pizza is some of the best in the city.

~~~~~ [www.goodies-deli.com](http://www.goodies-deli.com)

**Goodies Berlin**

Veganer (und alle anderen natürlich auch), die auf der Suche nach leckerem Essen mit reichlich Power sind, werden im Goodies fündig. Bei Interesse gibt es die Rezepte gratis.

Vegans (and everyone else, of course) who are looking for delicious food with plenty of power will find it at Goodies. And if you ask, they will provide the recipes for free.

~~~~~ [www.fleischerei-berlin.com](http://www.fleischerei-berlin.com)

Fleischerei

Wer auf hochwertiges Fleisch vom Paderborner Freilandhuhn über das Havelländer Apfelschwein bis zum Pommerschen Rind steht, is(s)t im Restaurant Fleischerei genau richtig.

If you are looking for high-quality meat, ranging from Paderborn free-range chickens to Havelland apple pork and Pomeranian beef, then you're in the right place at the Fleischerei restaurant.

~~~~~ [www.goodfriends-berlin.de](http://www.goodfriends-berlin.de)

**Good Friends**

In stilechtem Ambiente bekommen Sie in diesem chinesischen Restaurant kantonesische Hausmannkost serviert und das bis spät in den Abend. Schmackhaft Delikates von einer unendlichen Speisekarte.

In a stylish ambience, this Chinese restaurant serves Cantonese home-style food until late in the evening, with tasty delicacies from an endless menu.

**NIGHTLIFE**



**Monkey Bar**

Ziemlich chillig geht es in Europas bester Hotelbar zu. Vom zehnten Stock des 25hours Hotel Bikini schauen die Gäste auf der einen Seite über den Kurfürstendamm und auf der anderen auf den Zoo. Chill out in Europe's best hotel bar. From the tenth floor of the 25hours Hotel Bikini the guests can see the grand boulevard Kurfürstendamm on one side and the zoo on the other.

~~~~~ [www.stairsbar-berlin.com](http://www.stairsbar-berlin.com)

Stairs Bar Berlin

Diese speakeasy Bar im Ortsteil Wilmersdorf will entdeckt werden. Wer sie hinter der Spiegeltür gefunden hat, den erwarten kreative alkoholhaltige wie ebenso alkoholfreie Cocktails. This speakeasy bar in the district Wilmersdorf is just waiting to be discovered. Those who have found it behind the mirrored door can look forward to creative alcoholic as well as non-alcoholic cocktails

~~~~~ [www.sisyphos-berlin.net](http://www.sisyphos-berlin.net)

**Sisyphos**

Ein typischer Hauptstadt-Club zum Dancen. Es gibt mehrere Tanzbereiche sowie eine Open-Air-Area mit Teich. Ein großer Spielplatz für Erwachsene, die ungezwungen Feiern wollen. A typical capital city club for dancing. There are several dance floors as well as an open air area with pond and a large playground for adults who want to party.



~~~~~ [www.monkeybarberlin.de](http://www.monkeybarberlin.de)



© Stephan Lemke für 25hours Hotels

~~~~~ [www.badenscher-hof.de](http://www.badenscher-hof.de)

### **Badenscher Hof**

Seit knapp 35 Jahren gilt dieser Jazzclub mit Restaurant und Musikcafé als Institution in West-Berlin. Einen Veranstaltungstipp hierzu findest du auf Seite 24. *For nearly 35 years, this jazz club with its restaurant and music café has been an institution in West Berlin. See the event tip on page 24.*



© Badenscher Hof



### **FAMILY**

© JUMP House/Tom Menz

~~~~~ [www.jumphouse.de/berlin](http://www.jumphouse.de/berlin)

Jump House Berlin

Auf einer Gesamtfläche von über 4.000 qm mit mehr als 120 Trampolinen in zehn verschiedenen Spaß- und Actionbereichen kann sich die ganze Familie austoben. Anmeldung empfiehlt sich. *With more than 4,000 m² of space for over 120 trampolines in ten different fun and action areas, the whole family can let off some steam. Register ahead of time.*

~~~~~ [www.schokowerkstatt-berlin.ritter-sport.de](http://www.schokowerkstatt-berlin.ritter-sport.de)

### **Ritter Sport Schokowerkstatt**

Schokolade schmeckt lecker. Eine selbstgemachte, mit allen Lieblings-Zutaten, schmeckt besser. Wer sich „probieren“ will, fährt in die Bunte SchokoWelt von Ritter Sport (zuvor im Web anmelden!) *Chocolate tastes delicious. Homemade chocolate with all of your favorite ingredients tastes even better. If you want to try it out, go to the Bunte SchokoWelt by Ritter Sport (register ahead of time online!).*

~~~~~ [www.schwarzlicht-minigolf-berlin.de](http://www.schwarzlicht-minigolf-berlin.de)

Schwarzlicht Minigolf

Fluoreszierende Wände mit 3D-Malereien sowie leuchtende Schläger und Bälle lassen diese Indoor-Minigolf-Anlage in einem „ganz anderen Licht“ erscheinen. Lasertag wird hier auch gespielt. *Fluorescent walls with 3D-drawings as well as glowing clubs and balls make this indoor miniature golf course appear in a “completely different light.” You can also play lasertag here.*



