

# Ein Mann an zwei Läufen

Gabor Szirt bestritt am Samstag in Basel gleich zwei Laufveranstaltungen



Im Ziel, Teil 1. Gabor Szirt reckt die Faust in die Höhe.



Vor dem ersten Start. Szirt sucht seine Läufer(innen).

## KOST Ziel



Im Ziel, Teil 2. Szirt spürt die 20 Kilometer in seinen Knochen.



Nur schnell weg. Beliebt, weil die Teilnahme an ihm so unkompliziert ist: der Birslauf. Fotos Dominik Pflanz

ANDREAS W. SCHMID

**Am Samstag fanden in Basel am selben Nachmittag gleich zwei Laufveranstaltungen statt. Einer lief bei beiden mit: Gabor Szirt.**

Nach zwei Kilometern hat Gabor Szirt an diesem schwülen Samstagnachmittag noch genügend Luft für ein Gespräch. Seit ein paar Minuten befindet er sich auf der 10-Kilometer-Strecke, die im Rahmen des Basler Dreiländerlaufes angeboten wird. Das Tempo empfindet er «als gemächlich», was ihn jedoch nicht weiter stört. Denn Szirt bestreitet das Rennen nicht für sich alleine, vielmehr begleitet er als Leiter eine Gruppe von Hobby-Läufern, die sich für den 1. Basel City Marathon im kommenden Sommer vorbereiten. Der 55-jährige Basler organisiert seit Jahren eine Reihe von Lauftreffs in der Region und gehört auch als Leiter der Laufbewegung für den Marathon an, welche mittlerweile rund 600 Interessierte zählt.

**HAPPIGES PROGRAMM.** Später wird Szirt bei einer weiteren Laufveranstaltung starten – dem Birslauf. Dessen Länge beträgt nochmals zehn Kilometer. Ein happiges Programm, das er sich zumutet. Doch Szirt gibt sich gelassen. Schliesslich ist er gut trainiert. Das war nicht immer so. Vor 15 Jahren war Szirt gemäss eigener Beschreibung «massiv übergewichtig», zudem

rauchte er zwei Päckchen Zigaretten pro Tag. Doch dann entschied er sich, mit Laufen zu beginnen. Szirt nahm am ersten Birslauf teil und war seither an allen weiteren Austragungen des beliebten Anlasses mit dabei, der jährlich zweimal veranstaltet wird. Klar, dass er auch dieses Mal mitläuft, obwohl die beiden Laufveranstaltungen am selben Tag stattfinden.

Mittlerweile ist Szirts Gruppe beim Dreiländerlauf arg aufgesplittert. Am langsamsten läuft Juan Gamper; hinter ihm ist nur noch das «Besenvelo», das ihn begleitet. Gamper ist 69 Jahre alt. «Ich laufe, um zu beweisen, dass ich noch jung bin.» Jede Menge Zivilcourage brauche es, den anderen an einem Lauf so weit hinterher zu rennen. Gamper bringt sie auf, anders als andere in der Laufbewegung, die nicht schneller zu Fuss sind als Gamper. Er und Szirt treffen sich am Abend wieder, an einer Grillparty für die Mitglieder der Laufbewegung – Laufen ist nicht nur einfach Laufen, sondern bietet reichlich Gelegenheit zu sozialen Kontakten. In der Läuferzene geht es überaus unkompliziert zu und her.

Mittlerweile hat Szirt das Tempo ein wenig erhöht. «Es ist nicht mehr weit», macht er jedem Mut, den er überholt. Am Ende benötigt Szirt 1:03:21 Stunden für die 10 Kilometer. Im Ziel am Münsterplatz reckt er den Arm in die Höhe,

obwohl die Zeit für ihn alles andere als ausserordentlich ist. Aber darum geht es dieses Mal ja auch nicht.

**EINFACH.** Keine zwei Stunden später läuft Gabor Szirt – frisch geduscht und mit neuem Leibchen – wieder los, nun beim Birslauf und inmitten von 778 anderen Laufbegeisterten. Das Prozedere für die Teilnahme am Birslauf ist unkompliziert. Die Läufer füllen vor Ort eine Startkarte aus und geben diese erst beim Zieldurchlauf ab.

Szirt befindet sich von Anfang an in der hinteren Hälfte. Sein Laufstil ist vorbildlich, weil sehr ökonomisch: Die Hände hält er nahe am Körper, die Bewegungen verlaufen kontrolliert. So hat er im vergangenen Jahr 18 Läufe bestritten, darunter den Jungfrau-Marathon und gleich darauf den Berlin Marathon. «Das war übertrieben», meint Szirt heute im Rückblick, «da ging ich ans Limit.»

Schliesslich, nach einer Stunde, erreicht der Vorsorgeberater auch am Birslauf das Ziel. Nun ist ihm deutlich anzusehen, dass er an diesem Nachmittag lange unterwegs war. «Das brauche ich nicht jeden Tag», sagt Szirt mit einem Lachen, «vor allem der Unterbruch zwischen den Läufen machte alles schwieriger.» Dann verabschiedet er sich. Das Grillfest kann beginnen.