© LEGOLAND® Discovery Centre Deutschland GmbH

~~~~~ [www.legolanddiscoverycentre.de](http://www.legolanddiscoverycentre.de)

### **Legoland Discovery Centre Berlin**

Im Legoland Discovery Centre, gibt es viel über die kleinen Klemmbausteine des größten Spielzeugherstellers der Welt zu erfahren. Einen Event-Tipp dazu findet sich im Kasten. *In the Legoland Discovery Centre, there is a lot to learn about the small interlocking blocks made by the largest toy manufacturer in the world. See the event tip in the box.*



## DIE FINISHER-MEDAILLE

# In Erinnerung an Lutz Derkow

**Normalerweise zieren Marathon-Weltrekordler oder -Olympiasieger die Finisher-Medaillen des BMW BERLIN-MARATHON. Dieses Jahr wird allerdings mit der Medaille ein Mann geehrt, der über viele Jahre eine tragende Säule der Organisation des Rennens war und im Sommer überraschend verstarb: Lutz Derkow war bis zu seinem Tod am 30. Juni der dienstälteste Mitarbeiter von SCC EVENTS.**

**D**as Organisations-Team des BMW BERLIN-MARATHON trauert um Lutz Derkow. Der 65-Jährige verstarb völlig unerwartet nach kurzer, schwerer Krankheit. Lutz Derkow war der dienstälteste hauptamtliche Mitarbeiter von SCC EVENTS. Als Mittelstreckenläufer rannte er einst für den SCC Berlin und wurde 1971 mit der 4x800-Me-

ter-Staffel des Clubs Dritter bei den Deutschen Meisterschaften. Zweimal lief er vor seiner hauptamtlichen Tätigkeit den BERLIN-MARATHON und erreichte dabei beachtliche 2:52 Stunden. Später hielt er sich mit Jogging fit.

Lutz Derkow wechselte 1987 vom Berliner Verein Zehlendorf 88, bei dem er Geschäftsführer war, zum BERLIN-MA-

RATHON. Der Diplom-Sportlehrer war dann als hauptamtliche Kraft zunächst für die Bereiche Organisation und Technik verantwortlich. Später wurde er Technischer Direktor und leitete das Teilnehmer-Management für alle Veranstaltungen von SCC EVENTS. Anfang August wollte Lutz Derkow in den Ruhestand gehen.

**Verdienter Lohn für 42,195 Kilometer durch die Hauptstadt: Die Finisher-Medaille des BMW BERLIN-MARATHON. Hard-earned payoff for 42.195 kilometres through the capital: The finisher medal for the BMW BERLIN-MARATHON.**



## Medals: In memory of Lutz Derkow

**N**ormally, marathon world record holders or Olympic champions grace the finisher medals of the BMW BERLIN-MARATHON. This year, however, the medal will honour a man who was a mainstay of the organisation of the race for many years, who suddenly passed away this summer: Lutz Derkow was the longest serving employee of SCC EVENTS until his death on 30 June. The organising team of the BMW BERLIN-MARATHON mourns the death

of Lutz Derkow. The 65 year-old died after a short and severe illness on 30th June. Lutz Derkow had been working full-time in the office at SCC EVENTS since 1987, longer than any other current employee. As a middle distance runner he competed for SCC Berlin. In 1971 he was in the team that finished third in the 4x800 m final of the German Championships. Before he started working for the BERLIN-MARATHON he ran the race twice and clocked a fine personal best of

2:52 hours. In more recent years he kept fit with jogging.

Lutz Derkow had been general manager at Berlin club Zehlendorf 88 before he switched to the BERLIN-MARATHON in 1987. The sports teacher was then responsible for the overall organisation and technical issues. Later he became Technical Director and headed the entry management for all races of SCC EVENTS. He had intended to retire at the beginning of August.





Am Montag, 30. September, exklusiv im Tagesspiegel:

# Alle Zeiten, alle Läufer – die große Ergebnisbeilage. Nicht verpassen!

Erhältlich im Handel und digital bei [ikiosk.de](https://www.ikiosk.de)



**KILOMETER**  
Kilometres

**SPITZE HANDBIKER**  
Leading handbikers

**SPITZE ROLLIS**  
Leading wheelchair competitors

**SPITZE LÄUFER**  
Leading Runners

**SCHLUSS LÄUFER**  
Last Runners

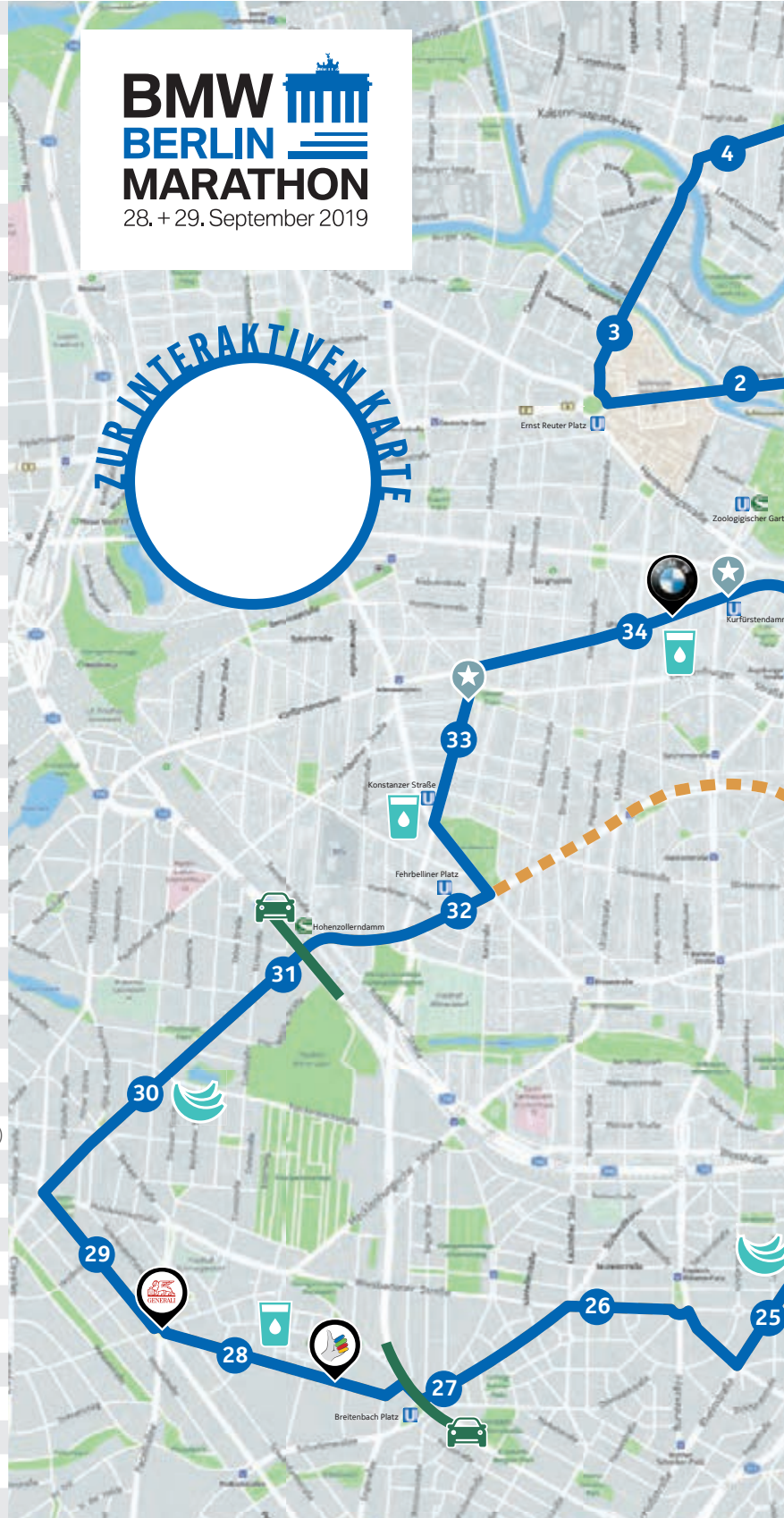
**ORT**  
Location

| Start       | 08:50        | 08:56        | 09:15        | 10:29        | Straße des 17. Juni                |
|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------------------------------|
| 1           | 08:51        | 08:57        | 09:17        | 10:37        | Straße des 17. Juni                |
| 2           | 08:52        | 08:59        | 09:20        | 10:46        | Straße des 17. Juni                |
| 3           | 08:54        | 09:01        | 09:23        | 10:55        | Marchstraße                        |
| 4           | 08:55        | 09:03        | 09:26        | 11:04        | Alt Moabit                         |
| 5           | 08:57        | 09:05        | 09:29        | 11:13        | Alt Moabit 96                      |
| 6           | 08:58        | 09:07        | 09:32        | 11:22        | Alt Moabit 130 (Gegenfahrbahn)     |
| 7           | 08:59        | 09:09        | 09:35        | 11:30        | Konrad-Adenauer-Straße             |
| 8           | 09:01        | 09:10        | 09:38        | 11:39        | Friedrichstraße 130 C              |
| 9           | 09:02        | 09:12        | 09:41        | 11:48        | Torstraße 158/160                  |
| 10          | 09:04        | 09:14        | 09:44        | 11:57        | Torstraße 46                       |
| 11          | 09:05        | 09:16        | 09:46        | 12:06        | Otto-Braun-Straße                  |
| 12          | 09:07        | 09:18        | 09:49        | 12:15        | Strausberger Platz (Gegenfahrbahn) |
| 13          | 09:08        | 09:20        | 09:52        | 12:23        | Michaelkirchstraße                 |
| 14          | 09:09        | 09:22        | 09:55        | 12:32        | Heinrich-Heine-Str. 70             |
| 15          | 09:11        | 09:24        | 09:58        | 12:41        | Reichenberger Straße/Erkelenzdamm  |
| 16          | 09:12        | 09:25        | 10:01        | 12:50        | Kottbusser Damm 13                 |
| 17          | 09:14        | 09:27        | 10:04        | 12:59        | Hasenheide 16/14                   |
| 18          | 09:15        | 09:29        | 10:07        | 13:08        | Südstern (Kirche)                  |
| 19          | 09:16        | 09:31        | 10:10        | 13:16        | Gneisenaustraße 98 Mitte Einfahrt  |
| 20          | 09:18        | 09:33        | 10:13        | 13:25        | Yorckstraße 24                     |
| 21          | 09:19        | 09:35        | 10:15        | 13:34        | Goebenstraße 20/21                 |
| <b>HM</b>   | <b>09:19</b> | <b>09:35</b> | <b>10:15</b> | <b>13:35</b> | <b>Goebenstraße 24/25</b>          |
| 22          | 09:21        | 09:37        | 10:18        | 13:43        | Grunewaldstraße 11                 |
| 23          | 09:22        | 09:38        | 10:21        | 13:52        | Martin-Luther-Straße 88            |
| 24          | 09:24        | 09:40        | 10:24        | 14:01        | Hauptstraße                        |
| 25          | 09:25        | 09:42        | 10:27        | 14:09        | Rheinstraße 8                      |
| 26          | 09:26        | 09:44        | 10:30        | 14:18        | Wiesbadener Straße 12/13           |
| 27          | 09:28        | 09:46        | 10:33        | 14:27        | Breitenbachplatz                   |
| 28          | 09:29        | 09:48        | 10:36        | 14:36        | Lentzeallee 44                     |
| 29          | 09:31        | 09:50        | 10:39        | 14:45        | Rheinbabenallee 20                 |
| 30          | 09:32        | 09:52        | 10:42        | 14:54        | Hohenzollerndamm 124               |
| 31          | 09:33        | 09:53        | 10:45        | 15:02        | Hohenzollerndamm 152               |
| 32          | 09:35        | 09:55        | 10:47        | 15:11        | Hohenzollerndamm (Gegenfahrbahn)   |
| 33          | 09:36        | 09:57        | 10:50        | 15:20        | Konstanzer Straße 59               |
| 34          | 09:38        | 09:59        | 10:53        | 15:29        | Kurfürstendamm 204                 |
| 35          | 09:39        | 10:01        | 10:56        | 15:38        | Tauentzienstraße 13 A              |
| 36          | 09:41        | 10:03        | 10:59        | 15:47        | Kleiststraße 3-6 (Gegenfahrbahn)   |
| 37          | 09:42        | 10:05        | 11:02        | 15:55        | Potsdamer Straße 113               |
| 38          | 09:43        | 10:06        | 11:05        | 16:04        | Potsdamer Straße 35                |
| 39          | 09:45        | 10:08        | 11:08        | 16:13        | Leipziger Straße 5                 |
| 40          | 09:46        | 10:10        | 11:11        | 16:22        | Jerusalemmer Straße                |
| 41          | 09:48        | 10:12        | 11:14        | 16:31        | Französische Straße 14             |
| 42          | 09:49        | 10:14        | 11:16        | 16:40        | Straße des 17. Juni                |
| <b>Ziel</b> | <b>09:50</b> | <b>10:16</b> | <b>11:17</b> | <b>16:42</b> | <b>Straße des 17. Juni</b>         |

# BMW BERLIN MARATHON

28. + 29. September 2019

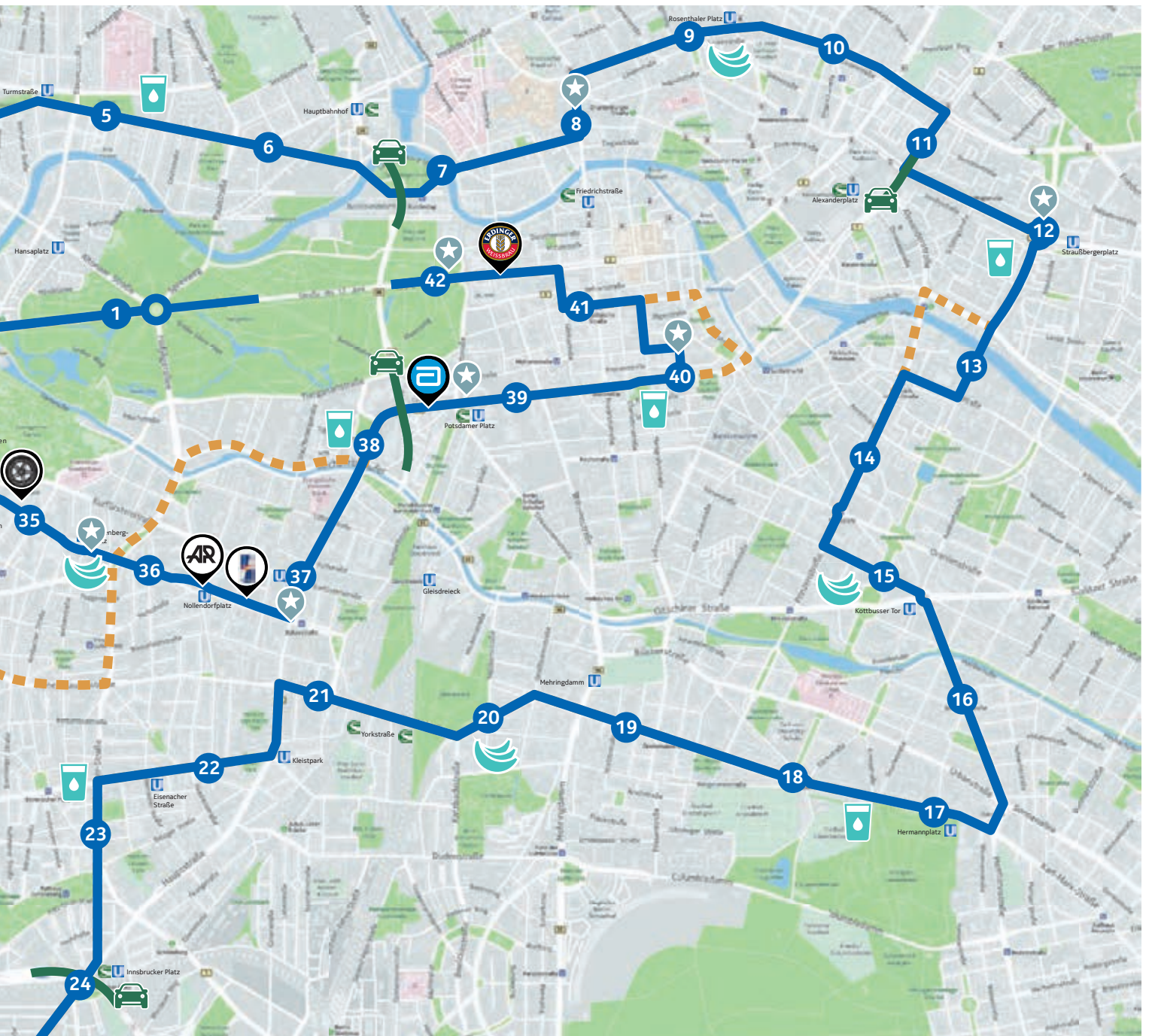
ZUR INTERAKTIVEN KARTE





# Strecke und Durchgangszeiten

## Course map and passing times



HERE Technologies. Official map of the BMW BERLIN-MARATHON

Aktuelle Informationen unter: [www.bmw-berlin-marathon.com](http://www.bmw-berlin-marathon.com)

- |                                                               |                             |                              |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| Kilometer                                                     | Hotspot                     | Hotspot Generali             |
| abweichende Strecke der Skater<br>deviating course of skaters | Hotspot Abbott              | Hotspot BMW                  |
| Quermöglichkeit für PKW<br>crossing for vehicles              | Hotspot ultraSPORTS Gelzone | Hotspot adidas Runners       |
| Verpflegungspunkt<br>refreshments                             | Hotspot Giti Tire           | Hotspot ERDINGER Alkoholfrei |
| Erfrischungspunkt<br>water                                    | Hotspot Red Bull            |                              |

here





Famos ist die Stimmung ja in allen Stadtteilen, durch die der BMW BERLIN-MARATHON führt. Es gibt aber Stellen an der Strecke, da ist noch ein bisschen mehr los. Die zeigen wir dir auf den nächsten Seiten.

*Where the best action is*  
**Wo der Bär**





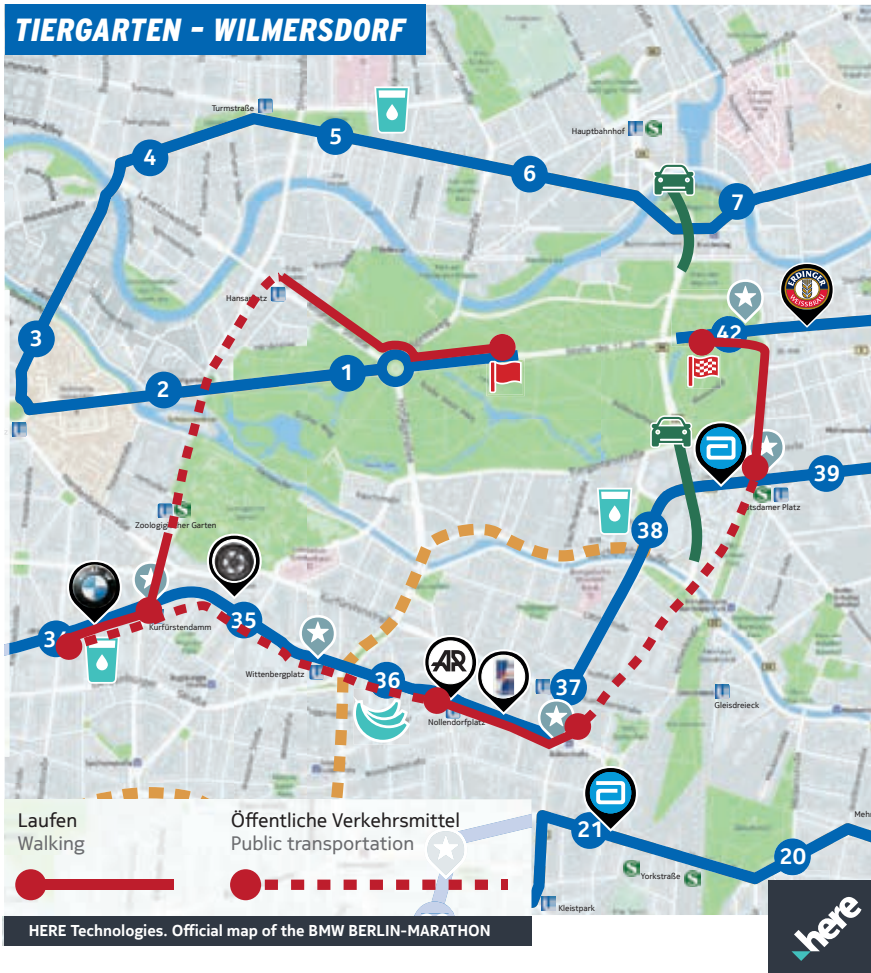
# tobt

*While the atmosphere along the course is fabulous in all of the districts, there are a few spots along the course of the BMW BERLIN-MARATHON that are even more exciting. We will show you where on the next few pages.*

**D**er BMW BERLIN-MARATHON bietet eine der attraktivsten Strecken weltweit über die 42,195 Kilometer. Das gilt in zweifacher Hinsicht: Zum einen ist der Kurs in der deutschen Hauptstadt sehr flach und dadurch bestens geeignet, um Bestzeiten zu erzielen. Zum anderen ist er touristisch ausgesprochen attraktiv. Die Strecke des BMW BERLIN-MARATHON beginnt und endet direkt im Herzen Berlins am Brandenburger Tor. Die 42 Kilometer lange Runde durch die Hauptstadt ist die längste Fanmeile der Welt. Ideal, um die ganze Faszination Marathon durch Berlin an mehreren Stellen zu erleben. Die Bezirke und Kieze entlang der Strecke sind alle unterschiedlich und haben ihren speziellen Charme. Auch diese Vielfalt Berlins macht die Faszination des Laufklassikers aus. Neu sind in diesem Jahr die „Kieztouren“, die von uns speziell für die Zuschauer des BMW BERLIN-MARATHON ausgearbeitet wurden, damit sie ihre Läufer bis ins Ziel optimal unterstützen können und ganz einfach entlang der Strecke von einem Hot Spot zum nächsten gelangen.

**T**he BMW BERLIN-MARATHON offers one of the most attractive courses at the 42.195 k distance. Not only is the course in Germany's capital flat and ideal for setting personal bests, but it is also extremely attractive for tourists. The route of the BMW BERLIN-MARATHON starts and ends right in the heart of Berlin at the Brandenburg Gate. It is the longest fan mile in the world – a 42km tour of the capital. It is a great way to experience the whole fascination of the marathon through Berlin in several areas. The districts and neighborhoods along the route are all different and each has its own special charm. You can also sense this when you are watching along the course, and the diverse areas of Berlin add to the appeal of the classic running event. This year there are five new spectator tours, which provide a great way to support friends on the course all the way to the finish and the easiest way to jump from one spot along the course to another.

# kieztour City West



## Sightseeing



### Siegessäule (Victory Column)

> bei Streckenkilometer 0,6 - at 0.6 k

Die 70 Meter hohe Siegessäule hat eine Aussichtsplattform und wird auf beiden Seiten umlaufen. *The 70-metre tall column is the first Berlin landmark along the course, which will be circled by the runners along both sides. The Siegessäule has a viewing platform.*

### Kurfürstendamm

> bei Streckenkilometer 34 - at 34 k

Auf dem berühmten Boulevard Kurfürstendamm in der City West ziehen Hotspots und Bands die Zuschauermassen an. *The course passes the famous boulevard Kurfürstendamm where hotspots and music bands attract many cheering spectators.*



### Gedächtniskirche (Kaiser Wilhelm Memorial Church)

> bei Streckenkilometer 35 - at 35 k

Im Zweiten Weltkrieg zerstört, ist die 1895 erbaute Kirche als Mahnmal stehen geblieben. *The Gedächtniskirche is one of the major landmarks in Berlin. Built in 1895 and destroyed in WWII, the church stands in partial ruins as a memorial.*

Start angucken | über Großer Stern zum U-Bahnhof Hansaplatz gehen | U9 zum Zoologischen Garten nehmen | zu Fuß zum Kudamm gehen | U2 Uhlandstraße zum Nollendorfplatz nehmen | zu Fuß zu Bülowstraße/Potsdamer Straße | mit der U2 zum Potsdamer Platz | zu Fuß ins Ziel

Watch the start | walk via Großer Stern to U Hansaplatz | U9 Zoologischer Garten | walk to the Kudamm | with U2 to Uhlandstraße to Nollendorfplatz | walk to Bülowstraße/Potsdamer Straße | with U2 to Potsdamer Platz | walk to the finish area

- |                                                               |                             |                              |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1 Kilometer                                                   | Hotspot                     | Hotspot Generali             |
| abweichende Strecke der Skater<br>deviating course of skaters | Hotspot Abbott              | Hotspot BMW                  |
| Querungsmöglichkeit für PKW<br>crossing for vehicles          | Hotspot ultraSPORTS Gelzone | Hotspot adidas Runners       |
| Verpflegungspunkt<br>refreshments                             | Hotspot Giti Tire           | Hotspot ERDINGER Alkoholfrei |
| Erfrischungspunkt<br>water                                    | Hotspot Red Bull            |                              |



# ultraSPORTS

 GERMAN SPORTS NUTRITION SINCE 1995



Philipp  
Pflieger

**ultraSPORTS**

Offizieller Sports Nutrition Partner  
des BMW BERLIN-MARATHON

Besucht uns auf der MARATHON EXPO und  
sichert euch eure persönliche Test Box  
mit der begehrten Limited Edition Flasche.

Auch online erhältlich: [www.ultra-sports.de](http://www.ultra-sports.de)

# kieztour

## Feine Leute & schnelle Tops

*Posh People & fast Athletes*



### Sightseeing



#### Gendarmenmarkt

**> bei Streckenkilometer 40 - at 40 k**

Der Gendarmenmarkt gehört zu den schönsten Plätzen Berlins. Er wird von den drei monumentalen Bauten Deutscher Dom, Französischer Dom und dem Konzerthaus umrahmt. *The Gendarmenmarkt is one of the most beautiful squares in Berlin. It is framed by three monumental buildings: the German Cathedral, the French Cathedral and the Concert House.*



#### Unter den Linden

**> bei Streckenkilometer 41 - at 41 k**

Die Prachtstraße Berlins. *The splendid boulevard in the heart of Berlin..*

Starts bis zur 2. Welle (9:35 Uhr) - zum Potsdamer Platz wandern - Handbiker, Rollies (9:50 Uhr) und Top-Athleten (11:00 Uhr) anfeuern - zum Ziel laufen (Tops Männer ab 11:17 Uhr, Frauen ab 11:33 Uhr) - Unter den Linden zum Gendarmenmarkt wandern - Milchkafe oder Sekt trinken und den Läufern applaudieren

Starts until 2nd wave of the runners (9:35 am) - walk to Potsdamer Platz - see handbikers and wheelchair drivers (9:50 am), top runners (11:00 am) - walk to the finish (fastest men approx. 11:17 am, women approx. 11:33 am) - walk Unter den Linden to the Gendarmenmarkt - have coffee or champagne and applaud the runners

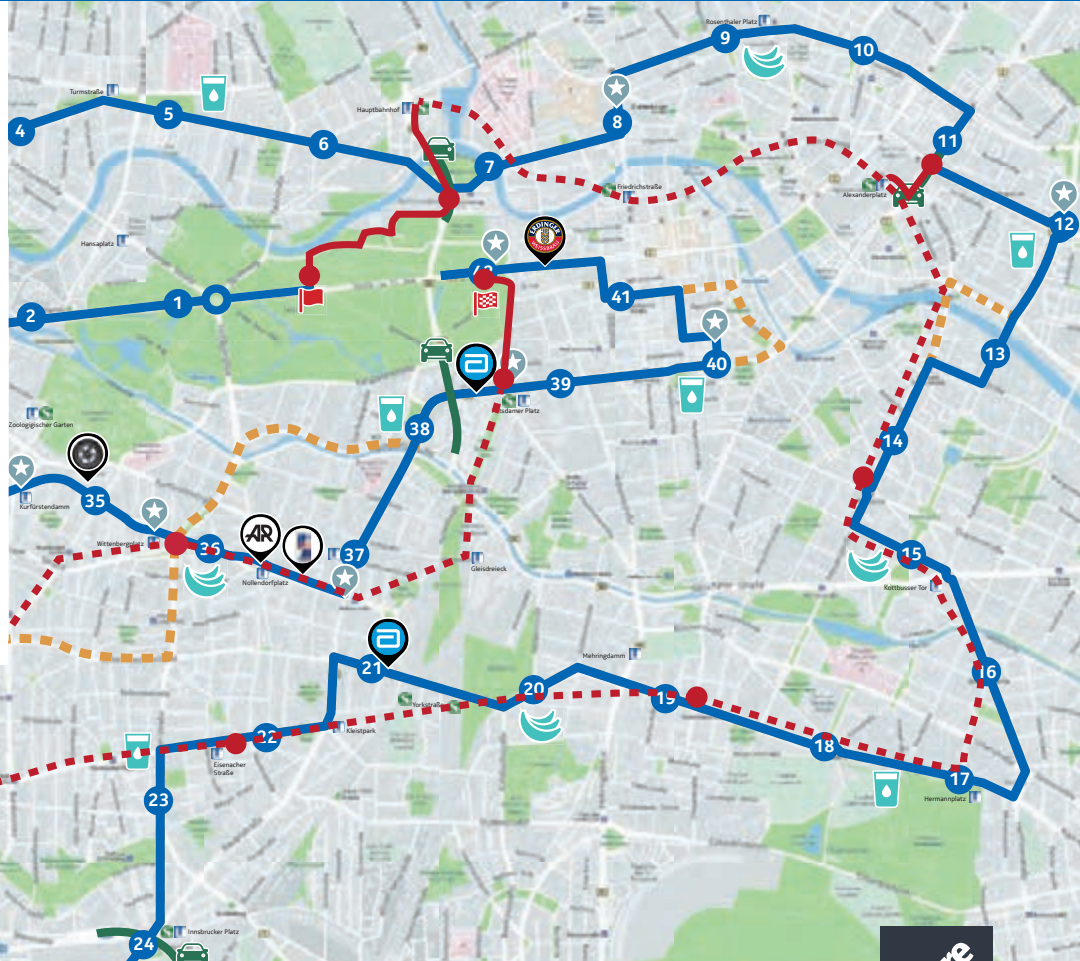
- |                                                                      |                                    |                                     |
|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|
| <b>1 Kilometer</b>                                                   | <b>Hotspot</b>                     | <b>Hotspot Generali</b>             |
| <b>abweichende Strecke der Skater</b><br>deviating course of skaters | <b>Hotspot Abbott</b>              | <b>Hotspot BMW</b>                  |
| <b>Querungsmöglichkeit für PKW</b><br>crossing for vehicles          | <b>Hotspot ultraSPORTS Gelzone</b> | <b>Hotspot adidas Runners</b>       |
| <b>Verpflegungspunkt</b><br>refreshments                             | <b>Hotspot Giti Tire</b>           | <b>Hotspot ERDINGER Alkoholfrei</b> |
| <b>Erfrischungspunkt</b><br>water                                    | <b>Hotspot Red Bull</b>            |                                     |



## TIERGARTEN - WILMERSDORF - SCHÖNEBERG - KREUZBERG - FRIEDRICHSHAIN - MITTE

Start angucken | zur Schweizer Botschaft / km 6,9 laufen | zum Hauptbahnhof (S-Bahn) laufen und zum Alexanderplatz fahren, zur Karl-Marx-Alle (km 11) gehen | U8 Moritzplatz (km 14) | U7/8 Gneisenaustraße (km 19) - U7 Eisenacher Straße (km 22) | U7/3 Breitenbachplatz (km 27) | U3 Fehrbelliner Platz (km 32) | U3 Wittenbergplatz (km 36) - U2 Potsdamer Platz (km 38,5) | zum Finish-Line-Village laufen.

Watch the start | walk to the Swiss Embassy / km 6,9 | walk to Hauptbahnhof (S-Bahn) | U8 Alexanderplatz, walk to Karl-Marx-Alle (km 11) | U8 Moritzplatz (km 14) | U7/8 Gneisenaustraße (km 19) - U7 Eisenacher Straße (km 22) | U7/3 Breitenbachplatz (km 27) | U3 Fehrbelliner Platz (km 32) | U3 Wittenbergplatz (km 36) - U2 Potsdamer Platz (km 38,5) | walk to the Finish-Line-Village



HERE Technologies. Official map of the BMW BERLIN-MARATHON



# Berliner Kiezbummler

## Neighborhood Drifter Tour



Laufen Walking  
Öffentliche Verkehrsmittel Public transportation

### Sightseeing

#### Rathaus Schöneberg (Schöneberg City Hall)

> bei Streckenkilometer 23 - at 23 k

Der frühere Sitz des West-Berliner Senats am John F. Kennedy-Platz. John F. Kennedy sprach hier die berühmten Worte: „Ich bin ein Berliner.“ *The former seat of the West Berlin Senate, John F. Kennedy spoke the famous words: „Ich bin ein Berliner“ here in 1963.*

**Ich bin ein Berliner**



#### Wilder Eber (Wild Boar) > bei Streckenkilometer 28 - at 28 k

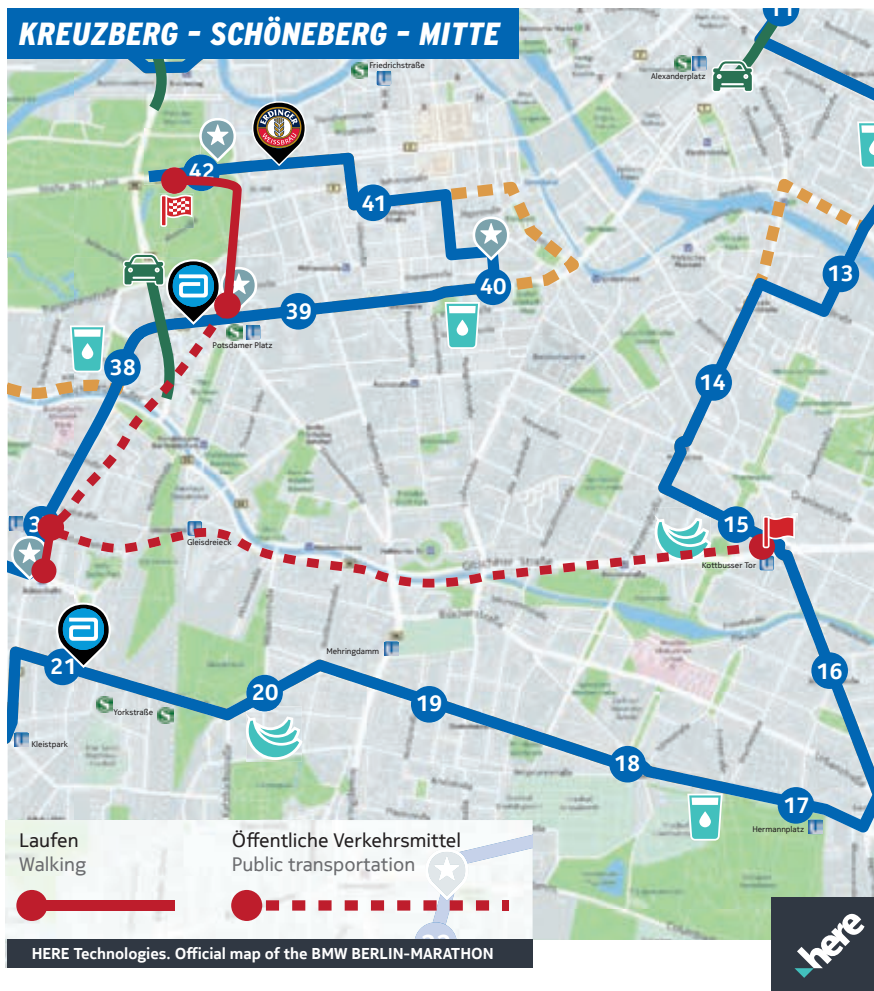
Der Platz am Wilden Eber ist traditionell eine Stimmungs-Hochburg. *The roundabout at „The Wild Boar“ is traditionally a highlight along the course. In this noble Berlin residential area, many spectators and a samba band assure great atmosphere.*



# Kreuztour

## Kreuzberger Nächte sind lang

Long nights in Kreuzberg



### Sightseeing



#### Bundeskanzleramt (Federal Chancellery) und Reichstag

> bei Streckenkilometer 6,5 - at 6,5 k  
Bundeskanzleramt und Reichstag > bei Streckenkilometer 6,5: Im Bundeskanzleramt residiert die Kanzlerin, im Reichstagsgebäude kommt das Parlament zusammen: Der Bundestag. The Reichstag houses the Bundestag (German Parliament) and provides spectacular views of Berlin from atop the copula. The German Chancellor lives in the Chancellery.



#### Potsdamer Platz

> bei Streckenkilometer 38,5 - at 38.5 k  
Der Potsdamer Platz war in den Vorkriegsjahren der zentrale Platz Berlins und wurde im 2. Weltkrieg vollständig zerstört. The Potsdamer Platz (Potsdamer Square) was once the melting point of pre-war Berlin. After years of construction it has come back to life.

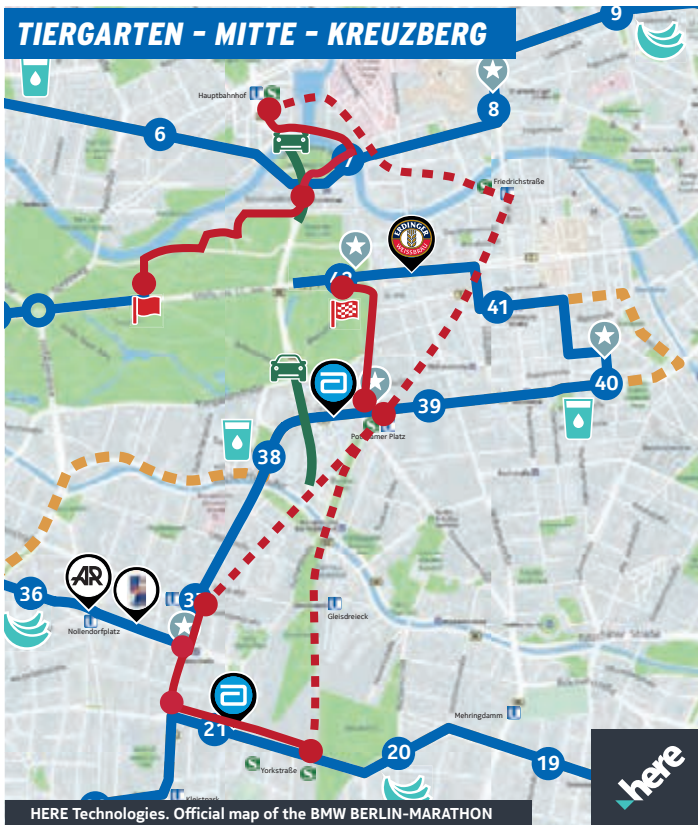
Start am Kottbusser Tor (U1) bei km 15 ab 10:30 Uhr (10:00 Uhr für die Tops) | Kurfürstenstraße (U1) | 100 m zu Fuß Bülowstraße/Potsdamer Straße (km 37) | Potsdamer Platz (U2) /km 38,5 | zu Fuß zum Ziel

Kottbusser Tor (U1)/km 15 from 10:30 am (10:00 am - top runners) | Kurfürstenstraße (U1) | 100 m walk to Bülowstraße/Potsdamer Straße (km 37) | Potsdamer Platz (U2)/km 38,5 | walk to the finish

- Kilometer
- abweichende Strecke der Skater  
deviating course of skaters
- Querungsmöglichkeit für PKW  
crossing for vehicles
- Verpflegungspunkt  
refreshments
- Erfrischungspunkt  
water
- Hotspot
- Hotspot Abbott
- Hotspot ultraSPORTS Gelzone
- Hotspot Giti Tire
- Hotspot Red Bull
- Hotspot Generali
- Hotspot BMW
- Hotspot adidas Runners
- Hotspot ERDINGER Alkoholfrei



# Kurz & schmerzlos



## Short & Painless

Starts bis zur 3. Welle der Läufer (9:50 Uhr) anschauen | zur Schweizer Botschaft (km 6,9) gehen | vom Hauptbahnhof zum S-Bahnhof Yorkstraße fahren | unter den Yorkbrücken zum Halbmarathonpunkt wandern | zum Hot Spot Ecke Bülowstraße/ Potsdamer Straße (km 37) gehen | zum Potsdamer Platz fahren | zum Brandenburger Tor und ins Zielgebiet gehen

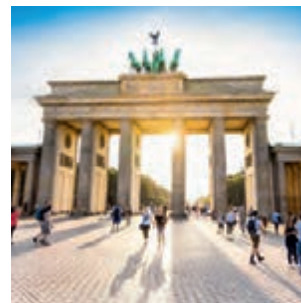
Watch the starts until the 3rd wave of the runners (9:50 am) | walk to the Swiss Embassy (km 6.9) | take the train from Hauptbahnhof to Yorkstraße | walk under the Yorkbridges to the half marathon point | walk to the Hot Spot Bülowstrasse/ Potsdamer Strasse (km 37) | take the train to Potsdamer Platz and walk to the Brandenburg Gate and the finish area

### Sightseeing

#### Brandenburger Tor (Brandenburg Gate)

> bei Streckenkilometer 6,5 - at 6,5 k

Das Brandenburger Tor ist Berlins bekanntestes und emotionalstes Bauwerk. An dieser früheren Nahtstelle zwischen Ost und West stand die Mauer. *The Brandenburg Gate is Germany's most famous landmark. The Berlin Wall used to stand on this seam separating the East and West.*



## Lokalpatrioten Berlin

Du kriegst die Kids aus dem Kiez,  
aber den Kiez nicht aus den Kids.  
Weil es geht in Berlin.





Vor einem Jahr lief Eliud Kipchoge in 2:01:39 Stunden einen sagenhaften Weltrekord. Wen wundert's dass angesichts dieser Glanzleistung Frauensiegerin Gladys Cheronu weniger Aufmerksamkeit zuteil wurde. A year ago, Eliud Kipchoge set a legendary world record in 2:01:39 hours. No wonder that in the shadows of this glittering performance, the women's winner Gladys Cheronu received less attention.

# *Aus dem Schatten der Kollegen*



**Zwei der besten Marathonläuferinnen der Welt haben in Berlin die Chance, an den Männern vorbei ins Rampenlicht zu laufen. Denn während in den vergangenen Jahren oft die Jagd nach dem Männerweltrekord im Fokus stand, rückt dieses Jahr das Duell zwischen Kenias Titelverteidigerin Gladys Cherono und deren Landsfrau Vivian Cheruiyot in den Mittelpunkt.**

**Text:** Jörg Wenig | **Fotos:** imago images (Pacific Press (2), Zuma, camera4)

**D**er BMW BERLIN-MARATHON ist der schnellste Marathon der Welt. Bereits elf Weltrekorde wurden beim spektakulärsten deutschen Straßenrennen gebrochen. Alleine in den vergangenen zwölf Jahren fielen ein halbes Dutzend globale Bestzeiten bei den Männern. Nun aber könnten die Frauen im Mittelpunkt stehen. Denn es kündigt sich ein hochklassiges Duell an, bei dem durchaus der hochkarätige Streckenrekord in Gefahr geraten kann. Kenias Titelverteidigerin Gladys Cherono trifft auf ihre Landsfrau Vivian Cheruiyot. Im Rennen der Männer will sich Äthiopiens Superstar Kenenisa Bekele beim BMW BERLIN-MARATHON zurückmelden. Für eine Reihe von nationalen und internationalen Athleten geht es auf der schnellen Strecke um das Unterbieten der Olympia-Normen. Diese wurden vom internationalen Leichtathletik-Verband IAAF auf 2:11:30 Stunden (Männer) beziehungsweise 2:29:30 Stunden (Frauen) festgesetzt. Zum ersten Mal wird der BMW BERLIN-MARATHON das finale Rennen einer Abbott World Marathon Majors (AWMM)-Serie sein. Neben Berlin formen die Läufe in Boston, London, Chicago, New York und Tokio die AWMM. Über rund zwölf Monate hinweg sammeln die besten Athleten der Welt bei diesen spektakulärsten Marathonrennen der Welt Punkte im Kampf um den prestigeträchtigen Serien-Sieg, der bei Männern und Frauen mit jeweils einer Viertelmillion US-Dollar dotiert ist.

**Im Frauenrennen bahnt sich ein kenianisches Duell um den Sieg an Titelverteidigerin Gladys Cherono trifft auf Vivian Cheruiyot, die 2018 den London Marathon in 2:18:31 Stunden gewann. Bei ihrem letzten Aufeinandertreffen in der britischen Hauptstadt im vergangenen Frühjahr war Cheruiyot in 2:20:14 Stunden Zweite, Cherono kam in 2:20:52 Stunden als Vierte ins Ziel. In the women's race, it is a Kenyan duel. Defending champion Gladys Cherono faces Vivian Cheruiyot, who won the London Marathon in 2:18:31 hours in 2018. In their last meeting in the British capital this past spring, Cheruiyot finished second in 2:20:14 hours, while Cherono came in fourth in 2:20:52 hours.**

## Women Power

**Two of the best female marathon runners in the world have the chance in Berlin this year to race past the men into the limelight. While the pursuit for the men's world record has often been the focus of attention in recent years, this year all eyes are on the duel between Kenya's defending champion Gladys Cherono and her compatriot Vivian Cheruiyot.**

**T**he BMW BERLIN-MARATHON is the world's fastest marathon. A phenomenal number of eleven world records have been broken in Germany's most spectacular road race. Half a dozen men's records have been established within the past twelve years. However, this time the focus could be more on the women. It is likely that their race will produce a thrilling battle for victory, which could knock down the high-calibre course record. Defending champion Gladys Cherono is expected to duel it out with fellow-Kenyan Vivian Cheruiyot. Meanwhile, in the men's race, Ethiopia's superstar Kenenisa Bekele aims to come back strongly after a series of disappointing results. A number of national and international athletes will attempt to achieve the Olympic qualifying times of 2:11:30 hours and 2:29:30 hours for men and women respectively. Berlin's fast course provides a good opportunity to achieve these standards set by the international athletics federation IAAF.

For the first time, the BMW BERLIN-MARATHON will field the final race in the Abbott World Marathon Majors (AWMM) Series, which it comprises along with Boston, London, Chicago, New York and Tokyo. Over the course of around twelve months, the world's best marathon runners collect points at these spectacular races, competing for the overall win in the prestigious AWMM Series. The men's and women's series' winners both receive a quarter of a million US Dollars.



# Das Rennen der Frauen

## The women's race

### **Gladys Cherono will ihren Titel verteidigen**

Die internationale Frauen-Marathonspitze ist in den vergangenen Jahren deutlich stärker geworden und hat ein neues Niveau erreicht. Es gibt inzwischen eine Reihe von Athletinnen, die deutlich unter 2:20 Stunden laufen können. Dies zeigt sich auch anhand der Starterfelder und der Ergebnisse beim BMW BERLIN-MARATHON. Im vergangenen Jahr ging das stärkste Frauen-Elitefeld der Veranstaltungsgeschichte an den Start. Die diesjährige Besetzung besitzt ein vergleichbares Niveau.

Mit Gladys Cherono kehrt die Titelverteidigerin zurück. Die 36-jährige Kenianerin verbesserte 2018 den 13 Jahre alten Streckenrekord um gut eine Minute auf 2:18:11 Stunden. Sie hatte den BMW BERLIN-MARATHON auch schon 2015 und 2017

gewonnen. Gelingt ihr Sieg Nummer vier, würde sie aufsteigen zur Rekord-Siegerin des Rennens. Allerdings trifft Gladys Cherono in Berlin einmal mehr auf extrem starke Konkurrenz. Ihre Landsfrau Vivian Cheruiyot ist dabei sogar leicht favorisiert. Denn in den bisherigen zwei Aufeinandertreffen der beiden im Marathon war Cheruiyot jeweils vor Cherono im Ziel. Nach ihrem 5.000-Meter-Sieg bei den Olympischen Spielen in Rio 2016 wechselte Cheruiyot zum Marathon. Ihr bisher größter Triumph war der Sieg in London 2018, bei dem sie sich auf 2:18:31 Stunden steigerte. Die stärksten Konkurrentinnen für die beiden Topstars kommen aus dem Nachbarland: Fünf Äthiopierinnen gehen beim BMW BERLIN-MARATHON mit Bestzeiten von unter 2:22 Stunden an den Start. Darunter ist mit Mare Dibaba (2:19:52 Stunden) auch die Marathon-Weltmeisterin von 2015 und Olympia-Dritte von 2016.

### **Defending Champion Gladys Cherono returns**

Women's elite marathon running has developed strongly in recent years. A group of athletes has reached a new level, clocking a number of times well under 2:20 hours. This also is evident in the BMW BERLIN-MARATHON women's fields and can be seen in last year's results. In 2018, the strongest women's elite field in the history of the Berlin race was assembled. This year's field is on that same level.

Defending champion Gladys Cherono returns. The Kenyan improved the 13-year-old course record by over a minute with a time of 2:18:11 hours in 2018. Gladys Cherono also won the BMW BERLIN-MARATHON in 2015 and 2017. If the 36-year-old can win the race for a fourth time, she would become Berlin's top record holder. But once more she will be up against very strong opposition. Fellow-Kenyan Vivian Cheruiyot is regarded as the slight favourite, as she finished ahead of Gladys Cherono in the two marathons they faced each other. After she won the 5,000m gold medal at the Rio Olympics in 2016, Cheruiyot switched to the marathon. Her biggest triumph at this classic distance so far is her victory at the London Marathon in 2018, when she smashed her personal best with a time of 2:18:31 hours.

The strongest competition for the two star Kenyan runners will come from their neighbouring country: Five Ethiopians with personal bests of sub 2:22 hours will be featured at the BMW BERLIN-MARATHON. Among them is Mare Dibaba, who has a personal best of 2:19:52 hours. She won the world title in Beijing in 2015 and one year later took the bronze medal at the Rio Olympics.

**2018 gewann Gladys Cherono den BMW BERLIN-MARATHON in 2:18:11 Stunden. Damit verbesserte sie den Streckenrekord um gut eine Minute.** In 2018, Gladys Cherono won the BMW BERLIN-MARATHON in 2:18:11 hours. This improved the course record by more than a minute.







**Eliud Kipchoge lief 2018 in Berlin Weltrekord. Dieses Jahr ist er nicht am Start. Er versucht, im Oktober in Wien einen Marathon unter zwei Stunden zu laufen. Allerdings unter irregulären Bedingungen, sodass diese Zeit nicht als Weltrekord anerkannt werden würde.** Eliud Kipchoge ran a new world record in Berlin in 2018. This year he will not be at the start. He will be attempting to run a marathon under two hours in Vienna in October. However, this race takes place under irregular conditions, so a sub-2-hour time would not be recognized as a world record.

# Das Rennen der Männer

## The men's race

### ***Kenenisa Bekele nur schwer zu schlagen – wenn er in Form ist***

Es spricht einiges dafür, dass es am Sonntag einen äthiopischen Sieger geben wird. Nur zweimal konnten die Äthiopier in den vergangenen zehn Jahren den BMW BERLIN-MARATHON gewinnen. Achtmal waren ihre großen Konkurrenten, die Kenianer, vorne. Da der Marathon-Superstar Eliud Kipchoge – der Kenianer steigerte in Berlin vor einem Jahr den Weltrekord auf 2:01:39 Stunden – dieses Mal nicht am Start ist, dürfte es ein deutlich offeneres Rennen geben. Die schnellsten sechs Läufer auf der Startliste kommen aus Äthiopien. Alle weisen hochkarätige Bestzeiten von unter 2:05 Stunden auf.

Ist der mehrfache Langstrecken-Olympiasieger und Weltrekordler über 5.000 sowie 10.000 Meter, Kenenisa Bekele, in Top-Form, wird der Äthiopier schwer zu schlagen sein. Doch hinter der Form des Ausnahmeläufers steht ein Fragezeichen, denn seine letzten Rennen waren enttäuschend. Aber schon einmal war Kenenisa Bekele so gut wie abgeschrieben und meldete sich dann sensationell zurück: 2016 gewann er den BMW BERLIN-MARATHON in seiner persönlichen Bestzeit von 2:03:03 Stunden und verpasste den damaligen Weltrekord um nur sechs Sekunden.

Mit Birhanu Legese startet ein Mann, der in diesem Jahr bereits das Abbott World Marathon Majors-Rennen in Tokio gewonnen hat. Der Äthiopier triumphierte dort im März mit 2:04:48 Stunden und hat eine Bestzeit von 2:04:15 Stunden. Mit Guye Adola kehrt ein Läufer zurück, der in Berlin schon für Furore gesorgt hat. Er war vor zwei Jahren hier Zweiter mit einem inoffiziellen Debüt-Weltrekord von 2:03:46 Stunden (offizielle Weltrekorde für Debütanten werden nicht geführt). Dabei brachte der Äthiopier sogar Superstar Eliud Kipchoge in Bedrängnis, denn bis kurz vor Kilometer 40 lag er in Führung.

### ***Kenenisa Bekele is hard to beat – when in top form***

It looks likely that Sunday's race will produce an Ethiopian winner. In the past ten years, Ethiopian runners have only won the men's title at the BMW BERLIN-MARATHON on two occasions. In contrast, their Kenyan rivals have captured all of the other races. In 2018, marathon superstar Eliud Kipchoge ran a world record of 2:01:39 hours in Berlin. Since the Kenyan will be absent this year, a much closer race is expected. The six fastest runners on

the roster are all from Ethiopia. And all of them feature extremely strong personal bests of sub 2:05 hours. Should Kenenisa Bekele, the multiple Olympic Champion and world record holder at the 5,000m and 10,000m, be in peak form, the Ethiopian would be difficult to beat. However, there are question marks regarding his form, as his recent marathon races have been quite disappointing.

But Kenenisa Bekele has been almost written off once before, coming back in sensational style and winning the BMW BERLIN-MARATHON in a personal best of 2:03:03 hours in 2016. In that race, he missed the world record by an agonizingly margin of just six seconds.

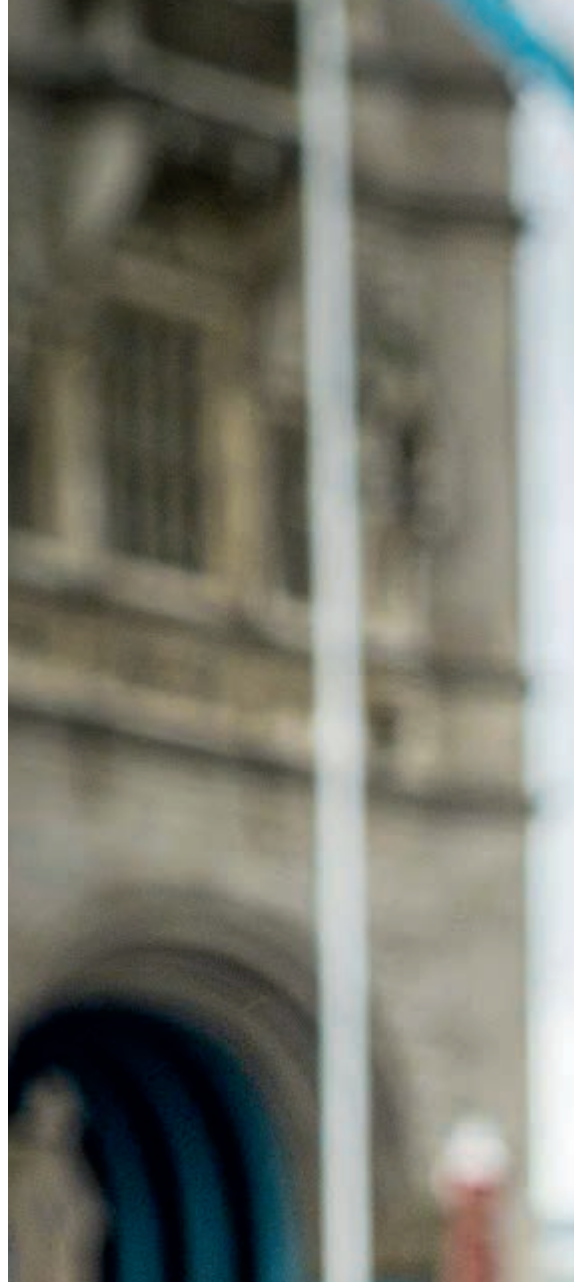
Birhanu Legese is the one runner among the Ethiopians who has already won an Abbott World Marathon Majors race this year. He took the title in Tokyo in a time of 2:04:48 hours. His personal best stands at 2:04:15 hours.

Another Ethiopian to be watched is Guye Adola, who ran a sensational race at the BMW BERLIN-MARATHON in 2017. He clocked an unofficial world debut record to finish second in 2:03:46 hours – official world records for marathon debuts are not given. He even managed to put Eliud Kipchoge under pressure, keeping ahead of the Kenyan until just before the 40k mark.

# Superstar aus Kenia

Mit Vivian Cheruiyot geht in Berlin ein Sport-Superstar an den Start. Ihre Leistungen über die Bahn-Langstrecken waren so außerordentlich, dass die Kenianerin 2011 zur Weltsportlerin des Jahres gewählt wurde. Als Gewinnerin des Laureus Award steht sie in einer Reihe mit Athleten wie Serena Williams, Tiger Woods, Usain Bolt oder auch Michael Schumacher.

~~~~~  
Text: Jörg Wenig | **Fotos:** imago images (Zuma, i-Images, Eibner)





Der Triumph beim „Laureus Award“ 2011 war die Anerkennung für gleich drei Weltmeistertitel, die Vivian Cheruiyot 2011 gewonnen hatte. Damals triumphierte sie im koreanischen Daegu sowohl über 5.000 als auch über 10.000 Meter. Im gleichen Jahr war sie zudem Cross-Weltmeisterin. 2016 krönte die Kenianerin ihre Bahnlauf-Karriere mit dem Olympiasieg über 5.000 Meter.

Wer in London beim Marathon triumphiert, darf mit einem echten Prinzen für die Kameras posieren. Vivian Cheruiyot gelang das 2018 zusammen mit Eliud Kipchoge. Die Siegerehrung übernahm Prinz Harry. The marathon champion in London gets to pose with a real prince for the cameras. Vivian Cheruiyot succeeded in 2018 together with Eliud Kipchoge. Prince Harry presided over the award ceremony.

Nach den Spielen in Rio wechselte Vivian Cheruiyot zum Straßenlauf. Seitdem konzentriert sich die inzwischen 36-Jährige auf die Marathondistanz. In Deutschland feierte sie vor zwei Jahren ihren ersten Sieg über die 42,195 Kilometer: 2017 siegte Vivian Cheruiyot beim Frankfurt Marathon in 2:23:35 Stunden. Ein halbes Jahr später gelang ihr in London ihr bisher größte Erfolg über die klassische Distanz. Sie gewann das bestbesetzte Rennen des Jahres mit einer Steigerung auf 2:18:31 Stunden - zu diesem Zeitpunkt war sie damit die viertschnellste Marathonläuferin aller Zeiten, inzwischen steht sie auf Rang acht.

Nach ihrem hervorragenden London-Rennen bei sehr warmem Wetter wurde spekuliert, ob die Kenianerin in der Zukunft bei guten Bedingungen sogar den Weltrekord von Paula Radcliffe (Großbritannien/2:15:25 Stunden) angreifen könnte. Doch danach gefragt, antwortete Vivian Cheruiyot ausweichend: „Für mich“, erklärte die Läuferin damals, „waren die Be-

dingungen in London gut, denn ich mag kein kühles Wetter.“ Verbesserungspotenzial hat die Kenianerin sicherlich noch, zumal sie bisher erst fünf Marathonläufe absolviert hat.

Das Talent von Vivian Cheruiyot war als Jugendliche so außergewöhnlich, dass sie bereits als 15-Jährige zum kenianischen Junioren-Nationalteam gehörte. Mit 16 wurde sie im Jahr 2000 Crosslauf-Junioren-Weltmeisterin (Altersklasse bis 19 Jahre), und wenige Tage nach ihrem 17. Geburtstag startete sie im gleichen Jahr erstmals bei Olympischen Spielen, erreichte das Finale und belegte Platz 14 über 5.000 m. Nach einer Reihe von Medaillen gewann Vivian Cheruiyot in Berlin 2009 ihren ersten WM-Titel über 5.000 m. Vivian Cheruiyot lebt mit ihrem Mann und Trainer Allan Kiplagat sowie ihrem sechsjährigen Sohn Allan im kenianischen Hochland in Kaptagat. Dort trainiert sie hauptsächlich mit Männern. Um ihre Konkurrentinnen macht sie sich nicht viel Gedanken: „Ich laufe nur für mich.“



Ihren ersten Marathon lief Vivian Cheruiyot in Deutschland. 2017 gewann die Kenianerin in Frankfurt mit 2:23:35 Stunden.
Vivian Cheruiyot's first marathon was in Germany. In 2017, the Kenyan won in Frankfurt with a time of 2:23:35 hours.

Superstar from Kenya

An athletic superstar will be on the starting line in Berlin: Due of her outstanding performances in 2011, Vivian Cheruiyot became the Laureus Award winner that year (Global Sportswoman of the Year). The Kenyan joined an illustrious group of athletes, who received this prestigious award before her, including Serena Williams, Tiger Woods, Usain Bolt and Michael Schumacher.

At the World Championships in Daegu, South Korea, Vivian Cheruiyot won the 5,000m and the 10,000m. Additionally, she took the gold medal at the World Cross Country Championships earlier in 2011. In 2016, the Kenyan crowned her track career with an Olympic 5,000m gold medal.

After the Rio Olympics, Vivian Cheruiyot turned to road running. Since then, the 36-year-old has concentrated on the marathon distance. She experienced her first marathon victory two years ago in Germany, winning in Frankfurt with a time of 2:23:35 hours. Half a year later, she celebrated her biggest triumph so far on the roads: Vivian Cheruiyot won the London Marathon—the race with the best field—improving her personal best significantly

to 2:18:31 hours. She moved up to fourth place in the list of the fastest marathon runners ever. In the meantime, there have been a couple of faster times, but Cheruiyot still ranks number eight in the world. After her superb performance in London in very warm weather, there were speculations if Vivian Cheruiyot might be able to attack Paula Radcliffe's world record of 2:15:25 hours in the future. Asked about this, the Kenyan avoided a concrete answer: "For me, the weather conditions in London were good, because I don't like cool weather." Having run only five marathons so far, she surely has the potential for further improvement.

Vivian Cheruiyot was such a sensational talent as a teenager that she was already selected for the Kenyan national junior

team at the age of 15. In 2000, when she was 16, she competed in the World Junior Cross Country Championships against runners up to three years older than she was. Cheruiyot left them all in the dust and won the gold. Later that year, she competed in the Olympics just a few days after her 17th birthday. The youngster reached the 5,000m finals and ended up placing 14th. After winning a number of medals, Vivian Cheruiyot took her first World Championship gold in the 5,000m finals in Berlin in 2009. Vivian Cheruiyot lives with her husband and coach Allan Kiplagat and their six year-old son Allan at high altitude in Kaptagat. Her training partners are mainly men. She does not think too much about her rivals, saying: "I am only running for myself."

YOU LOVE IT? WE PRINT IT!

Abhängen mit Deckenhängern? Ikonische Posen in Konturschnitt? Große Gefühle auf Großflächenplakaten? Fall auf mit plakativer Leidenschaft in allen Formaten und Auflagen und gib deinen Fans ordentlich Druck – [auf laser-line.de](http://auf.laser-line.de)!



Mit Kenenisa Bekele kehrt der wohl beste Läufer aller Zeiten zurück zum BMW BERLIN-MARATHON. Dreimal war der äthiopische Ausnahme-Athlet Olympiasieger. Phänomenale 16 Weltmeistertitel sammelte er. Und er hält die Weltrekorde über 5.000 und 10.000 Meter. Aber im Marathon fehlen ihm noch gleichartige Erfolge. Ein zweiter Sieg in Berlin, wo er 2016 gewonnen hatte, wäre ein Schritt in diese Richtung.

Text: Jörg Wenig | *Fotos:* imago images (camera4, Pacific Press)



Kenenisa Bekele am Start des BMW BERLIN-MARATHON 2016. Gut zwei Stunden später lief er in 2:03:03 Stunden als Sieger ins Ziel und verpasste den Weltrekord um nur sechs Sekunden. Kenenisa Bekele at the start of the BMW BERLIN-MARATHON 2016. A good two hours later, he finished in 2:03:03 hours as the champion, missing the world record by just six seconds.

Die Rückkehr des Besten



Seit rund 15 Jahren hält Kenenisa Bekele mittlerweile die Weltrekorde über 5.000 und 10.000 m mit 12:37,35 beziehungsweise 26:17,53 Minuten – kein anderer Läufer der Leichtathletik-Geschichte hielt einen offiziellen Rekord über diese Distanzen länger als der inzwischen 37-jährige Äthiopier. Über die Bahn-Langstrecken und im Crosslauf ist Kenenisa Bekele die unumstrittene Nummer eins. Die Krönung wäre ein entsprechender Erfolg über die Marathondistanz. Doch seit der Äthiopier vor gut fünf Jahren auf die 42,195-Kilometer-Strecke wechselte, jagt er einem derartigen Ergebnis vergeblich hinterher. Die Marathon-Karriere des Kenenisa Bekele gleicht einer Achterbahnfahrt. Dabei ging es allerdings zuletzt fast nur noch bergab. Bei seinen letzten fünf Rennen

über die klassische Distanz kam er dreimal nicht ins Ziel. Darunter waren die Läufe in Dubai 2017, wo er den Weltrekord angreifen wollte, und in Berlin im gleichen Jahr. Einmal war es Kenenisa Bekele bei seinen bisher zehn Marathonläufen allerdings gelungen, sein enormes Potenzial auf die 42,195 km zu übertragen: 2016 schrammte er beim BMW BERLIN-MARATHON haarscharf am Weltrekord vorbei. Mit 2:03:03 Stunden gewann er das Rennen, verpasste aber die globale Bestzeit um ärgerliche sechs Sekunden. Sein Coach war damals der renommierte Italiener Renato Canova, von dem er sich später trennte. Wenn Kenenisa Bekele jetzt zum dritten Mal beim BMW BERLIN-MARATHON an den Start geht, darf man gespannt sein, zu welcher Leistung er fähig sein wird. Es

ist vielleicht noch nicht seine letzte Chance im Marathon. Aber viel Zeit bleibt ihm ein Jahr vor den Olympischen Spielen in Tokio nicht mehr. Kenenisa Bekele wurde als zweites von sechs Kindern in der Kleinstadt Bekoji geboren. Aus dem Ort südlich von Addis Abeba stammen eine ganze Reihe von äthiopischen Weltklasseläufern, darunter die Dibaba-Schwester Ejegayehu, Tirunesh und Genzebe sowie die Marathon-Olympiasieger Gezahegne Abera und Tiki Gelana. Bekele, der mit der äthiopischen Filmschauspielerin Danawit Gebregziabher verheiratet ist und drei Kinder hat, errichtete in der Stadt Sululta 2012 eine moderne 400-Meter-Laufbahn mit sechs Bahnen. Auch für die dort trainierenden internationalen Athleten baute er in der Nähe ein Hotel.



Sein bisher größter Erfolg im Marathon: 2016 triumphierte Kenenisa Bekele am Brandenburger Tor und verpasste in 2:03:03 Stunden den Weltrekord nur um sechs Sekunden. His biggest success so far in the marathon: In 2016, Kenenisa Bekele triumphed at the Brandenburg Gate and missed the world record by just six seconds, with a time of 2:03:03 hours.

The Return of the Best

Kenenisa Bekele, the best runner of all time, returns to the BMW BERLIN-MARATHON. The exceptional Ethiopian athlete has won Olympic gold three times. He has collected a phenomenal 16 World Championship titles. And he holds the world records for both the 5,000m and 10,000m. But in the marathon he still lacks similar success. A second victory in Berlin, where he won in 2016, would be a step in that direction.

For around 15 years, Kenenisa Bekele has held the 5,000m and 10,000m world records with times of 12:37.35 and 26:17.53 minutes respectively. No other runner in history has held an official world record at these distances longer than Bekele. While the 37-year-old Ethiopian is the undisputed number one on the track and in cross country, it would be his crowning triumph to have a similar success in the marathon. However, since Bekele switched to the marathon five years ago, he has not yet achieved this. The marathon career of Kenenisa Bekele is like a roller coaster ride—and more recently the direction has been mostly

downwards. He did not finish three of his past five marathons. Among these races were Dubai in 2017, where he was going for the world record, and Berlin in the same year.

However, Kenenisa Bekele did show his true potential in one of his ten marathons: In 2016, he missed the world record at the BMW BERLIN-MARATHON by a tiny margin. He won the race with a time of 2:03:03 hours, but he missed the world record by six seconds. At that time, his coach was the renowned Renato Canova, but he left the Italian later on. It will be interesting to see what kind of performance Kenenisa Bekele can achieve in his third BMW BERLIN-MARATHON.

It may not yet be his final chance to win a marathon, but looking ahead to the Olympic Games in Tokyo in 2020, there is not much time left for him.

Kenenisa Bekele was born the second of six children in Bekoji, a small town south of Addis Ababa, which is home to a number of world-class runners. Among them are the Dibaba sisters, Ejegayehu, Tirunesh and Genzebe, as well as the Olympic marathon champions Gezahegne Abera and Tiki Gelana. Bekele is married to Ethiopian film actress Danawit Gebregziabher. They have three children. In 2012, Bekele built a six-lane all-weather track in Sululta. He also built a hotel nearby for visiting athletes to stay.

BMW 2-ER CABRIOLET GEWINNEN!

Besuchen Sie unseren Stand, Nr. 6.073, hier auf der Expo und gewinnen Sie ein Jahr **BMW 2-er-Cabriolet** fahren.

BMW
BERLIN
MARATHON

GitiSport^{S1}

SUPER-SPORTLER MIT GRIP

German
Engineering



ENJOY DRIVING

www.giti-tire.eu

Giti





Von Berlin nach Tokio?

Für die schnellsten deutschen Starter um Anna Hahner vom SCC EVENTS PRO TEAM geht es beim BMW BERLIN-MARATHON vor allem darum, sich für die Olympischen Spiele in Position zu bringen, die 2020 in Tokio stattfinden werden. Um eine Chance auf einen Olympiastart im marathonverrückten Japan zu haben, müssen die besten Deutschen in Berlin unter 2:11:30 Stunden (Männer) beziehungsweise 2:29:30 Stunden (Frauen) bleiben.

~~~~~  
**Text:** Jörg Wenig | **Fotos:** imago images/Hübner, Gora (2), camera4 (2), Beautiful Sports



**Philipp Baar trainiert seit einem Jahr in Berlin. Er will bei seinem Heimrennen seine persönliche Bestzeit (2:16:17 Stunden) verbessern.**

Philipp Baar has been training in Berlin for a year. He wants to improve his personal best (2:16:17 hours) at his home race.

## *From Berlin to Tokyo?*

**For Anna Hahner from the SCC EVENTS PRO TEAM and the other fastest German competitors, the main goal at the BMW BERLIN-MARATHON is to position themselves for the Olympic Games, which will take place in Tokyo in 2020. To have a chance at an Olympic start in marathon-crazy Japan, the best Germans have to finish under 2:11:30 hours (men) and 2:29:30 hours (women).**

**T**wo runners from the SCC EVENTS PRO TEAM, Anna Hahner and Philipp Baar, will compete in the BMW BERLIN-MARATHON. They will be facing other fellow-Germans, among them Philipp Pflieger and Melat Kejeta, and they all have one major goal: Tokyo, where the Olympic Games will take place next year. A maximum of three athletes can compete for one country in the marathon. Qualification is more difficult and more complicated than before. The main reason is that the marathon fields have been limited to 80 athletes. However, German runners who beat the international qualifying standard of 2:11:30 hours (men) and 2:29:30 hours (women), should have a good chance of securing a place in the Olympic race.

And there is a backdoor to Tokyo as well: Runners who have finished among the top 10 of an Abbott World Marathon Majors race—Berlin is one of them—are considered by the IAAF to have achieved the qualifying standard. Whether this would be enough to secure a place in the reduced field remains to be seen.

For about one year, Philipp Baar has now been coached by Dieter Hogen, who is in charge of the SCC EVENTS PRO TEAM.

The 27-year-old required some time to adjust to a different approach in training. The intensity is higher, and Dieter Hogen includes more training sessions in slightly hilly territory. The athletes mainly train in the Grunewald, a large forest area in the western part of Berlin.

Philipp Baar ran the Vienna City Marathon in April, but with a time of 2:18:45 hours he missed his personal best of 2:16:17 hours by a considerable margin. "His preparation for that race was not consistent," explains Dieter Hogen. "Philipp now is much stronger than he was in the spring. He should be able to run a PB in Berlin. His personal environment is fine and he has managed all the changes."

However, it would not be realistic to expect Philipp Baar to run the Olympic qualifying time of 2:11:30 hours in Berlin. Both athlete and coach more likely expect a result somewhere in between that time and his personal best. "He could then build on this and try to run the Olympic standard on a fast course next spring," says Dieter Hogen.

Philipp Pflieger's personal best is much closer to a qualifying time for Tokyo. Back in 2015, the runner from the Bavarian club LG Telis Finanz Regensburg clocked

**M**it Anna Hahner und Philipp Baar wird das SCC EVENTS Pro Team beim BMW BERLIN-MARATHON an den Start gehen. Die beiden treffen auf weitere deutsche Top-Athleten, darunter Philipp Pflieger und Melat Kejeta. Alle haben ein großes Ziel, und das heißt Tokio. Dort finden in einem Jahr die Olympischen Spiele statt. Maximal drei Startplätze stehen pro Nation zur Verfügung, allerdings ist die Qualifikation schwieriger und komplizierter als bisher. Dies hängt damit zusammen, dass die Marathon-Starterfelder bei den Spielen deutlich reduziert wurden: auf insgesamt 80 Athleten. Deutsche Läufer, die die Normen von 2:11:30 (Männer) beziehungsweise 2:29:30 Stunden (Frauen) erfüllen, sollten eine gute Chance auf einen Olympia-Startplatz haben.

Wer bei einem Abbott World Marathon Majors-Rennen wie Berlin eine Platzierung unter den ersten Zehn erreicht, der hat für den internationalen Leichtathletik-Verband (IAAF) die Nominierungs-Voraussetzung ebenfalls erfüllt. Ob das am Ende tatsächlich für einen Startplatz in dem reduzierten Feld reichen könnte, bleibt abzuwarten.

Philipp Baar trainiert seit rund einem Jahr unter seinem neuen Coach Dieter Hogen im SCC EVENTS PRO TEAM. Der 27-Jährige brauchte einige Zeit, um sich an die andere Herangehensweise im Training zu gewöhnen. So ist die Intensität höher, und Dieter Hogen lässt seine Athleten mehr im Gelände trainieren. Das Haupt-Trainingsrevier des Teams ist der Grunewald im Westen Berlins.

### **Für Philipp Baar und Philipp Pflieger wird's schwer**

Im April startete Philipp Baar beim Vienna City Marathon, verpasste dort seine Bestzeit von 2:16:17 Stunden aber deutlich mit einem Ergebnis von 2:18:45 Stunden. „Es war eine instabile Vorbereitung auf Wien“, erklärt Dieter Hogen. „Jetzt ist Philipp klar besser als im Frühjahr, und er sollte in Berlin in der Lage sein, eine persönliche Bestzeit zu laufen. Er hat ein solides Umfeld und ist nach den ganzen Umstellungen über den Berg.“ Die Olympia-Norm von 2:11:30 Stunden dürfte für Philipp Baar in Berlin aber noch nicht realistisch sein. Eher rechnen Athlet und Trainer mit einem Ergebnis zwischen Norm und persönlicher Bestzeit. „Darauf aufbauend könnte er dann im Frühjahr



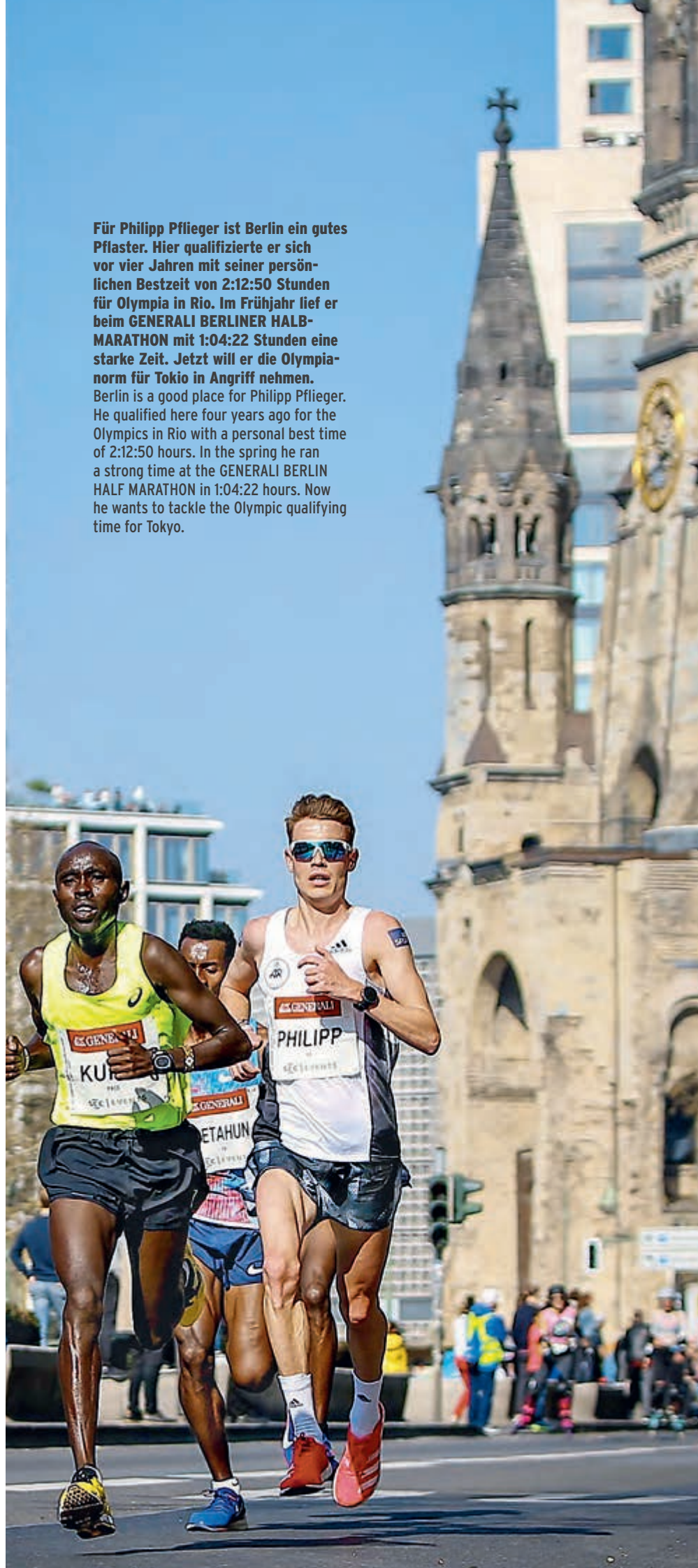
versuchen, auf einer schnellen Strecke die Norm zu unterbieten“, sagt Hogen. Philipp Pfliegers Bestzeit liegt bereits deutlich dichter an der Olympia-Norm. Der 32-Jährige, der für die LG Telis Finanz Regensburg startet, erreichte in Berlin 2015 ein Ergebnis von 2:12:50 Stunden. Das war die Grundlage für die Olympia-Qualifikation für Rio 2016. Nach einer nicht optimalen Vorbereitung belegte er damals bei den Spielen Rang 55. „Nach vier Jahren ist es höchste Zeit für eine neue persönliche Bestzeit im Marathon. Und wo würde das besser passen als in Berlin - wieder im Vorjahr der Olympischen Spiele“, sagte Philipp Pflieger. „Die Olympia-Norm von 2:11:30 Stunden ist sicherlich ambitioniert, aber man wächst bekanntlich an seinen Herausforderungen, und ich denke jeder Athlet, der schon mal das einmalige Flair von Olympischen Spielen erleben durfte, wird alles versuchen, das nochmal möglich zu machen.“

### **Anna Hahner und Melat Kejeta mit guten Olympia-Chancen**

Bei den Frauen haben mehr als drei deutsche Läuferinnen das Potenzial, die Norm-Zeit von 2:29:30 Stunden zu unterbieten. Hier könnte der Kampf um die Olympia-Startplätze sehr spannend werden. Anna Hahner, die bei Olympia 2016 bereits am Start war und im Marathon Rang 81 belegte, ist eine solche Zeit schon viermal in ihrer Karriere gelaufen. Die 29-Jährige, die in Berlin 2014 ihre Bestzeit von 2:26:44 Stunden rannte und hier zudem auch 2017 eine Top Ten-Platzierung erreichte, war lange Zeit verletzt und hat in diesem Jahr einen kompletten Neuaufbau hinter sich. Sie wird noch nicht in Bestform sein, doch vielleicht reicht es für die Olympia-Norm. „So sehr wie jetzt hatte ich noch nie das Gefühl, dass es mein Heimrennen ist. Denn ich verbringe ja viel Trainingszeit in Berlin“, sagt Anna Hahner. Seit März besitzt Melat Kejeta (Laufteam Kassel) die deutsche Staatsbürgerschaft. Vor einem Jahr hatte sie noch als Äthiopierin den GENERALI BERLINER HALBMARATHON in 69:04 Minuten gewonnen. Die vom früheren Marathon-Bundestrainer Winfried Aufenanger betreute Athletin hat eine Bestzeit von 68:41 Minuten. Wenn sie dieses Potenzial bei ihrem Marathon-Debüt in Berlin nur halbwegs auf die 42,195 km übertragen kann, müsste sie unter der Olympia-Norm bleiben.

**Für Philipp Pflieger ist Berlin ein gutes Pflaster. Hier qualifizierte er sich vor vier Jahren mit seiner persönlichen Bestzeit von 2:12:50 Stunden für Olympia in Rio. Im Frühjahr lief er beim GENERALI BERLINER HALBMARATHON mit 1:04:22 Stunden eine starke Zeit. Jetzt will er die Olympia-norm für Tokio in Angriff nehmen.**

Berlin is a good place for Philipp Pflieger. He qualified here four years ago for the Olympics in Rio with a personal best time of 2:12:50 hours. In the spring he ran a strong time at the GENERALI BERLIN HALF MARATHON in 1:04:22 hours. Now he wants to tackle the Olympic qualifying time for Tokyo.





2:12:50 hours in Berlin. After this performance, he was selected for the 2016 Olympics. After a preparation period marked by some struggles, he finished 55th in Rio. "After four years, it is really time for a personal best. Where better to run it than in Berlin? And once again it is the year before the Olympics," said 32-year-old Philipp Pflieger. "To go for the Olympic standard of 2:11:30 hours is of course quite ambitious. But you need to have these challenges to be successful. I think every athlete who has experienced the olympic atmosphere will do everything to be there again."

**There are two German women who can run sub 2:29:30 hours**

Among the German women, there are more than three runners who have the potential to a run sub 2:29:30 hours. So the battle for the Olympic starting places could become a thrilling one. Anna Hahner, who competed in the Rio Olympic marathon in 2016 and finished 81st, has already run the qualifying time four times in her career. The 29-year-old clocked her personal best of 2:26:44 hours in Berlin in 2014. She also achieved a top-ten result here two years ago. Anna Hahner had been injured for a longer period and started to rebuild her fitness with a different coaching team about a year ago. She will not yet be at her best, but maybe she can still achieve the Olympic standard. "I never had this special feeling in Berlin before, as it is now somehow my home race. I spend a lot of time training in Berlin nowadays," says Anna Hahner. Melat Kejeta, who competes for Laufteam Kassel, gained German citizenship this March. She was still an Ethiopian national when she won the Berlin Half Marathon in 69:04 minutes last year. Coached by former national marathon coach Winfried Aufenanger, she boasts a half marathon PB of 68:41 minutes. Even if she is not able to fully transform her potential in the marathon distance in her debut, she should be able to achieve the Olympic standard.

**Mit Fabian Clarkson gehört auch ein schneller Mann zum SCC EVENTS PRO TEAM, der noch im Hindernislauf zu Hause ist, aber schon bei gelegentlichen Ausflügen auf die Straße überzeugte.**

Fabian Clarkson is another fast runner on the SCC EVENTS Pro Team, whose main event is the steeplechase, but has had convincing occasional performances on the road as well.



**Ein Österreicher trainiert mit dem SCC EVENTS PRO TEAM. Valentin Pfeil steigerte seine Bestzeit beim Vienna City Marathon im Frühjahr auf 2:12:55 Stunden und hat gute Chancen, sich in Berlin für Olympia zu qualifizieren.**  
An Austrian on the SCC EVENTS PRO TEAM. Valentin Pfeil dropped his best time at the Vienna City Marathon this spring to 2:12:55 hours and has a good chance of qualifying for the Olympics in Berlin.

**SCC EVENTS PRO TEAM**

# Heimat für Schnelle

Deutschlands beste Straßenläufer produzieren immer wieder internationale Top-Ergebnisse. Rennen wie der BMW BERLIN-MARATHON oder auch der GENERALI BERLINER HALB-MARATHON gehören dabei zu den hochklassigsten weltweit. Die besten deutschen Straßenläufer spielen dagegen im internationalen Vergleich keine Rolle. Um dies zu ändern, hat Lauf-Veranstalter SCC EVENTS im vergangenen Jahr ein Elite-Laufteam gegründet: das SCC EVENTS PRO TEAM. Eine kleine Gruppe von nationalen Athleten wird hier bestmöglich gefördert, und in Kürze kommen auch talentierte Nachwuchsläufer hinzu. Als Trainer des Teams wurde der Berliner Erfolgs-Coach Dieter Hogen verpflichtet. Er führte in den 90er-Jahren neben Uta

Pippig eine Reihe von kenianischen Läufern in die Marathon-Weltspitze. Zurzeit besteht das SCC EVENTS PRO TEAM aus fünf Athleten: Philipp Baar, Lisa und Anna Hahner, die sich auf den Marathon konzentrieren, sowie Fabian Clarkson, dessen Spezialstrecke zurzeit noch die 3.000-Meter-Hindernis-Distanz ist. Mit Ausnahme von Anna Hahner, die zurzeit hauptsächlich in München von Dan Lorang betreut wird, wohnen und trainieren die Läufer in Berlin. Der Gruppe angeschlossen hat sich auch der Österreicher Valentin Pfeil, der in die deutsche Hauptstadt gezogen ist und sich beim Vienna City Marathon im Frühjahr auf 2:12:55 Stunden verbessert hat. Er wird für den österreichischen Klub LAC Amateure Steyr beim BMW BERLIN-MARATHON starten.







**Die Hahner-Zwillinge Lisa und Anna sind die Aushängeschilder des SCC EVENTS PRO TEAM. Lisa kann allerdings nach vielen Verletzungssorgen noch nicht beim BMW BERLIN-MARATHON 2019 starten.**  
 The Hahner twins Lisa and Anna are the figureheads of the SCC EVENTS PRO TEAM. However, Lisa will not be able to start at the BMW BERLIN-MARATHON 2019 due to injuries.

# Home of the fast

**G**ermany's best road races produce international top results time and again. Events like the BMW BERLIN-MARATHON or the GENERALI BERLIN HALF MARATHON rank among the very best of their kind worldwide. In contrast, the best German road runners are still currently far behind. To change this, organiser SCC EVENTS founded an elite race team last year: the SCC EVENTS PRO TEAM. A small group of national athletes receive maximum support, and it is in the planning to include talented youngsters as well soon. Berlin's renowned coach Dieter Hogen heads the team. Back in the 1990s, he led Uta Pippig and a number of Kenyan runners to major international victories. Currently there are five athletes in the SCC EVENTS PRO TEAM: Marathon runners Philipp Baar, Lisa and Anna Hahner, and Fabian Clarkson, whose main event currently is the 3,000m steeplechase. With the exception of Anna Hahner, who mainly lives in Munich and is coached there by Dan Lorang, the team lives and trains in Berlin. Austria's Valentin Pfeil is joining the group as well and has moved to Berlin. In spring he improved to 2:12:55 hours in Vienna. Pfeil will also run the BMW BERLIN-MARATHON, competing for his Austrian club LAC Amateure Steyr.

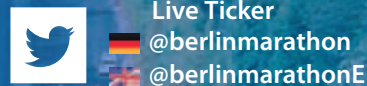
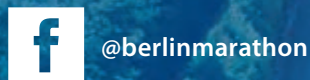
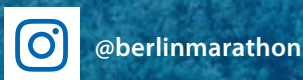
**BECOME A  
#BERLINLEGEND**



**BMW BERLIN-MARATHON**  
 28. + 29. September 2019



**WE'D LOVE TO WELCOME YOU ON OUR SOCIAL CHANNELS:**



**BRAND NEW:**  
 Our YouTube Channel  
 BMW BERLIN-MARATHON





# Time to give back



An fast allen Verpflegungs- und Erfrischungspunkten setzt SCC EVENTS in diesem Jahr Becher aus recyceltem Material ein. Die Läufer werfen diese Becher nach Gebrauch in die dafür vorgesehenen Behälter und helfen mit, die Umwelt zu schonen. Becher, die auf der Straße landen, können nicht mehr recycelt werden. Deshalb ist Treffsicherheit gefragt. Dies gilt auch bei Kilometer 38. Dort erhalten die Läufer die lediglich zehn Gramm leichten, BPA-freien und mit Wasser gefüllten Mehrwegbecher. Diese werden im Anschluss professionell gereinigt und bei unseren nächsten Veranstaltungen wieder eingesetzt. 2018 gab das Mehrwegbecherprojekt von adidas und SCC EVENTS den Startschuss für einen bewussteren Umgang von Rohstoffen bei Laufveranstaltungen. Runners will receive cups made out of recycled material at nearly all the refreshment stations. Please throw your used cup into the container provided and help to protect the environment. Cups that land on the street can no longer be recycled. At kilometre 38 adidas and SCC EVENTS are setting an example for the environment with their 10 gm BPA-free cups - filled with water. These cups are then professionally cleaned and used again at our next events.



© imago images/camera4

# news

**REKORD**

**46.983**

Läuferinnen und Läufer sind für den BMW BERLIN-MARATHON 2019 angemeldet. Mehr waren es noch nie.

**46.983**

runners are registered for the 2019 BMW BERLIN-MARATHON. That is more than ever before.

## Alle 92 Bands an der Strecke All 92 music groups along the course

### Vom Start bis zur Halbmarathonmarke | From start to half marathon

4 km: Posaunenchor (Klassik) | 4,5 km: Das Blaue Wunder (Worldmusic) | 7 km: Klosssek Trio (Jazz) | 8 km: Hastetöne (Blasorchester) | 8 km: die Tiere (Big Band) | 8 km: DJ (Rock-Pop) | 8,5 km: Fabian Timm Quartett (Jazz) | 9 km: Disco mit Ansager () | 9 km: Foobirds (Jazz Big Band) | 10 km: The roaring strings (Jazz) | 10,5 km: Swing Quartett (Jazz) | 11 km: Afro Cuban Conga Family (percussion) | 12 km: Super 8 km: (Jazz) | 12 km: Boogaboom & Boogadinos (Percussion) | 12,5 km: Just mad (Jazz Big Band) | 12,5 km: BVG Swing Stand (Swing) | 13 km: Trommelzentrum üneyli & Ensemble (Rock-Pop) | 14 km: Terra Brasilis (Percussion) | 14 km: Kameleon (Jazz Big Band) | 14 km: Kapitzki (Jazz) | 15 km: Elektromann (Jazz) | 15 km: Usambaras (Samba) | 17 km: Jazzquartett M & M (Jazz) | 18 km: Blackmail (Rock-Pop) | 18 km: Südamerikanisch Folk (Foklore) | 18 km: HeartBeaters (Samba) | 18 km: Green Igelz/Capoeira Akademie (Percussion) | 18 km: Julian Erdem Trio (Jazz) | 18 km: Samba Bloco Exoposao (Samba) | 20 km: Drum Faraih (Percussion) | 20 km: Jante be (Percussion) | 20 km: Thats Us (Rock-Pop) | 21 km: Dreimalschwarzerkater (Blasorchester) | 21 km: Pumping Air (Jazz) | 21 km: Tamborada (Samba)



## Be a Berlin Legend

Die deutsche Hauptstadt strotzt vor Geschichte und Geschichten. Legenden wurden und werden hier geschaffen und das kannst auch du schaffen: Erlebe die Berliner Straßen, schreibe deine eigene Geschichte und mach dich zu einer Berliner Legende! *The German capital is bursting with history and stories. Legends were and are created here and you can do that too: experience the streets of Berlin, write your own story and make yourself a Berlin legend!* **#berlinlegend**

## Race Report

Der Marathon ist eine lange Reise. Wie sie genau verlief, kann man sich gleich nach dem Zieleinlauf auf dem neuen, attraktiv gestalteten Race Report ansehen. Negativ- oder Positiv-Split, die Entwicklung der Kilometerzeiten und des Rankings. Auf der Ergebnisseite des BMW BERLIN-MARATHON findet ihr alles. *The marathon is a long journey. Now, right after the finish, you can review just exactly how it transpired on the nicely designed race report. Was it a negative or positive split, what were your km times and how did you rank? You can find it all on the results page.* **[www.bmw-berlin-marathon.com](http://www.bmw-berlin-marathon.com)**

## Let's Runletics

Run, Runner, Runletics. Das neue Laufformat mit sieben Hindernissen auf 1.000 Metern fordert von Kopf bis Fuß. Im Rahmen der MARATHON EXPO wird das kompetitive Event erstmals vorgestellt. Anmeldung und Teilnahme sind einfach per App möglich. *Run, Runner, Runletics. This new running format with seven obstacles over 1,000 metres requires effort from head to toe. The competitive event will be presented for the first time during the MARATHON EXPO. Registration and participation are easy via the app.* **[www.facebook.com/runletics.now](http://www.facebook.com/runletics.now)**

## „Ausgezeichnet“ für die Umwelt | “Excellent” for the environment

Das EMAS ist ein freiwilliges Instrument der Europäischen Union, das Unternehmen unterstützt, ihre Umweltleistung zu verbessern. Seit einiger Zeit zählt die SCC EVENTS GmbH dazu. Beim BMW BERLIN-MARATHON werden Umweltgutachter vor Ort sein und die Veranstaltung inspizieren, einer von ihnen läuft sogar mit: Arnold Multerer - seine Laufgeschichte liest du auf Seite 63. Bereits am Marathon-Freitag ist die Übergabe der EMAS-Registrierungsurkunde für unseren Bürostandort während der Pressekonferenz geplant.

*The EMAS is a voluntary instrument of the European Union that helps companies improve their environmental performance. For some time, the SCC EVENTS GmbH has been part of this. At the BMW BERLIN-MARATHON, environmental experts will be on site to inspect the event, and one of them will even participate. The presentation of the EMAS registration certificate for our office location is planned to occur on the Friday before the marathon at our press conference.* **[www.emas.de](http://www.emas.de)**

**Sie sind jedes Jahr ein Highlight beim BMW BERLIN-MARATHON, Läufer, die in Kostümen oder mit spektakulären Aktionen Marathon-Weltrekorde nach Lesart der Guinness World Records aufstellen wollen. Diesmal sind 16 Anwärtler aus sieben Nationen am Start. Unter ihnen auch Jordan Brickmann aus den USA, der den Marathon laufen und dabei unentwegt zwei Basketbälle dribbeln will. Und das mit Tempo. Der aktuelle Weltrekord steht bei 3:54:16 Stunden ...** Every year, they provide a highlight at the BMW BERLIN-MARATHON – runners who are attempting to set Guinness World Records at the marathon with some spectacular action or crazy outfit. This year, there are 15 contenders from seven nations at the start hoping to make their own world record history. Among them is Jordan Brickmann from the USA, who will run the marathon while constantly dribbling two basketballs – and run fast too! The current world record is at 3:54:16 hours ...



## Von der Halbmarathonmarke bis ins Ziel | From half marathon to the finish line

22 km: Leo Kestenbergs Musikschule (Alphörner) | 22 km: DJ (Disco) | 22 km: Global Players (Percussion) | 22 km: Damenorchester Salomé (Jazz) | 23 km: Crocodile Princess (Jazz Big Band) | 24 km: beyond the lines (Soul-pop-funk) | 24 km: The Voltz Brothers (Jazz) | 24 km: Groove Power Percussion (Percussion) | 24 km: Boxen vom Balkon (DJ) | 24 km: Fry & Friends (Rock-Pop) | 24 km: Trommelgruppe (Percussion) | 25 km: „ein toter Dichter“ Heilsarmee (Brassband) | 26 km: latin - pop - rock (Rock-Pop) | 26 km: Good Vibes (Jazz) | 26 km: Jazzquintett (Jazz) | 27 km: Djembellas (Percussion) | 27 km: Feed Back-Bassy & friends (Rock-Pop) | 27 km: Jazzband blue garden (Jazz) | 28 km: Berlin Thistle Pipes & Drums (Dudelsack) | 28 km: Percussion 3 drummers (Percussion) | 28 km: Sapucaiu no samba (Samba) | 29 km: Nattys Dance Factory (Cheerleader) | 30 km: Stefan Berker Trio (Jazz) | 30 km: Hinz & Kunz (Jazzquintett) | 30 km: Reedstorm-Jazzband (Jazz) | 31 km: Round Midlife (Big Band) | 31 km: Pinnow 58 (Rock-Pop) | 32 km: DJ Globulation (DJ) | 32 km: Wasabi Daiko (Jap. Trommeln) | 32 km: Vetter Sound (Samba) | 32 km: JuniorJazzBand (Jazz Schulband) | 32 km: Jazzfamily (Jazz) | 33 km: Drumkitchen (Percussion) | 33 km: feinSchnitt TV (DJ) | 34 km: Karsulke Band - Die Goons (Rock-Pop) | 34 km: Spielmannszug Pankow (Spielmannszug) | 34 km: Bloco calango (Samba) | 35 km: Flintstones (Jazz Big Band) | 35 km: A l'infini (Rock-Pop) | 36 km: Cats Cheerleader (Cheerleader) | 36 km: Cheerleader/DJ (Disco) | 37 km: Samba GEW Berlin (Percussion) | 37 km: Etzelstreetband (Rock-Pop) | 37,5 km: Marcelli Quintett (Jazz) | 37,5 km: Prokopätz (Jazzorchester) | 38 km: Sussuro do Asfalto (Samba) | 39 km: Wasabi Daiko (Jap. Trommeln) | 39 km: Alegria do samba (Percussion) | 39 km: Sambanda (Samba) | 39 km: Malinke (Percussion) | 41 km: 42 Saxophones () | 41,5 km: Erdinger Animation | 42 km: Disco Madness (Moderator)









**Fast 47.000 Läuferinnen und Läufer aus der ganzen Welt haben eine der begehrten Startnummern für den BMW BERLIN-MARATHON ergattert. Wir haben eine Läuferin aus Estland, einen laufenden Umweltgutachter aus Passau und einen Berliner Local Hero aus dieser bunt gemischten, internationalen Menge herausgefischt und stellen sie vor.**

**Texte:** Bodo Höche | **Fotos:** camera4, privat



## Die für Schokolade läuft

**Diana Kaljuvee, Tallin (Estland)**

**D**iana Kaljuvee liebt Schokolade. So sehr, dass sie wegen ihres Schokoladenkonsums vor knapp zehn Jahren mit dem Laufen begann. Aber nicht etwa, weil sie sich ein paar schokoladige Pfunde wieder abtrainieren wollte. Sondern „weil ich weiter so viel Schokolade essen wollte, ohne mir dabei Sorgen über mein Gewicht machen zu müssen“. Und weil sie wieder Zeit hatte, sich ein bisschen mehr um sich selbst zu kümmern. Ihre Söhne, mittlerweile 15 und 13 Jahre alt, beanspruchten nicht mehr ihre ganze Aufmerksamkeit.

Zu Beginn lief sie nur einmal pro Woche, ungefähr zehn Kilometer. Dazu machte die heute 41-Jährige Aerobic und ging ins Fitnessstudio. Doch wie sehr das Laufen sie bereits gepackt hatte, realisierte die Estin erst, als sie gemeinsam mit ihrem Mann Janno, der ebenfalls ein ausgezeichneter Marathonläufer ist, und ihrem Laufklub „Jooksupartner“ 2011 beim Marathon in Rotterdam war. Eigentlich wollte sie nur irgendwie durchkommen - und überquerte nach 4:01:37 Stunden die Ziellinie. Ohne spezielle Vorbereitung und Läufe über längere Distanzen. Das nennt man wohl Talent.

Zurück in Tallin, der estnischen Hauptstadt, wo Diana mit ihrer Familie lebt, begann sie die Sache ernsthaft anzugehen und richtig zu trainieren. Nahezu täglich steht bei ihr seitdem ein Trainingslauf auf dem Programm. Und sie läuft Marathon auf Marathon auf Marathon. 14 Stück sind es inzwischen. Für die meisten ist sie kreuz und quer durch Europa gereist oder in die USA geflogen, ein einziger

# Who is that running?

fand in Estland statt. In Deutschland ist sie schon in München, Frankfurt, Hamburg und 2016 auch in Berlin gestartet, in den USA in Chicago, in Boston und beim New York City Marathon. Und dabei hat sie sich ständig verbessert. In Zürich war sie nach 3:16:45 Stunden im Ziel. Bis dato ihre Bestzeit.

Mit Berlin hat Diana Kaljuvee noch eine Rechnung offen. Schon 2016 wollte sie in der Hauptstadt 3:15 Stunden laufen. Doch bereits nach acht Kilometern bekam sie Bauchschmerzen, quälte sich nach 3:35 Stunden ins Ziel und schaffte es dennoch auf den letzten Metern dem Fotografen Kuschhände zuzuwerfen. „Das hatte ich meinen Söhnen versprochen.“ In diesem Jahr visiert sie in Berlin 3:10 Stunden an. Vielleicht helfen ihr ja die Zuschauer über die letzten Meter. Die Stimmung ist in Berlin fantastisch, findet Diana Kaljuvee. „Ich bin eine emotionale Läuferin. Ich mag es, den Kids High Fives zu geben, mit den Zuschauern Spaß zu haben. Das ist in Berlin klasse. Hier wird man überall angefeuert, die ganzen 42 Kilometer. Das gibt es sonst nur in den USA.“ Bei anderen europäischen Marathons beschränke sich die Unterstützung meist auf den Start-Zielbereich. „In Europa ist Berlin einmalig.“

**Nearly 47,000 runners from all over the world landed one of the coveted race numbers for the BMW BERLIN-MARATHON this year.**

**We picked one runner from Estonia, a running environmental auditor from Passau, and a local hero out this colourful, international crowd and would like to introduce them to you.**

## Running for chocolate

**Diana Kaljuvee, Tallin (Estland)**

**D**iana Kaljuvee loves chocolate. And that led her to get into running just under ten years ago. But it was not because she wanted to get rid of a couple of pounds from all the chocolate. Rather: “Because I wanted to continue to be able to eat as much chocolate as I wanted without having to worry about my weight”. And she also had more time to take care of herself, when her sons, now 15 and 13 years old, no longer claimed her full attention.

At the beginning, she only ran once a week, about ten kilometres. The 41-year-old also did aerobics and went to the gym. However, she did not realize how much she had this running thing down until 2011, when

she participated in the Rotterdam Marathon together with her husband Janno, who is also an excellent marathon runner, and her running club “Jooksupartner”. Actually, she just hoped to somehow complete it—and then she crossed the finish line in 4:01:37 hours—without any special or long distance preparation. That’s what you call talent.

When she returned to Tallinn, the capital of Estonia, where Diana lives with her family, she began to take it more seriously and train properly. Almost every day since then, a training run is on the program. And now she runs marathon after marathon after marathon. Fourteen to date. She has had to travel far for most of them, all over Europe and even to the USA, with only a single one taking place in Estonia. She has already run in Germany (in Munich, Frankfurt, Hamburg and Berlin in 2016) and in Chicago, in Boston and in the New York City Marathon. And she has constantly improved. In Zurich, she finished in only 3:16:45 hours—her best time so far.

Diana Kaljuvee still has a score to settle in Berlin. In 2016, she wanted to finish the race through the capital in 3:15 hours. But after eight kilometres, she got a stomach ache and agonised her way across the finish after 3:35 hours, still managing to throw kisses to the photographer on the last metres. “I promised my sons I would.” This year, she is aiming for 3:10 hours in Berlin. Maybe the spectators will help her over the last metres. The mood in Berlin is fantastic, says Diana Kaljuvee. “I am an emotional runner. I like to give kids high fives and have fun with the crowd. That’s awesome in Berlin. Here you are cheered on everywhere, for the whole 42 kilometres. The only other place you get that is in the USA. For other European marathons, the fans are mostly limited to the start-finish area. “Berlin is unique in Europe that way.”

### DIANA KALJUVEE

**2016 lief die Estin zum ersten Mal in Berlin den Marathon. Nun kehrt sie zurück und möchte sehr gerne ihre Bestzeit auf 3:10 Stunden verbessern. In 2016, the woman from Estonia ran the marathon in Berlin for the first time. Now she returns and would like to improve her best time to 3:10 hours.**





Arnold Multerer hält sich mit ausgiebigen Touren in den Alpen fit. Arnold Multerer keeps fit with extensive hikes in the Alps.



ARNOLD MULTERER

## Die Umwelt immer im Blick

Arnold Multerer, Passau

Zu seiner Startnummer beim BMW BERLIN-MARATHON ist Arnold Multerer ziemlich unverhofft gekommen: Er arbeitet für Omnicert, ein Unternehmen aus Bad Abbach (Bayern), das Umweltgutachten erstellt und das in diesem Jahr den BMW BERLIN-MARATHON nach EMAS validieren wird. EMAS steht für „Eco-Management and Audit Scheme“, ist ein Gütesiegel der EU und das weltweit anspruchsvollste System für nachhaltiges Umweltmanagement. Das EU-Label erhalten Organisationen nur, wenn sie die strengen Anforderungen der EMAS-Verordnung erfüllen - der BMW BERLIN-MARATHON hat große Anstrengungen unternommen, um es in diesem Jahr erstmalig zu erhalten.

Arnold ist einer der zwei Umweltgutachter von Omnicert, die in diesem Jahr mit insgesamt sechs Auditoren den BMW BERLIN-MARATHON vom Aufbau bis zum Abbau, von der Organisation bis zur Durchführung genau unter die Lupe nehmen werden. Doch während seine Kollegen reine Beobachter sind, ist Arnold Multerer mittendrin statt nur dabei. Er läuft die 42,195 Kilometer und hält unterwegs die Augen offen - so gut das eben geht, während man einen Marathon läuft.

„Das war eine spontane Entscheidung“, sagt der 42-Jährige über seinen Entschluss so aktiv zu zertifizieren. Und kurzfristig noch dazu: Gerade einmal sieben Wochen hat er für die Vorbereitung. Wie soll das gehen? „Ich bin sportlich ziemlich aktiv“, so Arnold. Ein- bis zweimal die Woche läuft der Vater einer achtjährigen Tochter und eines siebenjährigen Sohnes und am Wochenende geht die ganze Familie oft wandern. Und zwar richtig: Vom Wohnort Passau geht's dann in die Alpen, rauf auf den Berg und wieder runter. Das hält fit. Aber reicht das für einen Marathon?

Schon 2002 ist er einen Marathon gelaufen, in Regensburg. Und auch damals war es eine spontane Entscheidung und die Vorbereitungszeit ähnlich kurz. Nach 3:48 Stunden kam er im Ziel an. Da weiß jemand offensichtlich ziemlich genau, was er tut. Einfach nur ankommen will Arnold Multerer auf keinen Fall: „Es wäre schon schön, wenn ich unter vier Stunden bleiben könnte“, sagt Arnold selbstbewusst. Wir sind gespannt. Und drücken die Daumen.



#runtheskyline  
FRANKFURT



JETZT  
ANMELDEN!



27. OKTOBER 2019  
frankfurt-marathon.com



## Always with an eye on the environment

**Arnold Multerer, Passau (Germany)**

**A**rnold Multerer came quite unexpectedly to his race number for the BMW BERLIN-MARATHON: He works for Omnicert, a company that compiles environmental reports and that this year will certify the race in accordance with EMAS. EMAS stands for "Eco-Management and Audit Scheme", an EU seal of quality and the world's most sophisticated system for sustainable environmental management. Organisations only receive the EU label if they meet the strict requirements of the EMAS regulations – the BMW BERLIN-MARATHON has made great efforts to qualify for the first time this year.

Arnold is one of six environmental auditors from Omnicert, who this year will take a close look at the BMW BERLIN-MARATHON, from set-up to dismantling, from the Marathon Expo to the post-race party. But while his colleagues are pure observers, Arnold Multerer will be in the thick of it. He will be surveying the 42.195 kilometres with attentive eyes—as well as he can while running a marathon. "That was a spontaneous decision", says the 42-year-old about his decision to do his part in the certification in such an active way. And at short notice: he just had seven weeks to prepare. How does that work? "I'm pretty active athletically," says Arnold. The father of an eight-year-old daughter and a seven-year-old son runs twice a week, and on the weekends, the whole family often goes hiking. And that helps: From their home in Passau they head to the Alps, up the mountain and down again. That keeps you fit. But is that enough for a marathon? He ran his first marathon in 2002, in Regensburg. And even then it was a spontaneous decision and the preparation time was similarly short. After just 3:48 hours, he arrived at the finish. Obviously he is someone who knows pretty well what he's doing. Arnold Multerer doesn't simply want to finish: "It would be nice if I could stay under four hours", says Arnold confidently. We are curious and are keeping our fingers crossed.



Sascha Otto freut sich am meisten auf die Stimmung entlang der Strecke. Sascha Otto is looking forward to the atmosphere along the way.

**SASCHA OTTO**

## » Nicht die Zeit zählt, sondern die Euphorie «

**Sascha Otto, Berlin**

**E**igentlich läuft Sascha Otto vor allem, um sich fit zu halten. Um nicht „fett und schwabbelig zu werden“. Aber warum bloß tut man sich einen Marathon an, wenn das primäre Ziel der Lauferei Fettverbrennung ist? „Das haben mein Kumpel Anton und ich irgendwann beschlossen: Komm', wir laufen den Marathon“, erklärt Sascha. Und natürlich war mit „dem“ Marathon der BMW BERLIN-MARATHON gemeint. Schließlich ist Sascha Otto Berliner. Waschechter Schöneberger. Just for fun also? Nicht ganz: „Mein älterer Bruder läuft regelmäßig Marathon und Papa findet das toll“, sagt der 38-Jährige. „Ich musste meinem Vater also beweisen, dass ich das auch kann.“ 2017 war das. Sascha und Anton zogen die Sache durch. Steigerten nach und nach die Trainingsumfänge: Drei Einheiten pro Woche, zwei Zehn-Kilometer-Läufe und am Wochenende ein längeres Ding. Zunächst 16 Kilometer, später einige 20er und einen 30er. Dann kam der Marathon. „Ich hatte mir im Training eine Wadenzerrung zugezogen, die war aber weg“, erzählt Sascha. „Bei Kilometer 38 kam sie plötzlich wieder um die Ecke. Die letzten vier Kilometer waren eine Tortur.“ Angekommen ist er damals trotzdem. Nach 4:24:24 Stunden. Leider verpasste er die anvisierten vier Stunden. Dieses Mal sollen die vier Stunden fallen. Trainiert haben Sascha und Anton genau wie 2017, auch wenn sich das Laufen nicht immer mit dem Job ver-

einbaren lässt. Mit seiner Firma Otto Events kümmert sich Sascha Otto um die technische Planung und Durchführung von Veranstaltungen aller Art. Sein Sechsmann-Unternehmen wird von Firmen und Hotels gebucht, aber auch von Musikbands oder vom Musiksender Radio Energy. An den Musikveranstaltungen hängt das Herz des Schlagzeugers, der selbst nur noch selten Zeit findet, die Drum Sticks zu schwingen.

Und wenn es wieder nicht klappt mit den vier Stunden? „Ich bin auch mit 4:20 Stunden glücklich“, sagt Sascha. Die Zeit sei letztlich gar nicht so wichtig. Sondern „die Euphorie, die das in dir auslöst, wenn diese Menschenmassen an der Strecke stehen und dich anfeuern“. Und das etwas andere Entdecken der Stadt: „Du läufst eine freie Strecke, ohne Ampeln oder andere Hindernisse, und siehst Sachen, die du auch als Berliner selten siehst – oder noch gar nicht gesehen hast. Ich habe deshalb mit ein paar Kumpels auch schon überlegt, ob wir nicht einmal in London oder in New York laufen sollen. Man lernt eine Stadt einfach ganz anders kennen.“ Einen Haken hätte ein Marathon fern der Heimat allerdings: Auf die Ochsenchwanzsuppe, die ihm seine Mutter nach dem Berlin-Marathon 2017 gekocht hat, und die es auch am 29. September 2019 geben wird, müsste er in London oder New York verzichten. „Und auf die freue ich mich jetzt schon“, sagt Sascha Otto.



## » It's not the finishing time that counts, it's the euphoria «

**Sascha Otto, Berlin (Germany)**

**S**ascha Otto really just runs to keep fit – in order not to become “fat and flabby”. But why would you put yourself through a marathon when the primary goal of running is just to burn off fat? “My buddy Anton and I said to ourselves at some point: Come on, we’re going to run the marathon,” explains Sascha. And of course, “the marathon” meant the BMW BERLIN-MARATHON. Sascha Otto is a Berliner, after all. A genuine guy from the district of Schöneberg. Just for fun? Not quite: “My older brother runs marathons regularly and my dad thinks that’s great,” says the 38-year-old. “So I had to prove to my father that I can do that too.” That was in 2017. And Sascha and Anton went through with it. Gradually, they increased their training: three units per week, two ten-kilometre runs and a longer run on the weekends. They started

with 16 kilometres, later a few 20s and then a 30km. Then came the marathon. “I had had a calf strain in training, but it was gone,” says Sascha. “At kilometre 38, it suddenly hit again. The last four kilometres were torture.” But he still was able to finish, with a time of 4:24:24, just over his desired target time of four hours.

This time he hopes to hit the four-hour target. Sascha and Anton have trained just like they did in 2017, despite difficulties fitting in time for running with their jobs. For his company, Otto Events, Sascha Otto takes care of the technical planning and execution of events of all kinds. His six-man business is booked by companies and hotels, but also by music bands and the music channel Radio Energy. He sometimes gets a little bummed out at the music events, as he is a drummer himself who no longer can find enough time to swing the drumsticks.

And what if he is not able to finish in four

hours? “I would also be happy with 4:20 hours”, says Sascha. Ultimately, though, is not the time that is important, but rather “the euphoria that is triggered in you pass the crowds cheering you on along the course.”. And you can discover the city in a new way. „You run along an open course, without any traffic lights or other obstacles, and see things that you rarely see as Berliners – or maybe have never seen. A few buddies and I are already considering whether we should run in London or New York. You just get to know a city in a completely different way.”

There is one problem with competing in a marathon so far from home: if he goes to London or New York, he would have to do without the oxtail soup that his mother cooked for him after the Berlin Marathon in 2017 (and which he will also be getting on September 29, 2019). “And I’m already looking forward to that,” says Sascha Otto.

# MACH MIT!

 **GENERALI**  
**MÜNCHEN**  
**MARATHON**

**11 OKT 2020**  
**MARATHON | HALBMARATHON**  
**10 KM-LAUF | MARATHONSTAFFEL**

[www.generalimuenchenmarathon.de/](http://www.generalimuenchenmarathon.de/)

#runGMM

 **M** / Flughafen  
München





# ***Der Musikant***

*The Musician*





## Ein Niederländer ist beim BMW BERLIN-MARATHON für die Partystimmung zuständig: Jazzclubbetreiber John Kunkeler sorgt dafür, dass sich die über 90 Bands entlang der Strecke nicht in die Quere kommen.

**Text:** Olaf Kaiser | **Foto:** Andreas Schwarz

**J**ohn Kunkeler gehört zu jener Sorte von Menschen, bei denen man sich fragt, wie sie ihr tägliches Tun in 24 Stunden unterbringen. Er fungiert nicht nur als offizieller Streckenvermesser (außer in Berlin übrigens auch in Dubai, Tokio, Amsterdam, Hannover, Leipzig, Dresden und Magdeburg, um nur einige Läufe zu nennen), sondern organisiert auch die Zug- und Bremsläufer. Vor allem aber ist er Direktor des musikalischen Begleitprogramms entlang der Strecke. Und das alles neben seinem eigentlichen Job als Mitbetreiber des Jazzclubs Schlot in Berlin-Mitte.

Musik und Laufen sind die beiden großen Leidenschaften des Holländers – und beim Musikmarathon kann er sie verbinden. Angefangen hatte alles damit, dass es Mitte der 90er-Jahre Streit mit einer Trommelband und einer Cheerleadergruppe aus Detmold gab, die bis dahin am Platz am Wilden Eber für Stimmung

gesorgt hatten. Die Band war damals eine der wenigen entlang der Strecke und bekam deshalb schnell Kultcharakter. Doch dann gab es Differenzen, weil die Gruppe einen anderen Bekleidungssponsor hatte als der Marathon – und dieser Sponsor war auch noch ständig im Fernsehen zu sehen.

Die Detmolder drohten: Dann kommen wir eben nicht mehr! Ihr werdet ja sehen, wie sich das auf die Stimmung auswirkt! Doch als der Wilde Eber zahm zu werden drohte, kam John Kunkeler ins Spiel. „Ich habe gesagt: Das schaffen wir doch auch mit eigenen Bands.“ Nur drei Tage später hatte er eine andere Gruppe aufgetrieben. Die war noch größer als die Gruppe aus Detmold und legte einen fulminanten ersten Auftritt hin.

Bei der Suche nach weiteren Bands halfen Kunkeler natürlich seine Kontakte aus dem Jazzclub. Und aus ehemals zwei Bands an der Strecke sind mittlerweile 92

geworden. Inzwischen muss sich Kunkeler nicht mehr um die Besetzung bemühen – die Gruppen melden sich bei ihm. Mittlerweile muss er vor allem darauf aufpassen, dass sie nicht zu nah beieinander stehen und sich damit womöglich akustisch in die Quere kommen.

Der Einsatz lohnt sich: „Der Berliner Musikmarathon ist weltweit das Maß aller Dinge, was die Musik an der Strecke angeht“, sagt John Kunkeler. In New York etwa stünden ebenfalls hervorragende Bands an der Strecke, doch insgesamt sei deren Zahl deutlich geringer als in Berlin. „In dieser Fülle gibt es das nirgendwo sonst. Das ist ein echtes Alleinstellungsmerkmal“, so Kunkeler. Immer wieder würden ihn selbst die Spitzenläufer darauf ansprechen: „Sie berichten mir, dass die Atmosphäre dadurch eine ganz andere ist als beispielsweise in Dubai, wo es über weite Strecken durch die menschenleere Wüste geht.“

## *A Dutchman is in charge of creating the party mood at the BMW BERLIN-MARATHON: jazz club operator John Kunkeler ensures that over 90 bands along the route do not get in each other's way.*

**J**ohn Kunkeler is one of those people who asks themselves how they fit their daily activities into 24 hours. He not only acts as the official course surveyor (not only for Berlin, by the way, but also for Dubai, Tokyo, Amsterdam, Hanover, Leipzig, Dresden and Magdeburg, to name just a few), and he also organizes the pacemakers. Above all, he is the director of the music program that entertains along the route. And all this in addition to his actual job as a co-manager of the jazz club Schlot in Berlin-Mitte.

Music and running are the two great passions of the man from the Netherlands—and at the music marathon he gets to connect them. It all started following a conflict involving a drum band and cheerleader group from Detmold in the mid-90s. They were providing entertainment

at one of the landmarks on the course, the Platz am Wilden Eber. At the time, the band was one of only a few along the route and quickly developed a cult character. But then there was a conflict, as the group had a different clothing sponsor than the marathon did—and this sponsor was getting prime coverage on television. The Detmolders threatened: “Then we just won't come! You'll see how that affects the atmosphere!” But when it looked like the party at the “Wild Boar” was about to be silenced, John Kunkeler took action. “I said: ‘We can do it with our own bands.’” Only three days later, he had found another group to take their place. It was even bigger than the group from Detmold and they put on a brilliant first show. In the search for other bands, it helped that Kunkeler had contacts from the jazz club. And what started with two bands

along the course has grown into 92. Kunkeler no longer has to work to find the bands—the groups reach out to him. Now he just has to be careful that they aren't set up too close to one another and interfere with each other's acoustics.

All his efforts have been worth it: “The Berlin Music Marathon is the worldwide benchmark with regard to the music along the course,” says John Kunkeler. In New York, for example, there are also excellent bands along the course, but significantly fewer than in Berlin. “Nowhere else is there this abundance of music. That's a really unique selling point,” says Kunkeler. Again and again, even the top runners reference the music: “They tell me that the atmosphere is a very different than, for example, in Dubai, where the course goes for long stretches through the deserted desert.”



# Lauf- und Rad-Events in Berlin und Brandenburg

Running and cycling events in Berlin and in Brandenburg

**26. + 27. OKTOBER 2019 | OCTOBER 26 + 27, 2019**

## #DuAuch? | #YouToo?

Ende Oktober geht es in der Döberitzer Heide wild & dreckig zu. Hier kommen alle Sport-Fans und Durchgeknallten auf ihre Kosten, denn es gibt Herausforderungen kreuz & quer. It is going to be wild 'n'dirty in Döberitzer Heide End of October. All sports enthusiasts and lunatics will love it, because they find challenges criss-cross.

### Streckenlängen *distances*

4,5 + 9 km Cross Country | 5 km Youth Challenge  
5 km SPRINT Challenge | 10 km PINK Challenge  
19 km BLACK Challenge | 500 m Bambini Challenge

[www.crossdays.de](http://www.crossdays.de)



**31. DEZEMBER 2019 | DECEMBER 31, 2019**

## Gipfelsturm zu Silvester | Summit run on New Years Eve

Der emotionale Jahresausklang beim Rennen über zwei Gipfel. Running over two summits at the emotional final of the year.

### Streckenlängen *distances*

2 km + 4 km für Frauen und Jugendliche *women and youth*  
6,3 km + 9,9 km für Frauen und Männer *women and men*

[www.berliner-silvesterlauf.de](http://www.berliner-silvesterlauf.de)



**5. APRIL 2020 | APRIL 5, 2020**

## Die große Saisonöffnung | The big season opening

Größter und schnellster Halbmarathon in Deutschland mit eindrucksvollem Elite-Feld. Biggest and fastest half marathon in Germany with many elite runners taking part.

### Streckenlängen *distances*

21,0975 km (Läufer, Rollstuhlfahrer, Handbiker)  
21.0975 km (runners, wheelers, handbikers)  
500 m/1.000 m Bambini-Lauf *bambini run*

[www.general-berliner-halbmarathon.de](http://www.general-berliner-halbmarathon.de)





**16. MAI 2020 | MAY 16, 2020**

**Von starken Frauen - für starke Frauen | From strong women - for strong women**

Beim größten Frauenlauf Deutschlands steigt für 18.000 Teilnehmerinnen die Party des Jahres im Herzen Berlins. 18.000 women celebrate their special party at Germanys biggest womens run in the heart of Berlin.

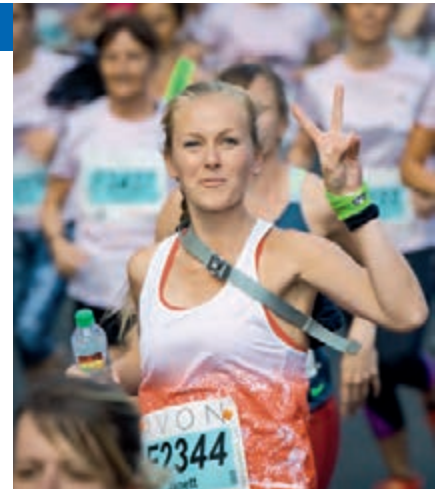
**Streckenlängen distances**

10 km für Läuferinnen, Walkerinnen & Nordic Walkerinnen  
runners, walkers, nordic walkers

5 km für Läuferinnen, Walkerinnen & Nordic Walkerinnen  
runners, walkers, nordic walkers

500 m / 1.000 m Bambinilauf bambini run

[www.berliner-frauenlauf.de](http://www.berliner-frauenlauf.de)



**13. + 14. JUNI 2020 | JUNE 13 + 14, 2020**

**Das neue coole Radevent | The new cool bike race**

Ein sportlich aktives Wochenende in Berlin auf dem Rad für die ganze Familie. Viele Sideevents und große Messe. A sporty weekend in berlin on the bike for the whole family. Lots of side events and big expo.

**Streckenlängen distances**

ca 60. km Race | ca. 130 km Race

Kriterium Profis pro race

Familienrennen family

[www.velocity.berlin](http://www.velocity.berlin)



# Highlights

## 2019/2020

**Weitere SCC EVENTS**  
more SCC events

Berliner Neujahrslauf New Years Run Berlin  
Berliner Wasserbetriebe 5x5 km TEAM-Staffel  
GERMAN MANAGEMENT RUN  
AOK Team-Staffel Brandenburg  
SwimRun Rheinsberg  
adidas Runners City Night  
SportScheck RUN Berlin  
BMW BERLIN-MARATHON  
Cross Days  
Spielbank Berlin Silvesterlauf

**1. Januar 2020** | January 1, 2020  
**3. - 5. Juni 2020** | June 3-5, 2020  
**4. Juni 2020** | June 4, 2020  
**11. Juni 2020** | June 11, 2020  
**21. Juni 2020** | June 21, 2020  
**1. August 2020** | August 1, 2020  
**23. August 2020** | August 23, 2020  
**26. + 27. September 2020** | September 26 + 27, 2020  
**24. + 25. Oktober 2020** | October 24 + 25, 2020  
**31. Dezember 2020** | December 31, 2020



# *Topfit am Start*

A high-angle, wide shot of a massive crowd of runners at the starting line of a marathon. The runners are densely packed, filling the entire width of the road and extending far into the distance. Many runners have their arms raised in excitement, some holding up smartphones to take photos. The scene is set on a tree-lined street with lush green foliage on the left. In the background, a large blue banner for the 'BMW BERLIN MARATHON' is visible, along with other race-related signage. The overall atmosphere is one of high energy and anticipation.



## Wer sich monatelang auf den BMW BERLIN-MARATHON vorbereitet hat, sollte auch in den letzten Wochen vor dem Start keine Fehler mehr machen. Worauf es kurz vor dem Marathon wirklich ankommt, liest du hier.

Text: [laufen.de](http://laufen.de) | Fotos: SCC EVENTS

**D**ie unmittelbare Vorbereitung auf dein Rennen beginnt nicht erst in der letzten Woche davor. Das Zauberwort für die absolute Top-Leistung im Wettkampf heißt Tapering und umfasst die schrittweise Reduzierung des Trainings innerhalb der letzten zwei bis drei Wochen vor dem Wettkampf. Jetzt ist Regeneration angesagt, die Trainingsreize der letzten Wochen müssen vom Körper in Leistungsfähigkeit umgewandelt werden. Training ist wichtig, eine Top-Leistung kannst du aber nur bringen, wenn der Körper sich vor dem Wettkampf erholen kann. Jetzt werden die Energiereserven angelegt und die Muskulatur kann endlich einmal wieder durchatmen, bevor es im Wettkampf richtig zur Sache geht. Wie heißt es so schön: „Gras wächst auch nicht schneller, wenn man daran zieht.“ Übersetzt heißt das: Zu hartes und zu viel Training kurz vor dem Wettkampf macht dich nicht schneller, sondern langsamer. Wenn du den Trainingsumfang reduzierst und dich langsam vom harten Vorbereitungs-training erholst, solltest du jetzt spüren, wie es von Einheit zu Einheit besser läuft.

### **Das Training reduzieren und die Seele baumeln lassen**

In der letzten Woche gönnst du durch das stark reduzierte Training auch deinem Kopf eine Auszeit. Deine körperliche Leistungsfähigkeit erhöht sich automatisch. Wenn du nach hartem Training einen Gang zurückschaltest, vergrößern sich die Kohlenhydratspeicher in der Muskulatur. Dein Körper erholt sich. Deine Psyche ist bereit, Großes zu leisten. Apropos Kohlenhydrate: Um mit ideal gefüllten Speichern am Start zu stehen, solltest du in den letzten Tagen vor dem Wettkampf deine Kohlenhydratzufuhr noch einmal erhöhen. Die traditionelle Pasta-Party im Vorfeld reicht aber nicht. Besser ist es, sich schon in der letzten Vorbereitungswoche um eine regelmäßige, erhöhte

Kohlenhydratzufuhr zu kümmern.

Außerdem solltest du in der letzten Woche vor dem Wettkampf auf ausreichende Schlaf- und Ruhezeiten achten. Besonders die vorletzte Nacht vor dem Rennen gilt als entscheidend, um am Tag X frisch zu sein. Schlaf' dich mal richtig aus. Warum nicht die letzte Nacht die wichtigste ist? Weil es den wenigsten Läufern vergönnt ist, sieben oder acht Stunden durchzuschlafen. Gegen die Anspannung kann man nun einmal nichts machen. Außerdem klingelt der Wecker oft in den frühen Morgenstunden, weil der Startschuss meist sehr früh fällt.

### **Viel trinken, aber auf Alkohol verzichten**

Gegen ein Genussbier oder einen Wein ist in der Regel kaum etwas einzuwenden. Doch gerade in der letzten Woche vor dem Wettkampf solltest du ganz auf Alkohol verzichten. Trinke stattdessen viel Wasser oder Schorlen. In den letzten Tagen vor dem Wettkampf, solltest du dir auch Zeit nehmen, deine angepeilte Zielzeit zu definieren und Zwischenzeiten oder den Pulsbereich festzulegen, in dem du laufen willst.

Du solltest auch den Wettkampftag im Vorfeld durchplanen: Wie ist die Streckenführung, wann hole ich meine Startunterlagen ab, wie reise ich an, wann muss ich wo sein, wo postiere ich Freunde und Familie zur Unterstützung? Hole deine Startunterlagen beim BMW BERLIN-MARATHON rechtzeitig ab, nicht auf den letzten Drücker. So ersparst du dir viel Stress. Gerade in Berlin lohnt zudem ein spannender Gang über die MARATHON EXPO, Stichwort: Messe-Rabatt für Laufbekleidung. Wenn sich jetzt das Gefühl einstellt: „Ja, ich bin bereit für den Wettkampf“, dann hast du alles richtig gemacht. Dann gehst du voller Selbstvertrauen und in Topform am Tag X an den Start.



# Fit at the start, healthy to the finish

**Y**our final preparations for the race should not just begin in the final week. The magic word for a top race performance is called tapering and involves the gradual reduction of training within the last two to three weeks before the competition.

Now it is time to regenerate, so the training stimuli from the past weeks can be converted by the body into performance. Training is important, but you can only achieve top performance if the body can recover before the competition. It is time to fill the energy reserves and give the muscles a chance to breathe again, before the intensity of the race.

As the (German) saying goes: "Grass does not grow faster if you pull on it." Interpreted, that means: Training too hard and too much just before the competition will not make you faster, but, rather, slower. If you reduce the amount of workouts and recover slowly from your hard preparatory training, you should now notice how much better you feel with each run.

## **Reducing training, getting ready for great things**

In the last week, you can also be giving your head with a break by reducing training. That will automatically improve your physical performance, too. When you turn your training back a notch after hard training, the carbohydrate storage

**Anyone who has spent months in preparation for the BMW BERLIN-MARATHON should avoid making mistakes in the last few weeks before the start. How to prepare during the final weeks before the marathon can be read about here.**

in your muscles will increase. Your body is recovering. Your psyche is ready to do great things. Speaking of carbohydrates: In order to start out with optimally filled energy reserves, you should again increase your carbohydrate intake in the final days before the competition. The traditional Pasta Party alone will not suffice. It is best to start increasing your carbohydrate intake regularly during the last week of preparation.

In addition, you should pay attention to getting adequate sleep and rest during the last week before the competition. The penultimate night before the race is considered to be especially crucial in order to be fit on the big day. So get a good night's sleep. Why isn't the very last night before the race the most important? Because few runners are able to sleep soundly for seven or eight hours before the race—there is nothing you can do about the excitement and nervousness. In addition, the alarm will ring early, as the starting shot is usually fired early in the morning.

In general, there is nothing wrong about enjoying a beer or a glass of wine. But especially in the last week before the competition, you should try to abstain com-

pletely from alcohol. Drink a lot of water instead. In the last days before the competition, you should also figure out your target time and set split times or the range you want to keep your pulse at during the race. If you have to travel for the event, you obviously need to plan early how you will get here and where you will stay. But even if the race is at your doorstep, you should plan out your race day in advance: what is the course like, when should I pick up my race documents, how will I get there, when do I have to be where, and where should my friends and family stand to cheer me on?

## **Going to the start with confidence**

Pick up your race kit in time. That will save you a lot of stress. And especially for the big city marathons, it could be worth your while to take a relaxed stroll through the marathon fair – you can always find lots of great deals on running gear. If it feels like "Yes, I'm ready for the competition", then you've done everything right. All that is left is to go to the start with confidence, healthy and fit on the big day.



**Wenn du gut vorbereitet an den Start gehst, kannst du das Finish umso mehr genießen. If you are well prepared for the start, you can enjoy your finish even more.**



# ***Das Rennen der Inlineskater***

***The inline  
skaters' race***





# Großer Sport, große Party

Great sport,  
big party



**B**erlin ist mit Abstand der beste und größte Inlinemarathon weltweit. Es ist der Marathon, den alle gewinnen wollen“, sagt Ewen Fernandez. Er kennt das Gefühl, ganz oben auf dem Treppchen zu stehen. Er gewann bereits 2011 und 2012 und möchte in diesem Jahr erneut angreifen. Was für ein Erlebnis der BMW BERLIN-MARATHON auf Rollen ist, hat sich längst auf der ganzen Welt herumgesprochen. Ob aus Neuseeland, Südamerika, Spanien oder Frankreich – die 5081 Teilnehmer des BMW BERLIN-MARATHON kommen aus der ganzen Welt. Mehr als 60 Nationen sind bei den Skatern am Start, über 1.000 Teilnehmer sind in diesem Jahr zum ersten Mal mit von der Partie.

## **Gelingt Bart Swings der siebente Sieg in Folge?**

Bei den Profis werden sich die Augen erneut vor allem auf den Belgier Bart Swings richten. Er siegte bereits sechsmal in Folge. Doch selten war der Kreis der Herausforderer so groß wie in diesem Jahr. Ob der amtierende Marathonweltmeister Nolan Beddiaf, Ewen Fernandez oder Patxi Peula – sie alle könnten den Altmeister vom Thron stürzen. Das gilt auch für den Darmstädter Felix Rijnhen, der ebenfalls beste Chancen hat und als erster Deutscher in der 23-jährigen Renngeschichte den Sieg einfahren könnte. Auch bei den Frauen könnte – wie im

vergangenen Jahr – eine Deutsche ganz oben auf dem Podium stehen. Vorjahressiegerin Katharina Rumpus aus Darmstadt ist ebenso am Start wie die Geraerin Sabine Berg, die bereits 2011 und 2012 siegte. Berechtigte Hoffnungen kann sich auch Sandrine Tas aus Belgien machen, die vor vier Jahren einen Überraschungscoup landete und seitdem Stammgast auf dem Podium ist.

## **Finale des WORLD und GERMAN INLINE CUP**

Auch im WORLD sowie im GERMAN INLINE CUP ist der BMW BERLIN-MARATHON erneut Bühne für das große Finale. In Berlin entscheidet sich, wer von den Profis nach sechs Stationen in Asien und Europa als Sieger im WORLD INLINE CUP und damit der wichtigsten internationalen Rennserie hervorgeht. Und auch der GERMAN INLINE CUP sucht in Berlin seine Gesamtsieger in den Kategorien „Speed“ und „Fitness“. Wer bereits im Rennen maximale Partystimmung erleben möchte, der findet rund um das Motivationsteam der Rollnacht Düsseldorf am Ende des Feldes den perfekten Rhythmus. Die eigentliche Party startet dann ab 21 Uhr im KOSMOS. Hier tanzen sich 2.000 Feierwütige gemeinsam mit den Stars der Szene den Muskelkater aus den Beinen und machen die Nacht zum Tag. Doch ausschlafen geht nicht, denn am Sonntag wollen die Läufer angefeuert werden!

**B**erlin is by far the best and largest inline marathon in the world. It's the marathon everyone wants to win," says Ewen Fernandez. He knows the feeling of being at the top of the podium. He won in 2011 and 2012 and would like to attack again this year. The fact that the BMW BERLIN-MARATHON on wheels is an experience not to be missed is well known around the world. Whether from New Zealand, South America, Spain or France – the 5,081 participants come from all over the world. More than 60 nations will be represented at the start of the skating marathon. More than 1.000 participants will participate for the first time this year and will be starting as marathon newbies.

## **Will Bart Swings win for the 7th time in a row?**

In the pro race, all eyes will once again be focussed on the Belgian Bart Swings. He has won six times in a row. But rarely has the circle of challengers been as big as it is this year. The reigning world marathon champion Nolan Beddiaf from France, his fellow countryman Ewen Fernandez and Patxi Peula from Spain – each of these contenders could overthrow the old master from his throne. That also applies to Felix Rijnhen of Darmstadt, who also has great chances and could be the first German in the 23-year history of the marathon to win the race. A German could also be at the top of the podium for the women's race. Last year's winner Katha-



Das Inline-Rennen beim BMW BERLIN-MARATHON ist das internationalste weltweit. Auch mit Skatern aus Mexiko. The inline race at the BMW BERLIN-MARATHON is the most international in the world. Including skaters from Mexico.



**BART SWINGS IM INTERVIEW**

# » Immer sehr hart umkämpft «

**Bei den Herren ist das komplette Podium der diesjährigen Weltmeisterschaften am Start: Nolan Beddiaf, der Marathonweltmeister, wie auch der zweitplatzierte Bart Swings und der drittplatzierte Felix Rijnhen. Sie alle gehen mit besten Chancen ins Rennen. Ebenso wie Ewen Fernandez und Patxi Peula. Gewinnen kann aber nur, wer an Bart Swings vorbeikommt. Der 28 Jahre alte Belgier gewann den BMW BERLIN-MARATHON bereits sechsmal in Folge. Und im Eisschnellauf gewann er 2018 Olympia-Silber.**



rina Rumpus from Darmstadt will also be at the start, as will be Sabine Berg, who won in 2011 and 2012. There are also good chances for the Belgian Sandrine Tas, who landed a surprise coup four years ago and has been a frequent guest on the podium ever since.

### **Finals for the WORLD and GERMAN INLINE CUP**

The BMW BERLIN-MARATHON will once again be the stage for the final of the WORLD and GERMAN INLINE CUP. It will be decided in Berlin which of the pros will complete the WORLD INLINE CUP, the most important international racing series, as the champion, after six stops in Asia and Europe. The GERMAN INLINE CUP will also be crowning its overall winners in the categories "Speed" and "Fitness" in Berlin.

### **Party in Berlin**

There is a party atmosphere along the entire route and well after the race, as well! Those who want to experience the race party will find the perfect rhythm by skating with the motivational team of Rollnacht Düsseldorf at the end of the field. The actual party starts at 9 pm at KOSMOS. Here, 2,000 partying athletes will dance away their sore muscles and turn the night into day together with the stars of the scene. But there is no time to sleep in, as on Sunday the runners need to be cheered on!

### **Bart, wie motivierst du dich nach so vielen erfolgreichen Jahren immer wieder aufs Neue für den BMW BERLIN-MARATHON?**

Berlin ist der beste Marathon, den wir als Inliner haben. Da bin ich natürlich jedes Jahr sehr motiviert, das Rennen zu gewinnen. Und der Zeitpunkt ist auch immer sehr gut für mich, um mich optimal vorzubereiten. Die Weltmeisterschaften liegen schon einige Monate zurück, da habe ich dann genügend Zeit, mich zu erholen und dann für Berlin vorzubereiten.

### **Wie sieht deine Einschätzung bezüglich des diesjährigen Rennens aus?**

Berlin ist immer ein besonders hart umkämpftes Rennen. Jeder möchte hier gewinnen, viele starke Skater sind am Start. Mit Powerslide werden wir wie jedes Jahr dafür sorgen, dass das Rennen sehr hart wird. Auf diese Weise haben wir die besten Chancen zu gewinnen. Sowohl Felix Rijnhen als auch ich lieben diese Art des Rennens und hoffen, dass wir den Marathon auf diese Weise kontrollieren können.

### **Es scheint, als ob vor allem die älteren Skater die Konkurrenz dominieren. Liegt das an der Erfahrung?**

Ja ich glaube, die ältere Generation hat wirklich mehr Erfahrung. Gerade bei einem so großen Marathon wie Berlin kann das einen großen Unterschied ausmachen. Ich weiß von meinen eigenen ersten Starts, dass die Anzahl der Skater schon einen großen Eindruck auf mich gemacht

hat. Ich musste erst lernen, wie man in so großen Gruppen skatet. Bei Powerslide haben wir mit Jason Suttels einen sehr talentierten jungen Skater. Er ist noch Junior, aber ich bin mir sicher, dass er die Qualität mitbringt, erfolgreich im Marathon zu sein.

### **Wann wirst du zurück aufs Eis gehen?**

Vor dem BMW BERLIN-MARATHON werde ich für drei Wochen in Salt Lake City aufs Eis gehen. Aber ich werde dort auch auf Inlineskates trainieren. Von daher bin ich mir sicher, in Berlin in guter Form zu sein.

### **Sein Herausforderer: Nolan Beddiaf**

Erst im Juli gelang es Nolan Beddiaf bei den Weltmeisterschaften über die Marathon-Distanz, den Altmeister Swings auf eindrucksvolle Weise zu schlagen. Auch in Berlin ist der Franzose kein Unbekannter. Er siegte beim diesjährigen GENERALI BERLINER HALBMARATHON und kam beim BMW BERLIN-MARATHON 2018 als Dritter ins Ziel. Seine Einschätzung vor dem Rennen: „Bart ist der Mann, den es zu schlagen gilt. Aber wir haben auch schon häufig erlebt, dass es für ihn sehr schwer sein kann, aus der Meute auszubrechen. Ich denke, viele Athleten könnten in diesem Jahr für eine Überraschung sorgen.“





**Q&A WITH BART SWINGS**

# » Particularly competitive «

**The men's competition includes the complete podium of this year's World Championships: Nolan Beddiaf, the marathon world champion, as well as runner-up Bart Swings and third-place Felix Rijnhen. They all will be entering the race with top chances. This also applies to Ewen Fernandez and Patxi Peula. However, the only way to win is to pass Bart Swings. The Belgian has won the race six times in a row. He is also extremely successful on the ice, winning Olympic silver in 2018.**

**How do you keep motivating yourself after so many successful years at the BMW BERLIN-MARATHON?**

Berlin is the best marathon we have as inline skaters. Every year, of course, I am very motivated to win the race. And the timing of it makes it possible for me to always have optimal preparation. The World Championships are already a few months back, so I have enough time to recover and then prepare for Berlin.

**What is your assessment regarding this year's race?**

**Nolan Beddiaf – the Challenger**

In July, Nolan Beddiaf impressively beat old master Swings at the World Championships to win the marathon race. The Frenchman is no stranger to Berlin. He won this year's GENERALI BERLIN HALF MARATHON and finished third at the 2018 BMW BERLIN-MARATHON. His assessment before the race: "Bart is the man to beat. But we have also often experienced that it can be very difficult for him to break out from the pack. I think several athletes could bring surprises this year."

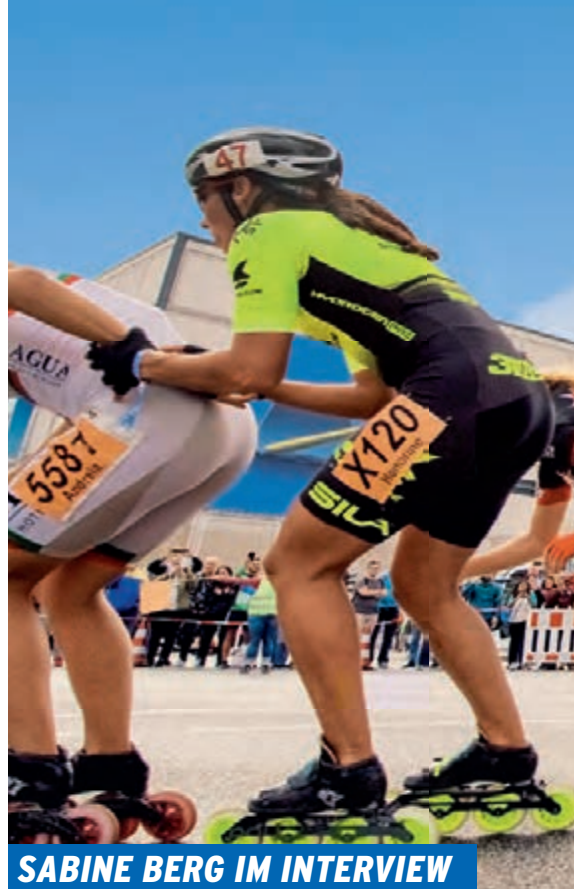
Berlin is always a particularly competitive race. Everyone wants to win here, and there will be many strong skaters at the start. With Powerslide, as every year, we will ensure a hard race, as that gives us the best chance of winning. Both Felix Rijnhen and I love this kind of race and hope we can control it that way.

**It seems that especially the older skaters tend to dominate the competition. Is that due to experience?**

Yes, I think the older generation does have more experience. Especially with a marathon as big as Berlin, that can make a big difference. I know from my own first races that the number of skaters made a big impression on me. I first had to learn how to skate in such large groups. At Powerslide we have a very talented young skater, Jason Suttels. He is still a junior, but I'm sure he has the qualities for being successful in the marathon.

**When will you go back on to the ice?**

Before the BMW BERLIN-MARATHON, I will be on the ice in Salt Lake City for three weeks. But I will also train there on inline skates. That's why I'm sure I will be in good shape for Berlin.



**SABINE BERG IM INTERVIEW**

**Sabine Berg gewann 2011 und 2012 den BMW BERLIN-MARATHON. Inzwischen ist sie Mutter eines Sohnes und nicht weniger schnell. Im Juli gewann sie WM-Bronze.**

**Sabine, wie schaffst du es mit 28 trotz Familie und Beruf nach so vielen Jahren noch ganz vorne dabei zu sein?**

Erstmal sehe ich mich nicht stärker in der Favoritenrolle als die Jahre zuvor. Ich versuche immer mit Spaß dabei zu sein, egal ob im Training oder Wettkampf und solange man bei dem, was man macht, noch lachen kann, kommt auch der Erfolg.

**Wie sieht für dich ein ganz normaler Tag aus?**

Einen festen Tagesablauf gibt es nicht wirklich. Im vergangenen Winter habe ich im normalen Schichtdienst bei der Thüringer Polizei gearbeitet. Neben dem 12-Stunden-Dienst habe ich immer versucht, Familie und Leistungssport unter einen Hut zu bringen. Seit Februar kann ich mich als Mitglied der Sportfördergruppe der Thüringer Polizei wieder voll auf meinen Sport konzentrieren. Mit Unterstützung von Freund, Eltern, Familie und Freunden kann ich seitdem wieder mehrmals am Tag trainieren. Das bedeutet, dass der Tag für mich um 6:30 Uhr beginnt. Um 7:30 Uhr bringe ich meinen Sohn in den Kindergarten, danach beginnt für mich die Vorbereitung auf die Trainingseinheit am Vormittag. Neben Radfahren, Laufen, Inlineskaten





# » Solange man noch lachen kann, kommt der Erfolg «

steht ebenso allgemeines Krafttraining auf dem Programm. Danach kümmere ich mich um den Haushalt, erledige noch anstehende Termine oder Aufgaben. Hinterher hole ich meinen Sohn wieder aus dem Kindergarten ab und verbringe Zeit mit ihm. Spielen auf dem Spielplatz oder im eigenen Kinderzimmer stehen bei ihm ganz oben auf der Liste. Am späten Nachmittag oder frühen Abend trainiere ich mit der Trainingsgruppe meines Vereins. Danach erfolgt das gemeinsame Abendbrot und ein gemütlicher Abend in der Familie.

## Wie sähe für dich der ideale Rennverlauf beim BMW BERLIN-MARATHON aus?

Sicher wäre ein Rennverlauf mit einem gleichmäßig hohen Tempo ohne Ausreißversuche gut. Ein gewisses Verstecken im Hauptfeld gehört ebenso dazu, wie im Zielsprint im richtigen Zug zu sein, um kurz nach dem Brandenburger Tor mit Vollgas möglichst weit vorne zu landen.

## Wer sind deine größten Konkurrentinnen?

Nach dem Teamwechsel zum TAX Racing Team kurz vor meiner Schwangerschaft habe ich nicht mehr die Teamstärke um mich herum wie bei meinen

beiden Siegen in Berlin. Ich bin gezwungen, bei jeder Attacke selbst zu entscheiden, wie erfolgsversprechend sie ist. Ich muss abwägen, ob es sich lohnt, die Kraft für einen Ausreißversuch zu investieren. Ein weiterer entscheidender Faktor ist die Positionierung im Zielsprint. Auch hier kann man zwar durch Erfahrung einiges gut machen, aber nicht jedes Rennen ist gleich. Grundsätzlich können alle, die am Ende noch dabei sind, mit einer guten Ausgangsposition das Rennen auch gewinnen.

## Was macht den BMW BERLIN-MARATHON so besonders für alle Inlineskater?

Der Berlin-Marathon ist für viele Inlineskater eines der Highlights in der Saison. Viele Zuschauer, großartige Stimmung, eine schöne Strecke und vor allem die Masse an Skatern macht den Berlin-Marathon einzigartig. Es ist für viele ein großartiger Saisonabschluss, in der Hauptstadt einen Tag lang die Aufmerksamkeit zu haben und seine Leidenschaft mit so vielen anderen teilen zu können.

## Mit einem Lachen schnell sein. Das ist nicht nur das Erfolgsrezept von Profi Sabine Berg, sondern auch von vielen Freizeitskatern.

Always ready with a smile. That is not only the recipe for success for Sabine Berg, but for many hobby skaters, as well.





**Q&A WITH SABINE BERG**



**» As long as you can still laugh, you can succeed «**

**Sabine Berg already won the BMW BERLIN-MARATHON in 2011 and 2012. She is now the mother of a son and just as fast as ever. In July, she won bronze in the World Championship's Marathon.**

**How can you still hold on to your spot at the top at age 28 and after so many years, despite having a family and a career?**

First of all, I do not see myself as a favourite any more than I have in the years prior. I always try to have fun when I am skating, whether that is during training or competition, and as long as you can still laugh while doing it, you can also succeed.

**What does a normal day look like for you?**

There is not really a fixed daily schedule. Last winter I worked the normal shift with the Thuringian police. In addition to the 12-hour shifts, I always tried to bring family and competitive sports under one roof. Since February, I have been able to concentrate fully on my sport as a member of the sports support group of the Thuringian police. With the help of my boyfriend,

parents, family and friends, I have been able to train several times a day since then. This means that the day starts for me at 6:30 am. At 7:30, I bring my son to kindergarten, after which I prepare for the morning session. In addition to cycling, running, and inline skating, general strength training is on the program as well. Then I take care of the household, go to appointments and do errands. Afterwards, I pick up my son from kindergarten and spend time with him. Playing at the playground or in his room are high on his list. In the late afternoon or early evening, I work out with the training group of my club. Afterwards, it is time for dinner and a cosy evening with my family.

**What would be the ideal race look like for you in Berlin?**

It would be good to have a race with a consistently high pace, without many breakaway attempts. It would also be ideal to be able to hide out a bit in the peloton and then be in the right group during the final sprint in order to go full speed after the Brandenburg Gate as far in the front as possible.

**Who are your biggest competitors?**

After transferring to the TAX Racing Team shortly before my pregnancy, I no longer have the same strong team supporting me that I did have in my previous two victories. I am now forced to decide on my own whether it is worth investing the strength for a breakaway attempt. Another decisive factor is the positioning for the final sprint. Here, too, a lot can be decided, but not every race is the same. In principle, anyone who is still there at the end can also win the race if they have a good position.

**What makes the BMW BERLIN-MARATHON so special for all inline skaters?**

The Berlin-Marathon is one of the highlights of the season for many inline skaters. The many spectators, a great atmosphere, a beautiful course and especially the mass of skaters makes the Berlin-Marathon unique. For many, it makes for a great end to the season to be in the capital for a day, and to share their passion with so many others in Germany's capital.



# Das Programm der Inlineskater

## The inline skater's schedule

### DONNERSTAG 26. SEPTEMBER

Thursday, September 26

#### Flughafen Tempelhof Tempelhof Airport

|                                          |                                          |
|------------------------------------------|------------------------------------------|
| MARATHON EXPO                            | 14:00 bis 20:00 Uhr<br>2:00 pm – 8:00 pm |
| Inline-Village                           | 14:00 bis 20:00 Uhr<br>2:00 pm – 8:00 pm |
| Startnummernabholung<br>Race kit pick-up | 14:00 bis 20:00 Uhr<br>2:00 pm – 8:00 pm |

### FREITAG 27. SEPTEMBER

Friday, September 27

#### Flughafen Tempelhof Tempelhof Airport

|                                             |                                           |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------|
| MARATHON EXPO                               | 11:00 bis 20:00 Uhr<br>11:00 am – 8:00 pm |
| Inline-Village                              | 11:00 bis 20:00 Uhr<br>11:00 am – 8:00 pm |
| Startnummernabholung<br>Race kit pick-up    | 11:00 bis 20:00 Uhr<br>11:00 am – 8:00 pm |
| Freestyle-Skating Show &<br>"Meet the best" | 15:30 Uhr<br>3:30 pm                      |

### SAMSTAG 28. SEPTEMBER

Saturday, September 28

#### Flughafen Tempelhof Tempelhof Airport

|                                          |                                          |
|------------------------------------------|------------------------------------------|
| MARATHON EXPO                            | 9:00 bis 19:00 Uhr<br>9:00 am – 7:00 pm  |
| Inline-Village                           | 9:00 bis 19:00 Uhr<br>9:00 am – 7:00 pm  |
| Startnummernabholung<br>Race kit pick-up | 9:00 bis 12:00 Uhr<br>9:00 am – 12:00 am |



#### Brandenburger Tor Brandenburg Gate

|                                                    |                              |
|----------------------------------------------------|------------------------------|
| Rahmenprogramm                                     | 11:30 bis 14:30 Uhr          |
| Supporting programme                               | 11:30 am – 2:30 pm           |
| Kids Skating (Anmeldung vor Ort)                   | 11:30 Uhr                    |
| Kid's Skating (registration on site)               | 11:30 am                     |
| Offene Deutsche Meisterschaft                      | 12:45 Uhr                    |
| 100-m-Sprintausscheidung<br>(Einladungsrennen)     |                              |
| Open German championchips                          | 12:45 pm                     |
| 100 m sprint (invitational race)                   |                              |
| <b>BMW BERLIN-MARATHON<br/>Start Inlineskating</b> | <b>15:30 Uhr<br/>3:30 pm</b> |

#### Kosmos

Karl-Marx-Allee 131a, 10243 Berlin

|                                                        |                         |
|--------------------------------------------------------|-------------------------|
| Marathon Party Skating                                 | ab 21:00 Uhr<br>9:00 pm |
| Präsentation der Sieger<br>Presentation of the winners | 23:00 Uhr<br>11:00 pm   |

MOVE  
FREELY



**MACROBLADE**  
SKATE YOUR WORKOUT.



#### MACROBLADE 110 3WD - W

07954200 8P5 - teal green/orange burst - 24,0-31,5  
07954300 2R6 - raspberry/mango - 22,0-27,5

- **SHELL:** Macroblade, Knit Upper
- **LINER:** High Performance Liner, Training Footbed
- **CLOSURES:** Aluminium Cuff Buckle, 45° Strap, Speedlace
- **FRAME:** Twinblade Aluminium 3WD (Max 3x110mm), 11.4"
- **WHEELS:** Supreme 3x110mm / 85A
- **BEARINGS:** SG9
- **BRAKE:** Brake in Box.



Manuela Schär hat in Berlin bereits viermal gewonnen. Zuletzt 2018 in der Weltrekordzeit von 1:36:53 Stunden. Sie zählt natürlich auch 2019 zu den Favoritinnen bei den Rollstuhlfahrerinnen.

Manuela Schär has already won four times in Berlin. Most recently in 2018 with a world record time of 1:36:53 hours. Of course, in 2019 she is one of the favourites in the wheelchair race.



# Die Weltelite am Start

Bevor die Läufer beim BMW BERLIN-MARATHON die Hauptstadt-Straßen unter ihre Füße nehmen, lassen Rennrollstuhlfahrer und Handbiker die Reifen quietschen.



**H**einz Frei gilt in der Rennrollstuhl-Szene als der Grandseigneur überhaupt. Der 61-Jährige gewann so ziemlich alles, was es an Wettbewerben in diesem Bereich gibt. Allein den BMW BERLIN-MARATHON entschied der Schweizer 20-mal für sich. Natürlich ist er auch 2019 wieder dabei. Sein Landsmann Marcel Hug musste sich im vergangenen Jahr im Zielsprint lediglich Brent Lakatos (1:29:41 Stunden) aus Kanada geschlagen geben. Hier ist also noch eine Rechnung offen. Was Heinz Frei für Berlin ist, stellt David Weir beim London Marathon dar. Der Brite gewann achtmal an der Themse. In Berlin präsentiert sich der 40-Jährige nach seinem Sieg in 2015 und einem 12. Platz in 2018 erneut der Konkurrenz. Kota Hokinoue aus Japan (Berlin-Gewinner 2014) sowie der Goldmedaillist der Paralympics 2016 in Rio, Ernst van Dyk (Südafrika), runden das Spitzenfeld ab.

### **Manuela Schär seit zwei Jahrzehnten fürs Podium gut**

Im Damen-Klassament gibt sich erneut Manuela Schär die Ehre. Die erfolgreichste Schweizer Rennrollstuhlfahrerin querte in Berlin bereits viermal als Siegerin die Finish-Line (im vergangenen Jahr in Weltrekordzeit von 1:36:53 Stunden). Sandra Graf bringt reichlich Erfahrung mit auf die Strecke. Seit zwei Jahrzehnten ist sie immer wieder für einen Podiumsplatz gut. Mit diesem Erfahrungsschatz sicherte sich die Athletin aus der Schweiz 2018 den dritten Platz in der Hauptstadt. Die Australierin Madison de Rozario (zweifache Goldmedaillen-Gewinnerin bei IPC Leichtathletik Weltmeisterschaften) und die Siegerin des New York Marathon 2011, Amanda McGrory (USA), komplettieren den Favoriten-Pool.

Ebenfalls stark besetzt sind die Athletenfelder der Handbiker. Vico Merklein hält mit 1:02:32 Stunden den Berliner Streckenrekord. 2015 und 2018 gewann der erfolgreichste deutsche Handbiker an der Spree. Was wir in diesem Jahr von Merklein erwarten können, kommentierte er vor wenigen Wochen aus dem Höhentraining in Flagstaff so: „Ich trete nie an um Zweiter zu werden, ob es dann am Ende auch für den ersten Platz reicht, zeigt sich auf den 42,195 km.“ Im Damen-Klassament dürfte besonders mit der Vorjahrsiegerin Jennette Jansen aus den Niederlanden zu rechnen sein.

## **World elite at the Start**

**Before the runners take the streets of the capital under the feet at the BMW BERLIN-MARATHON wheelchair athletes and handbikers squeal the tires.**

**H**einz Frei is considered the grand seigneur in the wheelchair racing scene. The 61-year-old has won just about every race offered. The Swiss athlete has won the BERLIN-MARATHON 20 times. Of course he will be there again in 2019. Last year, his compatriot Marcel Hug only lost to Canadian Brent Lakatos (1:29:41 hours) in the final sprint. So he will be looking to switch that up in the capital this year, the perfect stage for a rematch.

What Heinz Frei is for Berlin, David Weir is for the London Marathon. The Brit won eight times on the Thames. After winning in Berlin in 2015 and finishing in 12th place in 2018, the 40-year-old will return to face the competition. Kota Hokinoue of Japan (Berlin champion in 2014) and the gold medalist from the 2016 Paralympics in Rio, Ernst van Dyk (South Africa), round off the top spots.

Manuela Schär will again participate in the women's race. The most successful

female Swiss wheelchair athlete has already crossed the finish line four times in Berlin (last year in a world record time of 1:36:53 hours). Sandra Graf will be bringing plenty of experience to the course. For two decades, she has repeatedly been good for a podium finish. With this wealth of experience, the athlete from Switzerland secured third place in the capital in 2018. Australian Madison de Rozario (two-time gold medal winner at the IPC World Athletics Championships) and 2011 New York Marathon champion Amanda McGrory (USA) complete the pool of favorites.

### **42.195 km in 1:02:32 hours: Strong handbikers in Berlin**

The athlete fields of the handbikers are also very strong. With 1:02:32 hours Vico Merklein holds the Berlin course record. 2015 and 2018 won the most successful German Handbiker in Berlin. A few weeks ago he commented on the high-altitude training camp in Flagstaff: „I never start to finish second and whether it will be enough for first place will be seen in the 42,195 km“. In the women's field, last year's winner Jennette Jansen from the Netherlands seems to be one of the strongest.



**David Weir hat schon achtmal den London Marathon der Rollies gewonnen. Er zählt auch in Berlin zu den Favoriten. David Weir has won the London Marathon Wheelchair race eight times. He is also one of the favourites in Berlin.**



# Danke!

## Thank you!





## Wir bedanken uns bei folgenden Institutionen

*We would like to thank the following institutions*

Senatsverwaltung für Inneres und Sport  
 Senatsverwaltung für Umwelt, Verkehr und Klimaschutz  
 Senatsverwaltung für Stadtentwicklung und Wohnen Abt. III – Geoinformation  
 Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie,  
 Tiefbauämter von Charlottenburg-Wilmersdorf, Friedrichshain-Kreuzberg,  
 Mitte-Tiergarten, Neukölln, Tempelhof-Schöneberg, Steglitz-Zehlendorf,  
 Gartenbauämter von Charlottenburg-Wilmersdorf und Mitte-Tiergarten  
 Der Polizeipräsident in Berlin | Berliner Feuerwehr  
 Berliner Leichtathletik-Verband e.V. | Berliner Verkehrsbetriebe (BVG)  
 S-Bahn Berlin GmbH | Deutsche Lebensrettungsgesellschaft (DLRG)  
 Johanniter Unfall-Hilfe e.V. | Evangelische Kirche | Kaiser-Wilhelm-Gedächtnis-Kirche  
 Landessportbund Berlin e.V. | Landesverwaltungsamt Berlin | Olympiastadion Berlin  
 Akademie für Sozial- und Gesundheitsberufe | Euroakademie Berlin  
 ILB-Medizinische Akademie Berlin | Krankengymnastik-Paxis Andreas Schwarz  
 Körperwerkstatt Berlin | Rehabilitationszentrum Berlin  
 Staatlich anerkannte Lehranstalten für Physiotherapie und Massage  
 Prof. Dr. Med. Vogler Schule | Wannsee-Schule e.V. Schule für Gesundheitsberufe  
 alle Medien

## Ein zusätzliches Dankeschön den Sponsoren und Förderern, die den BMW BERLIN-MARATHON und SCC EVENTS unterstützen

*Also, an additional thank you to the sponsors and promoters  
 who support the BMW BERLIN-MARATHON and SCC EVENTS*

|                            |                               |
|----------------------------|-------------------------------|
| berlinovo                  | Red Bull                      |
| Berlin Partner             | Rollerblade                   |
| Comline AG Berlin          | Runtastic                     |
| Die Sportografen           | ver.di Bezirk Berlin Fb. 9    |
| Höffner Möbelgesellschaft  | Zoll Medical                  |
| Weingut Castelfeder        |                               |
| LASERLINE                  | Medienpartner                 |
| Lichtenauer Mineralquellen | TV: ARD, rbb                  |
| Marathon-Photos            | Radio: inforadio, Radio Eins  |
| Polar                      | rbb 88,8, Antenne Brandenburg |
| realbuzz                   | Print: Der Tagesspiegel       |

**Unser ganz besonderer Dank gilt den vielen freiwilligen und ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern aus Vereinen und von Berliner Schulen sowie von SCC EVENTS, ohne deren großen Einsatz hinter den Kulissen und entlang der Strecke der BMW BERLIN-MARATHON nicht möglich wäre. Ein herzliches Dankeschön auch unseren zahlreichen Fans und Zuschauern, die unsere Teilnehmer an der Strecke mit bester Stimmung so kräftig unterstützen und die ganz besondere Atmosphäre des BMW BERLIN-MARATHON ausmachen.**

*Our special thanks go to the many volunteers from associations and schools in Berlin and from within SCC EVENTS, whose great commitment behind the scenes and along the course of the BMW BERLIN-MARATHON helps make this event possible. A big thank you also to our many fans and spectators, who enthusiastically support our participants along the course and create the very special atmosphere of the BMW BERLIN-MARATHON.*





# Vom Volkslauf



# ... zum Weltklasse- Event





**Der BMW BERLIN-MARATHON hat eine einmalige Entwicklung gemacht. Diese reflektiert die Geschichte des Laufsports in Deutschland – vom Nischensport zur Lifestyle-Bewegung. Und sie ist eng verbunden mit der Historie Berlins. Von den Ursprüngen im Grunewald zog der Lauf bald ins Zentrum der einst geteilten Stadt zwischen Brandenburger Tor und Reichstag. Elf Weltrekorde wurden inzwischen in Berlin aufgestellt – so viele wie bei keinem anderen Marathonrennen der Welt.**

*Text: Jörg Wenig | Fotos: imago images, Norbert Wilhelmi*

## 1974

**1974 fand der erste BERLIN-MARATHON statt, und 1983 (Foto) wurde er noch im Schatten der Mauer vor dem Reichstag gestartet. 2018 ist der BMW BERLIN-MARATHON längst zu einem Event geworden, das weltweit Beachtung findet. Die über 45.000 Läufer starten in mehreren Wellen auf der Straße des 17. Juni.** The first BERLIN-MARATHON took place in 1974, and in 1983 (photo), it still started in the shadows of the Wall in front of the Reichstag. By 2018, the BMW BERLIN-MARATHON has long become a popular event with a great international reputation. The over 45,000 runners start in several waves on the grand boulevard "Strasse des 17. Juni".





**A**ls 1974 der erste BERLIN-MARATHON gestartet wurde, befanden sich Start und Ziel am Mommsenstadion in Charlottenburg. Auf einer Pendelstrecke wurde entlang der Avus am Grunewald gelaufen. 286 Teilnehmer hatten für diese Premiere gemeldet. Zuschauer fanden sich nur vereinzelt und eher zufällig ein. Die ersten Sieger hießen Günter Hallas (LG Nord Berlin), der 2:44:53 Stunden lief, und Jutta von Haase (LG Süd Berlin), die nach 3:22:01 Stunden im Ziel war. Den ersten spitzensportlichen Höhepunkt erlebte der BERLIN-MARATHON 1977, als Christa Vahlensieck für Furore sorgte. Die Wuppertalerin gewann das in die Veranstaltung integrierte Rennen um die Deutsche Meisterschaft und stellte mit 2:34:47,5 Stunden eine Weltbestzeit auf (damals wurden noch keine Marathon-Weltrekorde geführt).

### **Als die Straßen noch allein den Autos gehörten**

Anfang der 80er-Jahre wollten die Berliner Organisatoren um den Initiator Horst Milde mit dem Marathon aus dem Grunewald in die Stadt. Sie scheiterten aber zunächst am Widerstand der Polizei. Die Straßen seien für die Autos da, wurde

ihnen damals gesagt. Doch nachdem die französischen Alliierten im Frühjahr 1981 die „25 km de Berlin“ in der West-Berliner City veranstaltet hatten, bekamen auch die Veranstalter des SC Charlottenburg grünes Licht. Mit Unterstützung der US-Alliierten fand Ende September 1981 der erste BERLIN-MARATHON durch die City statt. Knapp 3.500 Läufer hatten gemeldet, das Ziel befand sich auf dem Kurfürstendamm.

### **Schnelle Strecke schon seit den 1980er-Jahren**

Organisiert von einem überwiegend ehrenamtlich arbeitenden Team hatte sich der Lauf in den 80er-Jahren zu Zeiten des Kalten Krieges zum größten und hochklassigsten deutschen Marathon entwickelt. Mit perfekter Organisation, einer schnellen Strecke und der enormen Zuschauerbegeisterung punktete der BERLIN-MARATHON national und international. Nach dem Fall der Mauer im November 1989 arbeiteten die Organisatoren des SC Charlottenburg an der Realisierung ihres Traums: dem Marathon durch das Brandenburger Tor. Rund 25.000 Starter liefen dann am 30. September 1990, drei Tage vor der deutschen Wiedervereinigung, durch Ost und West.

Die Wende brachte dem BERLIN-MARATHON auch eine Wende was die spitzensportliche Bedeutung des Rennens betrifft. Der Australier Steve Moneghetti gewann 1990 mit der damaligen Weltklassezeit von 2:08:16 Stunden. Die Berlinerin Uta Pippig erreichte einen Heimsieg. Nach dem geschichtsträchtigen Rennen von 1990 waren die Teilnehmerzahlen zunächst rückläufig beziehungsweise stagnierten für einige Jahre. Erst um die Jahrtausendwende herum stiegen die Zahlen wieder deutlich an. Spitzensportlich war der BERLIN-MARATHON jedoch längst ein Hit. Zum 25. Jubiläum der Veranstaltung fiel 1998 erstmals ein Männer-Weltrekord in Berlin: Der Brasilianer Ronaldo da Costa siegte in 2:06:05 Stunden. Er war der erste Läufer der Geschichte, der im Marathon eine Kilometer-Durchschnittszeit von unter 3:00 Minuten erreichte.

### **Die erste Frau unter 2:20 Stunden**

In der Folge wurden bei Weltrekorden in Berlin mehrfach auch bedeutende Zeitbarrieren durchbrochen. Viele Jahre hatten die besten Marathonläuferinnen der Welt davon geträumt, eine Zeit von unter 2:20 Stunden zu erreichen. In Berlin wur-

## 1990



**1**



**2**

**1 – 1990 ist das Brandenburger Tor offen und die Quadriga wird repariert. Erstmals führt die Strecke des BERLIN-MARATHON durchs Tor.** In 1990, the Brandenburg Gate is open and the Quadriga has been repaired. For the first time, the course of the BERLIN-MARATHON passes through the Gate.  
**2 – Uta Pippig gewinnt den historischen Lauf von 1990 drei Tage vor der deutschen Wiedervereinigung.** Uta Pippig wins the historic run in 1990, three days before German Reunification.



# From a local race to a global event

**The BMW BERLIN-MARATHON reflects the history of running in Germany - once a minor sport that turned into a popular trend with millions of joggers - and the history of the once divided city of Berlin. A stunning number of eleven world records have been broken. No other marathon in the world can match this.**

**W**hen the first BERLIN-MARATHON was organised in 1974 the start and the finish were just outside the Mommsen Stadium in Charlottenburg. It was an out and back multiple lap course in between West Berlin's motorway Avus and the Grunewald, a forest area. 286 runners entered for the first marathon which had few spectators. Local Berlin runners Günter Hallas and Jutta von Haase won the first edition in 2:44:53 hours and 3:22:01 hours respectively.

Already back in 1977 the BERLIN-MARATHON produced the first highlight regarding the elite performances. Germany's Christa Vahlensieck clocked a world best time of 2:34:47.5 hours (there were no marathon world records listed at that time). At the beginning of the 80ies Race Director Horst Milde and his organising team intended to move the race into the

city centre. However at first they did not get permission from the police. Roads are made for cars, Milde was told. However the French Allied Forces did stage a major road race in spring 1981 in the city, the "25 km de Berlin". With the support of the American forces Milde and his team finally did get the permission to stage a city marathon at the end of September 1981. Almost 3,500 runners entered the first edition with the finish line positioned right on Kurfürstendamm.

## **1990: Through Brandenburg Gate for the first time**

Most of the organising team consisted of volunteers, including the Race Director. During the period of the Cold War they developed the race in West Berlin into the biggest and best quality German marathon. After the fall of the Berlin Wall in November 1989 organisers of the SC

Charlottenburg worked tirelessly to reach their ultimate goal: a marathon through Brandenburg Gate. They were successful and around 25,000 athletes ran through East and West on 30th September 1990, three days before German reunification. The elite race developed strongly after the fall of the wall. In 1990 Steve Moneghetti of Australia won with a world-class time of 2:08:16. Berlin's Uta Pippig was the women's winner. After the historic race of 1990 entry figures were dropping and then stagnating for a couple of years. It was around the Millennium when figures started rising significantly again. In terms of elite racing the BERLIN-MARATHON had done extremely well in the 90ies.

The 25th edition in 1998 was crowned by the first men's world record in Berlin: Brazil's Ronaldo da Costa clocked 2:06:05 hours and became the first run-

## 1998



## 2008



**3 – 1998 sind Nasenpflaster schwer in Mode und Ronaldo da Costa aus Brasilien läuft damit den ersten Männer-Weltrekord beim BERLIN-MARATHON. Seine Zeit: 2:06:05 Stunden.** In 1998, nasal strips are very much in vogue and Ronaldo da Costa from Brazil runs the first men's world record at the BERLIN-MARATHON. His time: 2:06:05 hours.

**4 – 2008 werden sowohl im Männer als auch im Frauenrennen Barrieren durchbrochen: Haile Gebrselassie läuft als erster Mensch in 2:03:59 den Marathon schneller als 2:04 Stunden. Irina Mikitenko bleibt als erste Deutsche in 2:19:19 unter 2:20 Stunden. Ihre Zeit ist bis heute Deutscher Rekord.** In 2008, barriers are broken in both the men's and women's races: Haile Gebrselassie is the first man to complete the marathon under 2:04 hours, with a time of 2:03:59. Irina Mikitenko remains the first German woman to finish under 2:20 hours, with a time of in 2:19:19. Her time is still the German record.



## Alle Marathon-Weltrekorde von Berlin

### World records made in Berlin

| Datum<br>Date | Läufer*in<br>Runner | Land<br>Country | Zeit<br>Time |
|---------------|---------------------|-----------------|--------------|
| 10.09.1977    | Christa Vahlensieck | GER             | 2:34:48      |
| 20.09.1998    | Ronaldo da Costa    | BRA             | 2:06:05      |
| 26.09.1999    | Tegla Loroupe       | KEN             | 2:20:43      |
| 30.09.2001    | Naoko Takahashi     | JPN             | 2:19:46      |
| 28.09.2003    | Paul Tergat         | KEN             | 2:04:55      |
| 30.09.2007    | Haile Gebrselassie  | ETH             | 2:04:26      |
| 28.09.2008    | Haile Gebrselassie  | ETH             | 2:03:59      |
| 25.09.2011    | Patrick Makau       | KEN             | 2:03:38      |
| 29.09.2013    | Wilson Kipsang      | KEN             | 2:03:23      |
| 28.09.2014    | Dennis Kimetto      | KEN             | 2:02:57      |
| 16.09.2018    | Eliud Kipchoge      | KEN             | 2:01:39      |

de dieser Traum Wirklichkeit: Die Japanerin Naoko Takahashi durchbrach 2001 mit 2:19:46 Stunden als erste Frau diese Barriere. Nach den Terroranschlägen des 11. September 2001 in den USA zogen die Teilnehmer vor dem Start ein Großtransparent mit der Aufschrift ‚United we Run‘ über ihre Köpfe hinweg.

### Ganz große Barrieren durchbrochen

Beim nächsten Jubiläum, der 30. Auflage, krönte Paul Tergat den BERLIN-MARATHON mit einer sporthistorischen Leistung. Mit 2:04:55 Stunden blieb der Kenianer als erster Marathonläufer der Sportgeschichte unter 2:05 Stunden. 30.709 Läufer erreichten das neue Ziel des Rennens am Brandenburger Tor, das auch international für Aufsehen sorgte. Erstmals wurden bei einem deutschen Marathon damit mehr als 30.000 Athleten im Ziel registriert.

Nachdem der äthiopische Superstar Haile Gebrselassie in Berlin 2008 als erster Läufer eine Zeit von unter 2:04 Stunden

erreicht hatte (2:03:59 Stunden) und der Kenianer Dennis Kimetto 2014 unter 2:03 Stunden gelaufen war (2:02:57 Stunden), gelang Olympiasieger Eliud Kipchoge (Kenia) 2018 die größte Steigerung des Marathon-Weltrekordes seit über 50 Jahren: Er verbesserte die Bestmarke von Dennis Kimetto um 1:18 Minuten auf 2:01:39 Stunden.

Längst ist der BMW BERLIN-MARATHON das mit Abstand schnellste Männerrennen der Welt über die 42,195 km. Als im Jahr 2006 die World Marathon Majors (WMM) ins Leben gerufen wurden, gehörte der BERLIN-MARATHON neben Boston, London, Chicago und New York zu den Gründungsmitgliedern. Die besten Athleten der Welt sammeln seitdem bei den AWMM-Rennen Punkte für den prestigeträchtigen Gesamtsieg der AWMM-Serie. Auch aufgrund der Abott World Marathon Majors-Zugehörigkeit stieg das Interesse am BMW BERLIN-MARATHON nochmals deutlich an. 2018 wurde am Brandenburger Tor die Rekordzahl von 40.651 Läufern im Ziel registriert.

ner in history to achieve an average time of sub 3:00 per kilometre. A number of major time barriers were broken during world record performances in Berlin in the following years. For a long time the best women marathon runners had dreamt about breaking 2:20. It was in Berlin where it finally happened: Japan's Naoko Takahashi broke the barrier in 2001 with a time of 2:19:46 hours. After the New York terror attacks on 11th September 2001 runners held up a huge banner at the start reading 'United we Run'.

It was the 30th edition of the race which was crowned by another historic performance: Kenya's Paul Tergat became the first runner to achieve a sub 2:05 time in the marathon. He clocked 2:04:55 hours at the new spectacular finish at Brandenburg Gate, which caught international attention. 30,709 finishers were counted on that day, a record for a German marathon.

Ethiopia's superstar Haile Gebrselassie ran the first sub 2:04 time in Berlin in 2008 (2:03:59 hours). Six years later Dennis Kimetto of Kenya became the first runner to achieve a sub 2:03 result here (2:02:57 hours). Another very special world record was established in Berlin by Eliud Kipchoge in 2018. The Kenyan Olympic Champion improved Kimetto's mark by 78 seconds - the biggest margin for over 50 years. The BMW BERLIN-MARATHON has been the fastest men's marathon of the world for many years. When the World Marathon Majors (WMM) were established in 2006 the BERLIN-MARATHON was a founding member together with Boston, London, Chicago and New York. Since then the world's best marathon runners collect points at each of the AWMM races and an annual champion is crowned. Because of the Abbott AWMM series interest in the BMW BERLIN-MARATHON soared. In 2018 a record number of 40,651 runners crossed the finish line at Brandenburg Gate.

## 2018 2019

**2018 steigert Eliud Kipchoge den Weltrekord auf 2:01:39 Stunden.** In 2018 Eliud Kipchoge raises the world record to 2:01:39 hours.







ABBOTT  
WORLD  
MARATHON  
MAJORS

TOKYO  
BOSTON  
LONDON  
BERLIN  
CHICAGO  
NEW YORK

# RUN A MAJOR, CLAIM YOUR STAR



Congratulations to the thousands of champions crossing the BMW BERLIN-MARATHON finish line! After the race, log on to claim your Abbott World Marathon Majors Star, and also see where you rank on a global scale within your age group with the Abbott World Marathon Majors Wanda Age Group World Rankings.

Register and claim your results at [AbbottWMM.com](http://AbbottWMM.com).



ABBOTT  
WORLD  
MARATHON  
MAJORS

① 万达WANDA AGE GROUP  
WORLD RANKINGS

#AbbottWMM  
#WhereChampionsRun  
#ReachForTheStars







# Im Laufschrift um die Welt

## ABBOTT WORLD MARATHON MAJORS

**Die Abbott World Marathon Majors-Serie, ist eine Serie, die seit 2006 aus den sechs renommiertesten Marathons der Welt besteht: Tokio, Boston, London, BMW BERLIN-MARATHON, Chicago und New York. Die Veranstalter der Rennen wollen gemeinsam ihren Sport weiterentwickeln, die Elite-Athleten bekannt machen und die Teilnehmerzahlen steigern.**

Jedes Rennen der Abbott World Marathon Majors sichert höchste organisatorische Qualität und einen einmaligen Wettkampftag für die Läufer. Insgesamt stehen bei den Rennen jährlich über 6,5 Millionen Zuschauer an der Strecke, und 300 Millionen Fernsehzuschauer verfolgen diese Marathons. Mehr als 200.000 Teilnehmer gehen jährlich an die Starts. Die Rennen generieren Spendengelder für wohltätige Zwecke in Höhe von fast 150 Millionen US-Dollar. Die Integrität des Marathonlaufes steht im Mittelpunkt der Bemühungen der AbbottWMM-Veranstalter. Sie arbeiten eng mit der Athletics Integrity Unit zusammen und stellten im April 2019 ein neues, zukunftsweisendes Anti-Doping-Programm vor, das im Kampf für einen sauberen Sport neue Möglichkeiten eröffnet. Seit der Serie XI wurde das Ranking-Preisgeld-Schema verändert. Nunmehr erhalten am Ende einer Serie jeweils die ersten drei Athleten ein Preisgeld. Bei den Läufern erhalten Sieger und Siegerin jeweils 250.000 US-Dollar, die Zweit- und Drittplatzierten 50.000 beziehungsweise 25.000 US-Dollar. Bei den Rennroll-





# Running around the world

**The Abbott World Marathon Majors Series is a series that has comprised the world's six most prestigious marathons since 2006: Tokyo, Boston, London, BMW BERLIN-MARATHON, Chicago and New York. The organisers of the races aim to develop their sport together, increase the fame of the elite athletes, and raise the number of participants.**

**E**ach race of Abbott World Marathon Majors ensures the highest level of organization and a unique day of competition for the runners. In total, more than 6.5 million spectators attend the races every year and 300 million television viewers follow these marathons. More than 200,000 participants are at the starts every year. The races also generate nearly \$150 million in charitable donations.

The integrity of the marathon is central to the efforts of the Abbott WMM organisers. In April 2019, working closely with the Athletics Integrity Unit, they introduced a new, pioneering anti-doping program that opens up new opportunities in the fight for a clean sport.

Since the XI edition of the series, the prize money system has been changed. Now, at the end of each series, the first three athletes receive prize money. The male and female winners each receive US \$250,000 and the runners-up \$50,000 and \$25,000, respectively. For the wheelchair athletes, the premiums are \$50,000, \$25,000 and \$10,000.

The AWMM also started a new charity initiative at the beginning of the XI series. A total of \$280,000 will be donated annually to various non-profit organizations.

The classification for the new AbbottWMM Wanda world ranking lists for age group runners officially began at the 45th BMW BERLIN-MARATHON. It started of a one-year qualification period, which now ends at the 46th BMW BERLIN-MARATHON 2019. The top runners in each age group qualify for the AbbottWMM Wanda Age Group World Championships, which will premiere at the London Marathon 2020.

The "Six Star Finishers" rating started at the 2016 Tokyo Marathon. 6,149 runners (status before the BMW BERLIN-MARATHON) successfully completed all six AbbottWMM races and received the much sought-after special medal. To be included in this rating, runners must register on the following website:

[www.abbottwmm.com](http://www.abbottwmm.com)

stuhlfahrern betragen die Prämien 50.000, 25.000 und 10.000 US-Dollar.

Die AWMM starteten mit Beginn der Serie XI eine neue Charity-Initiative. Insgesamt werden jährlich 280.000 Dollar an verschiedene gemeinnützige Organisationen gespendet.

Die Wertung für die neuen AbbottWMM Wanda Weltranglisten für Altersklassenläufer begann offiziell beim 45. BMW BERLIN-MARATHON. Es war der Start eines einjährigen Qualifikations-Zeitraumes, der nun beim 46. BMW BERLIN-MARATHON 2019 endet. Die bestplatzierten Läufer jeder Altersklasse qualifizieren sich für die AbbottWMM Wanda Altersklassen-Weltmeisterschaften, die beim London Marathon 2020 ihre Premiere haben. Die „Six Star Finishers“-Wertung begann mit dem Tokio Marathon 2016. 6.149 Läufer (so der Stand vor dem BMW BERLIN-MARATHON) haben alle sechs AbbottWMM-Rennen erfolgreich absolviert und die sehr gefragte Sonder-Medaille erhalten. Um in diese Wertung aufgenommen zu werden, müssen sich Läufer auf der folgenden Webseite registrieren: [www.abbottwmm.com](http://www.abbottwmm.com)



# ABBOTT WORLD MARATHON MAJORS

CHICAGO



© www.worldmarathonmajors.com

**Nirgendwo lassen sich die Läufer so gut verfolgen wie in Chicago. Dank des günstigen Verkehrsnetzes können laufende Freunde und Bekannte mehrfach angefeuert werden.** There is no better race for following the runners than Chicago. With the great transit network, you can catch your friends and family several times to cheer them on.

## *Bunt wie die Welt* *As colourful as the world*

[www.chicagomarathon.com](http://www.chicagomarathon.com)

Im Jahr 1976 traf sich eine Gruppe von Laufbegeisterten im Metropolitan YMCA in Chicago, um Pläne für einen Marathon zu schmieden. Unterstützt durch den sportaffinen neuen Bürgermeister Michael Bilandic und Initiator Lee Flaherty setzten sie ihre Vorstellungen am 1977 mit 4.200 Teilnehmern beim ersten Chicago Marathon in die Tat um. Bis heute vergrößerte sich das Event auf ein Teilnehmerfeld von 45.000 Starter. Das Rennen wird von geschätzten 1,7 Millionen Zuschauern am Straßenrand verfolgt. Der flache Kurs beginnt und endet im historischen Grant Park. Er führt dabei durch 29 kulturell bunt gemischte Bezirke wie Lakeview, Greektown, Little Italy, Pilsen, Chinatown und Bronzeville. Der Rundkurs und das große Angebot an öffentlichen Verkehrsmitteln ermöglichen es Freunden und Familien, ihre Läufer an mehreren Punkten während des Rennens anzufeuern. Es ist Tradition in Chicago, die schnellsten Läufer der Welt einzuladen. In der Veranstaltungsgeschichte wurden zwei Frauen- sowie zwei Männer-Weltrekorde aufgestellt.

### **Nächste Austragung**

13. Oktober 2019

### **Größtes Teilnehmerfeld**

44.610 Läufer im Ziel (2018)

### **Streckenrekorde**

|              |                       |      |
|--------------|-----------------------|------|
| 2:03:45 Std. | Dennis Kimetto (KEN)  | 2013 |
| 2:17:18 Std. | Paula Radcliffe (GBR) | 2002 |

In 1976, a group of running enthusiasts met at the Metropolitan YMCA in Chicago to make plans for a marathon. Supported by sports-minded new mayor, Michael Bilandic, and initiator Lee Flaherty, they put their ideas into practice in 1977 with 4,200 participants in the first Chicago Marathon. To date, the event has grown to a field of 45,000 starters. The race is followed by an estimated 1.7 million spectators along the course. The flat course begins and ends in the historic Grant Park. It leads through 29 culturally diverse districts such as Lakeview, Greektown, Little Italy, Pilsen, Chinatown and Bronzeville. The loop course and the wide availability of public transport allow friends and families to cheer on their runners at several points during the race. It is Chicago's tradition to invite the world's fastest runners. The race has seen two women's and two men's world records.

### **Next race**

October 13, 2019

### **Largest field**

44,610 runners at the finish (2018)

### **Course records**

|             |                       |      |
|-------------|-----------------------|------|
| 2:03:45 hrs | Dennis Kimetto (KEN)  | 2013 |
| 2:17:18 hrs | Paula Radcliffe (GBR) | 2002 |



I AM  
FOCUSED.



BANK OF AMERICA

Chicago  
Marathon.

10.13.2019

Share your story at  
[#MyChicagoMarathon](#)



# ABBOTT WORLD MARATHON MAJORS

**NEW YORK**



© www.worldmarathonmajors.com

Mit nur 127 Teilnehmern begann alles im Jahr 1970. Heute ist der TCS New York City Marathon der größte seiner Art weltweit. It all started in 1970 with only 127 participants. Today, the TCS New York City Marathon is the largest marathon in the world.

## 50.000 Mal Glück

[www.tcsnycmarathon.org](http://www.tcsnycmarathon.org)

**D**er TCS New York City Marathon ist die wichtigste Veranstaltung der New York Road Runners und der größte Marathonlauf der Welt. Das Rennen zieht Elite-Athleten und Freizeitläufer gleichermaßen an, die dort die sportliche Herausforderung ihres Lebens suchen. Das Rennen hat sich seit seiner Premiere 1970 mit nur 127 Läufern, die damals vier Runden durch den Central Park liefen, enorm vergrößert. Mittlerweile strömen rund 50.000 Läufer aus aller Welt jeweils Anfang November nach New York City, um in einem Adrenalin-gefüllten Straßenlauf-Erlebnis durch die fünf Stadtbezirke zu flitzen. Sie starten an der Verrazano-Narrows Bridge auf Staten Island und finishen schließlich im Central Park. Die Elite läuft für die Reputation mit einem Blick aufs Preisgeld, die Breitensportler oftmals für einen guten Zweck oder um eine persönliche Bestzeit zu erzielen. Alle werden angefeuert von über einer Million Zuschauern. Die TV-Reichweite des Rennens betrug in den vergangenen Jahren rund 650 Millionen Personen.

### Nächste Austragung

3. November 2019

### Größtes Teilnehmerfeld

52.813 Läufer im Ziel (2018)

### Streckenrekorde

|              |                      |      |
|--------------|----------------------|------|
| 2:05:06 Std. | Geoffrey Mutai (KEN) | 2011 |
| 2:22:31 Std. | Margaret Okayo (KEN) | 2003 |

## 50,000 bits of luck

**T**he TCS New York City Marathon is the most important event put on by the New York Road Runners and is the largest marathon in the world. The race attracts both elite and amateur athletes who are looking for the sporting challenge of their lives. The race has grown enormously since its debut in 1970, when it had only 127 runners who ran four laps through Central Park. Around 50,000 runners from all over the world are now flocking to New York City in early November to run through the five boroughs in an adrenaline-filled road race experience. You start at Verrazano-Narrows Bridge on Staten Island and finish through Central Park. The elite athletes compete for both their reputations and an eye on the prize money, while the amateur runners often run for a good cause or to achieve a personal best. Everyone is cheered on by over one million spectators. The TV coverage of the race in recent years reached around 650 million viewers.

### Next race

November 3, 2019

### Largest field

52,813 runners at the finish (2018)

### Course records

|             |                      |      |
|-------------|----------------------|------|
| 2:05:06 hrs | Geoffrey Mutai (KEN) | 2011 |
| 2:22:31 hrs | Margaret Okayo (KEN) | 2003 |





**It will drive you.**



**TATA  
CONSULTANCY  
SERVICES**

**NOVEMBER 3 2019**

**It will move you. #TCSNYCMarathon**

**TATA  
CONSULTANCY  
SERVICES**



**UNITED  
AIRLINES**

**THE RUDIN FAMILY**



**NYRR  
NEW YORK ROAD RUNNERS**



# ABBOTT WORLD MARATHON MAJORS

TOKIO



© www.worldmarathonmajors.com

**Der Tokio Marathon gehört seit Jahren zu den begehrtesten Marathons der Welt. 2019 finishten hier über 35.000 Läufer.** The Tokyo Marathon is one of the most sought-after marathons in the world. In 2019, over 35,000 runners finished.

## Laufen mit Herz

## Running with a Heart

[www.marathon.tokyo/en](http://www.marathon.tokyo/en)

Organisiert von der Tokyo Marathon Foundation wurde die Premiere am 18. Februar 2007 gestartet. Mit seinem Motto „The Day We Unite“ bringt der Tokio Marathon seit 13 Jahren Läufer, freiwillige Helfer sowie Zuschauer zusammen. Im Jahre 2011 etablierte der Tokio Marathon sein eigenes Charity-Programm, „Laufen mit Herz“. Mit Spendengeldern werden verschiedene Charity-Programme unterstützt. 2019 waren 5.000 Charity-Läufer am Start. Mit dem Rennen 2016 - der 10. Jubiläumsausgabe - wurde das Logo des Tokio Marathon erneuert. Es zeigt Läufer, Helfer und jubelnde Zuschauer entlang der Strecke und symbolisiert so das Motto des Rennens (siehe oben). Seit 2017 hat der Tokio Marathon eine geänderte Streckenführung. Das Ziel befindet sich nunmehr in unmittelbarer Nähe zum Hauptbahnhof. 2018 wurde bei dem Rennen erstmals seit 16 Jahren ein japanischer Rekord gebrochen. Der Tokio Marathon wird 2020 am 1. März ausgetragen und ist auch ein Testrennen für die Olympischen Spiele, die im nächsten Jahr in Tokio stattfinden.

### Nächste Austragung

1. März 2020

### Größtes Teilnehmerfeld

35.460 Läufer im Ziel (2019)

### Streckenrekorde

|              |                          |      |
|--------------|--------------------------|------|
| 2:03:58 Std. | Wilson Kipsang (KEN)     | 2017 |
| 2:19:47 Std. | Sarah Chepchirchir (KEN) | 2017 |

Organized by the Tokyo Marathon Foundation, the premiere was launched on February 18, 2007. Under the motto ‚The Day We Unite‘, the Tokyo Marathon has been bringing runners, volunteers and spectators together for 13 years. In 2011, the Tokyo Marathon established its own charity program, ‚Running with a Heart‘. Donations are used to support various charity programs. In 2019, 5,000 charity runners were at the start. With the race in 2016—the 10th anniversary edition—the logo of the Tokyo Marathon was renewed. It shows runners, volunteers and cheering spectators along the course, symbolizing the motto of the race (see above). Since 2017, the Tokyo Marathon has a new route. The finish is now in the immediate vicinity of the main train station. For the first time in 16 years, a Japanese record was broken at the race in 2018. The Tokyo Marathon will be held on March 1, 2020, and it is also a test race for the Olympic Games, which will be held in Tokyo next year.

### Next race

March 1, 2020

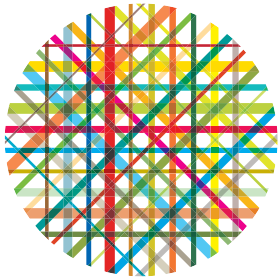
### Largest field

35,460 runners at the finish (2019)

### Course records

|             |                          |      |
|-------------|--------------------------|------|
| 2:03:58 hrs | Wilson Kipsang (KEN)     | 2017 |
| 2:19:47 hrs | Sarah Chepchirchir (KEN) | 2017 |





# TOKYO MARATHON 2020

THE DAY WE UNITE.

SHOW YOUR STORY.

March 1, 2020

Tokyo Marathon 2020 also serves as selection trial for

- Marathon Grand Championship Series (MGC) Final Challenge
- Japanese Olympic Trial for Olympic Games 2020~
- Abbott World Marathon Majors Series XIII

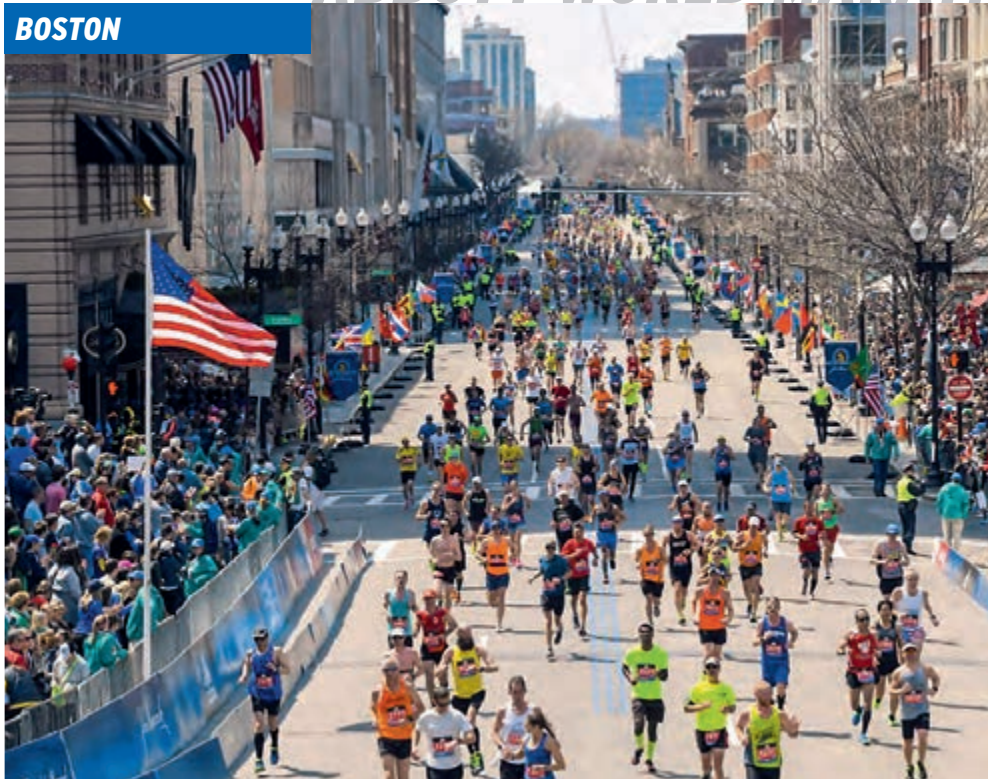
<https://www.marathon.tokyo/en/>  
Event: Tokyo Marathon Friendship Run 2020 (February 29, 2020)





# ABBOTT WORLD MARATHON MAJORS

**BOSTON**



© www.worldmarathonmajors.com

**Mehr Tradition geht nicht. Seit 1897 wird der Boston Marathon jährlich ausgetragen.** There is no race with more tradition. The Boston Marathon has been carried out every year since 1897

## Über den Heartbreak Hill Over Heartbreak Hill

[www.baa.org](http://www.baa.org)

Inspired by their experiences at the Olympic Games in 1896, a few members of the Boston Athletic Association established their own marathon in 1897. It has been held every year since and is now the oldest annual marathon in the world. The position of the start and finish lines have changed over the years, but the rest of the course has remained largely the same. Since 1924, the race has begun in the city of Hopkinton. From there it goes through Ashland, Framingham, Natick and Wellesley. In Newton, the course gradually climbs to the famous Heartbreak Hill. When the runners arrive at the top, they can see Boston for the first time, four miles away. After crossing Brookline, the runners enter Boston, where the race ends on Boylston Street. Competitors must provide qualifying times to participate in the Boston Marathon. In addition to the course and the long tradition, this is another special feature of this race.

### Nächste Austragung

20. April 2020

### Größtes Teilnehmerfeld

35.868 Läufer im Ziel (1996)

### Streckenrekorde

|              |                      |      |
|--------------|----------------------|------|
| 2:03:02 Std. | Geoffrey Mutai (KEN) | 2011 |
| 2:19:59 Std. | Buzunesh Deba (ETH)  | 2014 |

### Next race

April 20, 2020

### Largest field

35,868 runners at the finish (1996)

### Course records

|             |                      |      |
|-------------|----------------------|------|
| 2:03:02 hrs | Geoffrey Mutai (KEN) | 2011 |
| 2:19:59 hrs | Buzunesh Deba (ETH)  | 2014 |





# 124<sup>TH</sup> BOSTON MARATHON<sup>®</sup>

*John Hancock*



ABBOTT  
WORLD  
MARATHON  
MAJORS

TOKYO  
BOSTON  
LONDON  
BERLIN  
CHICAGO  
NEW YORK



**PATRIOTS' DAY**  
MONDAY, APRIL 20, 2020

@bostonmarathon   



# ABBOTT WORLD MARATHON MAJORS

LONDON



© imago images / ZUMA Press

Seit 1981 haben die Teilnehmer des London Marathon über eine Milliarde Pfund für den guten Zweck gespendet. Since the first edition in 1981, the participants of the London Marathon have raised funds of more than a billion pounds for charity.

## Die ganze Welt schaut zu The whole world is watching

[www.virginmoneylondonmarathon.com](http://www.virginmoneylondonmarathon.com)

**D**er erste London Marathon fand am 29. März 1981 statt. Mehr als 20.000 Läufer wollten teilnehmen, 7.747 wurden zugelassen. 6.255 Läufer erreichten das Ziel, angeführt vom Amerikaner Dick Beardsley und dem Norweger Inge Simonsen, die Hand in Hand durchs Ziel liefen und damit für Aufsehen sorgten. Joyce Smith brach den britischen Rekord und gewann das Rennen der Frauen. Für das Rennen im Jahr 1982 bewarben sich mehr als 90.000 Läufer, zugelassen wurden 18.059. Inzwischen ist der Marathon auf über 42.000 Starter angewachsen. Für die Elite geht es um ein Preisgeld von 313.000 US-Dollar. Weltrekorde bei den Männern und Frauen wurden hier aufgestellt, darunter der aktuelle Frauen-Weltrekord von Paula Radcliffe. Der Marathon wird durch die BBC mittlerweile rund um den Globus übertragen; zwischen vier und fünf Millionen TV-Zuschauer erreicht die Live-Übertragung alleine in Großbritannien. 2016 wurde der millionste Läufer im Ziel registriert. Läufer des London Marathon haben inzwischen über eine Milliarde Pfund an Spenden für gemeinnützige Zwecke gesammelt.

**T**he first London Marathon took place on March 29, 1981. More than 20,000 runners wanted to participate, and 7,747 were admitted. 6,255 runners reached the finish, led by the American Dick Beardsley and the Norwegian Inge Simonsen, who ran hand in hand across the finish, causing a stir. Joyce Smith broke the British record to win the women's race. In 1982, more than 90,000 runners wanted to participate in the race and 18,059 were admitted. Meanwhile, the marathon has grown to over 42,000 starters. For the elite runners, the race brings 313,000 US-Dollars of prize money. A few world records have been set here by both men and women, including Paula Radcliffe's current women's world record. The marathon is now being broadcast by the BBC around the world, reaching between four and five million TV viewers live in the UK alone. In 2016, the millionth runner officially crossed the finish. London Marathon runners have already raised over £1 billion in charitable donations.

### Nächste Austragung

26. April 2020

### Größtes Teilnehmerfeld

42.549 Läufer im Ziel 2019

### Streckenrekorde

|                      |                       |      |
|----------------------|-----------------------|------|
| 2:02:37 Std.         | Eliud Kipchoge (KEN)  | 2019 |
| Gemischtes Rennen:   |                       |      |
| 2:15:25 Std. (WR)    | Paula Radcliffe (GBR) | 2003 |
| Reines Frauenrennen: |                       |      |
| 2:17:01 Std.         | Mary Keitany (KEN)    | 2017 |

### Next race

April 26, 2020

### Largest field

42,549 runners at the 2019 finish

### Course records

|                         |                       |      |
|-------------------------|-----------------------|------|
| 2:02:37 hrs             | Eliud Kipchoge (KEN)  | 2019 |
| Men and women together: |                       |      |
| 2:15:25 hrs (wr)        | Paula Radcliffe (GBR) | 2003 |
| Women-only race         |                       |      |
| 2:17:01 hrs             | Mary Keitany (KEN)    | 2017 |





SUNDAY 26 APRIL 2020

JOIN THE CELEBRATIONS AT THE

# 40<sup>TH</sup> EDITION OF THE LONDON MARATHON

FIND OUT MORE AT  
[VIRGINMONEYLONDONMARATHON.COM](http://VIRGINMONEYLONDONMARATHON.COM)

📷 📺 🐦 #LondonMarathon





## Veranstalter Promoter

Sport-Club Charlottenburg

## Ausrichter Organizer

SCC EVENTS GmbH  
Olympiapark Berlin  
Hanns-Braun-Straße/Adlerplatz  
14053 Berlin  
Tel. 030 - 30 12 88 10  
Fax 030 - 30 12 88 20  
www.scc-events.com

## Geschäftsführung Managing Directors

Christian Jost, Jürgen Lock

## Sportliche Leitung Race Director

Mark Milde

## Technische Leitung Technical Director

Carsten Humrich

## Teilnehmermanagement Participant Management

Antje Jüntgen

## Teamleiter Team Leader

## Finanzen Finances

Benjamin Hager

## Kommunikation Communications

Robert Fekl

## Marketing & Sponsoring

Jennifer Barthel

## Technik Technology

Michael Gerlach

## Organisationsteam BMW BERLIN-MARATHON

### Organisational team BMW BERLIN-MARATHON

#### Organisations- und Wettkampfbüro Organisational and Competition Office

Sylvia Ackermann, Dominic Beblie, Maximilian Fauser,  
Constanze Feistkorn, Anika Günther, Monique Hoppe,  
Judy Kumutat, Dagmar Langhoff, Markus März, Anja Reisner,  
Chiara Skambraks

#### Athletenbetreuung Athlete Hospitality

Carsten Helterhof, Michael Hermann, Nadine Mietke

#### Bambinilauf Bambini Run

Nicole Altenhof, Valentin Gnauert

#### MARATHON EXPO

Ute Hessenberger, Alexander Pusch, Juliane Schäperkötter

#### Besenwagen Broom Wagon

Christian Löw

#### Blaue Linie Blue Line

Wolfgang Weisung

#### Ergebnisdienst Results Services

mika:timing

#### Fahrdienst Driving Service

Gabi Mahn, Mario Mahn

#### Frühstückslauf Breakfast Run

Wolfgang Paech, Götz Röhl, Thomas Stramm

#### Helfereinsatz Volunteers

Ralf Burzlaff, Marianne Kruse, Stefanie Zach

#### Inlineskating Inline Skating

Gerte Buchheit, Julia Seifert

#### Kinder-Malwettbewerb Children's Painting

Competition Ieva Kunga, Hannelore Sigbjørnsen

#### Kleider-Ablage Clothing Drop-Off

Peter Fielhauer, Yves Imbert, Ulrich Kumbatzki, Vivien Wichert

#### Kommunikation/Media-Center

##### Communications/Media Centre

Nadia Dagher, Vincent Dornbusch, Robert Fekl, Anika Obermann, Diana Putzu, Denise Toygar, Jochen Schmitz, Martina Schlumberger, Jörg Wenig, Julia Thiel, Thomas Steffens, Henrik Morgenstern

#### Kultur Culture

Prof. Dr. Detlef Kuhlmann

#### Londoner Quere London Crossing

Götz Röhl

#### Marketing & Sponsoring

Nicole Altenhof, Jennifer Barthel, Fabian Brüggemann, Nina Ertel, Anni Genthner, Rick Gaedke, Fabian Grunicke, Stephanie Kamen, Ines Rentsch, Dominique Schwarz

#### Massage Massage Services

Matthias Vogel

#### Medizinische Direktoren Medical Directors

Priv. Doz. Dr. med. Matthias Krüll, Simone Salzger

#### Medical Board/Sport Medizin

##### Medical Board Sports Medicine

Dr. med. Margrit Lock, Dipl. Sportwiss. Angela Hänsel, Nathalie Baron, Fabian Kuppe, Felix Scholkmann

#### Merchandising

Christian Heidrich, Britt Munzlinger, Miriam Sponar

#### mini-MARATHON

Marianne Horny, Thomas Poller, Dr. Lars Poller

#### Musik/Strecke Music/Course

John Kunkeler

#### Notfallrettung Emergency Rescue

Berliner Feuerwehr Berlin Firedepartment

#### Office

Benjamin Hager, Antonella Giglio, Christiane Grabner, Yvonne Meissner, Monika Nagel

#### Party

Eliane Mietke

#### Polizeiführer des Einsatzes

##### Police Head of Operations

Markus van Stegen

#### Protokoll/VIP Protocol/VIP

Monika Nagel, Rotraut Zylka

#### Rollstuhlfahrer/Handbiker

##### Wheelchair drivers/Handbikers

Ulrich Anke, Jörn Kreinberg

#### Sanitätsdienst Medical Service

Johanniter Unfallhilfe e.V., Medical Team des BMW BERLIN-MARATHON und Ärzte der Berliner Kliniken.

#### Start

Marcel Heß, Steffen Kirner, Maureen Plötz, Roland Winkler, Odin Reinhardt

#### Sprecher Anouncer

Jonas Frank, Marco Guhl, Dr. Karsten Holland, Sven Stöcklein

#### Siegerehrung Victorys Ceremony

Stefan Neumann, Yvonne Meissner

#### Strecke Course

Gregor Reinhardt

#### Streckenvermessung Course Measuring

John Kunkeler

#### Streckenversorgung Aid Stations

Max Roy

#### Veranstaltungstechnik Technical Support

Oliver Bach, Ümit Cakmak, Daniel Hoppe, Michael Gerlach, Carsten Humrich, Achim Rau, Odin Reinhardt, Oliver Schulze

#### Versorgungs- und Erfrischungspunkte Läufer

##### Aid Stations Runners

Start SCC Berlin e.V.

#### 5-km-Erfrischungspunkt

„Zur Ruderer-Schänke“, Ruder-Club Tegel | Markus Hardt, Tobias Lohr

#### 9-km-Verpflegungspunkt

FU Freizeitsport e.V. Antje Köhler, Harald Knetsch

#### 12-km-Erfrischungspunkt

THW Jugend Sascha Barneswske

#### 15-km-Verpflegungspunkt

Berliner Schwimmverband - Jugend | Manuela Krause, Jürgen Preuß

#### 17,5-km-Erfrischungspunkt

IBM-Club Holmer Jankowski, Holger Werner

#### 20-km-Verpflegungspunkt

Luise-Henriette-Gymnasium Marco und Tabea Ludwig

#### 22,5-km-Erfrischungspunkt

Jugendfeuerwehr Manuel Kunzke

#### 25-km-Verpflegungspunkt

Hauptzollämter/Judo-Karate-Club Nippon | Carla Sparmann, Thomas Warkentin

#### 27,5-km-Erfrischungspunkt

LG Süd Berlin Klaus Scherbel

#### 30-km-Verpflegungspunkt

Schadow-Gymnasium Reino Bangel, Andreas Knoll

#### 32,5-km-Erfrischungspunkt

TÜV Rheinland Akademie Berlin | Roland Zamecki

#### 34,5-km-Erfrischungspunkt „Knackpunkt“

Nordberliner Lauffreunde/Lauftreff Bernd Hübner, Jörg Busche, Christian Meier

#### 36-km-Versorgungspunkt

LAC Berlin | Stefan Bauer

#### 38-km-Erfrischungspunkt

LC Cottbus | Roland Füssler

#### 40-km-Erfrischungspunkt „Zur letzten Tränke“

SCC-Longstreckler | Gerhard Thiel

#### Ziel Finish

ABC Zentrum Berlin | Kai-Thomas Arndt, Sonja Glauert

#### Versorgungspunkte Inlineskater

##### Aid Stations Inlineskaters

20 km Kids & Co | Marco Ludwig

30 km Motor Eberswalde | Detlev Mierig

36 km SCC-Longstreckler | Gerhard Thiel

## IMPRESSUM IMPRINT

### Herausgeber Publisher

SCC EVENTS GmbH

### Verantwortlich Responsible for Content

Christian Jost, Jürgen Lock

### Produktion/Grafik Production/Graphics

DLM RunMedia GmbH, Köln  
Projektleitung: Christian Ermert

### Redaktion Editorial Team

Vincent Dornbusch, Christian Ermert, Jochen Schmitz, Jörg Wenig, Bodo Höche, Julia Seifert, Gerte Buchheit

### Fotos Photos

Archiv SCC EVENTS, SCC Skating, camera4, sportografen, Petko Baier, imago images, Norbert Wilhelm, Adobe Stock

### Anzeigen Advertising

SCC EVENTS GmbH  
Hanns-Braun-Straße/Adlerplatz  
14053 Berlin  
Tel. 030 – 30 12 88 10  
Fax 030 – 30 12 88 20

### Druck Print





# LIFE-CHANGING TECHNOLOGY TO HELP YOU STAY ON COURSE

Abbott creates life-changing technologies that help you live a healthier, fuller life. We keep your heart healthy, nourish your body at every stage of life, help you feel and move better, and bring you information and breakthroughs to manage your health.

With good health, you'll stay on course, no matter what your marathon is in life.



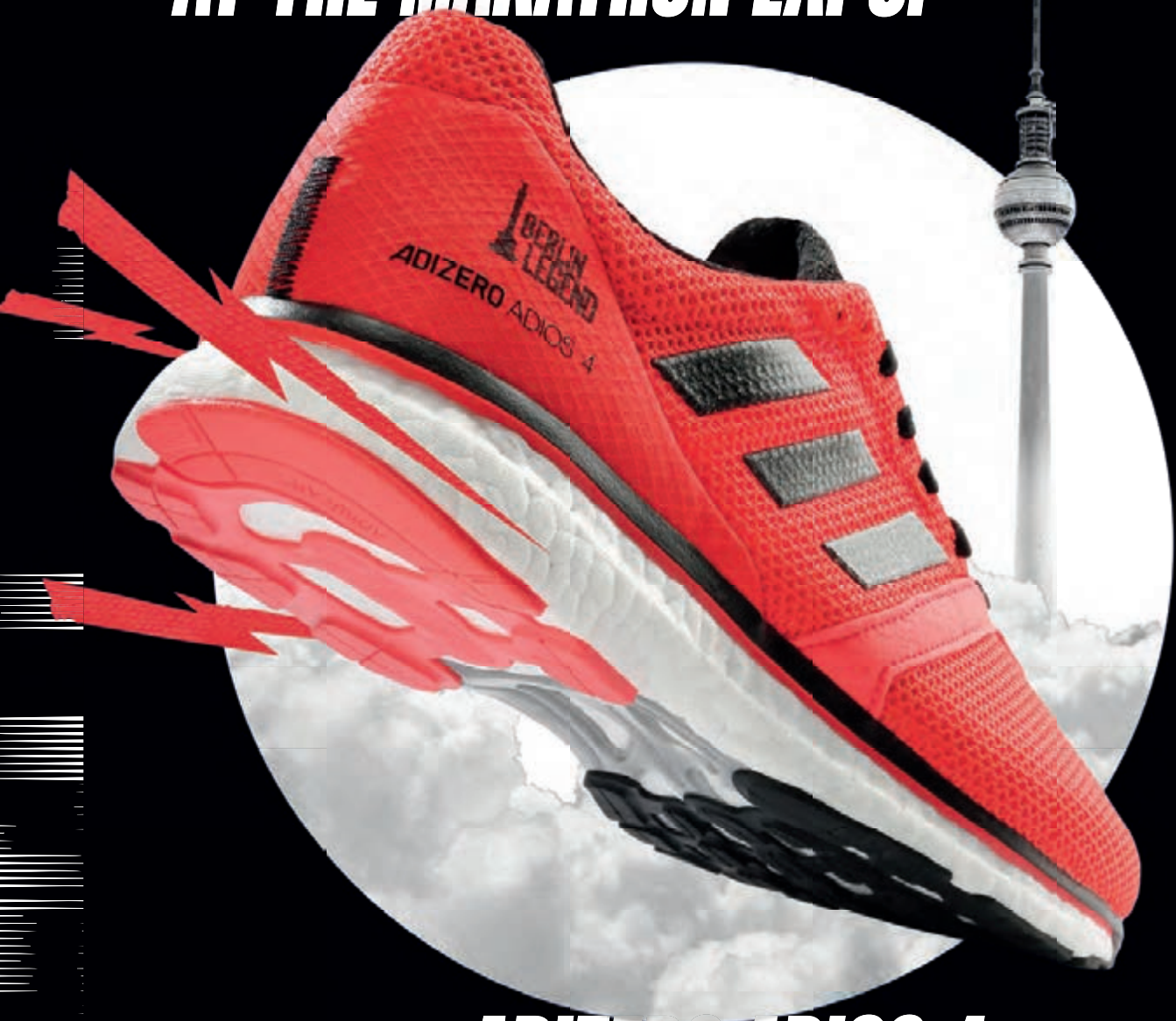
*life. to the fullest.®*

**Abbott**





**GET YOUR LIMITED BERLIN EDITION  
BETWEEN SEPTEMBER 26 - 28  
AT THE MARATHON EXPO.**



**BMW  2019  
BERLIN   
MARATHON**

**ADIZERO ADIOS 4**

**  
adidas**