WO GEHT'S DENN HIER ZU APHRODITE?

Die Cyprus-Challenge ist nicht einfach nur ein schöner Lauf, sondern entführt die Teilnehmer in die einsame, mythenumwobene Bergwelt der Akamas-Region im Südwesten Zyperns

TEXT: **URS WEBER** FOTOS: **DAVID GRATTON, NANCY LANDGRABE, URS WEBER**

NOVEMBERSONNE:
Wenn weiter nördlich die kalte Jahreszeit beginnt, ist es auf Zypern immer noch angenehm warm – Zeus sei Dank

AN DIESER STELLE MUSS ES GEWESEN SEIN. Hier ist sie dem Meer entstiegen. Ganz sicher. Sanft legt sich das morgendliche Sonnenlicht über die Bucht. Nur ganz kleine Wellen schwappen an den weichen Sandstrand, das Mittelmeer ist ruhig. Ich male mir aus, wie Aphrodites göttlicher Körper erstmals den Boden der Erde betritt. Wahrscheinlich wäre die Schöne etwas überrascht über den Anblick, der sich ihr in diesem Moment bietet: Knapp 200 Läufer stürmen die staubige Schotterpiste an der Akamas-Küste entlang. Gerade sind wir nahe der Hafenstadt Paphos zur zweiten Etappe der Cyprus-Challenge gestartet. Aber wir laufen nicht lange an der Küste, gleich geht es 10 Kilometer bergauf, mit 600 Höhenmetern. Und so bleibt mir nur kurze Zeit, meinen Gedanken über die dem Meer entsteigende Schönheitsgöttin nachzuhängen.

Am ersten Anstieg, kaum einen Kilometer nach dem Start, holt die Erdanziehungskraft mich aus der griechischen Mythologie zurück auf die zypriotische Schotterpiste.

▲ **MORGENSONNE:**
Die Tage sind kurz, aber das Spiel des Lichts ist wunderbar; hier beim Warmlaufen kurz vor dem Start auf der Promenade von Paphos am letzten Challenge-Tag

▲ **MORGENWONNE:**
Irgendwo an diesem Küstenabschnitt im Südwesten entstieg der Legende nach Aphrodite dem Meer. Am zweiten Challenge-Tag startet hier das Läuferfeld zum Berglauf

◂ **ALLES ENTSPANNT:**
Auf Zypern ist im November nix los, die Insel gehört den wenigen Urlaubern – und den Läufern. Vor dem Start zum abschließenden Paphos-Run herrscht entspannte Stimmung

Kleine und größere Kiesel erfordern meine volle, kurzatmige Konzentration. Die grelle Morgensonne steht flach über dem Horizont, meine Schritte werden kürzer, mein Puls steigt rapide an.

★ ★ ★

ZYPERN IM NOVEMBER wirkt stellenweise wie ein Kleinod der Ruhe. Die Cyprus-Challenge findet auf der südlichen Inselhälfte statt, dem griechischen Teil. Ganz im Westen liegt der Akamas-Nationalpark, unweit der Hafenstadt Paphos. Die Region ist eine geschichtliche Goldgrube. Wo man gräbt – und gegraben wird hier angesichts zahlloser Bauprojekte viel –, stößt man auf Überreste vergangener Epochen bis hin zum Altertum, und das ist jetzt schlappe zweieinhalbtausend Jahre her. Die Zahl der Ausgrabungsstätten, so scheint es, wird lediglich übertroffen vom Schilderwald der Immobilienanbieter und Autovermietungen, die allenthalben den Straßenrand säumen. Doch sobald man sich etwas von der touristisch geprägten Südküste entfernt, taucht man in das verschlafene Hinterland ein. Die typisch mediterrane Landschaft sanfter, meist karger Hügelketten wechselt sich ab mit bewaldeten Tälern, Orangenplantagen und Olivenhainen. Schlanke, hohe Zypressen stehen schützend um alte Festungen. Griechisch-orthodoxe Kirchen, oft noch mit byzantinischen Fresken ausgestattet, sind in kleine Bergdörfer gebettet. Hier leben noch heute zahlreiche Winzer vom Weinanbau. Am Kreuzweg verschiedener Kulturen gelegen, fiel Zypern unter die Herrschaft der Perser, Syrer, Ägypter und Römer. Am nachhaltigsten aus heutiger Sicht prägten es die Engländer. 1878 wurde Zypern britische Kolonie, und noch heute sind mehr als 20 000 britische Soldaten am Tor zum Nahen Osten stationiert. Als Reiseland und Altersruhesitz ist es bei den Nachkommen des Empires sehr beliebt. Auch bei der Cyprus-Challenge stellen die Engländer den größten Anteil.

▾ **ABKÜHLUNG:**
Im Ziel des Halbmarathons wurde mehr Wasser zum Kühlen als zum Trinken benötigt, das Thermometer zeigte fast 25 Grad im Schatten

★ ★ ★

DEN AUFTAKT DER viertägigen Zypern-Erkundung bildet am ersten Tag ein 6-Kilometer-Lauf mit Einzelstarts, ein landschaftlich eher reizarmer Time-Trial. Jetzt, am zweiten Tag, sortiert sich das Teilnehmerfeld beim Akamas Hill Run komplett neu. Schon nach zwei Kilometern zieht es sich wie ein Kaugummi über mehr als einen Kilometer auseinander. Die ersten vier Kilometer steigt die Strecke steil bergan, 300 Höhenmeter. Viele gehen, ich schnaufe hoch. David aus Südafrika motiviert mich, sein Tempo mitzuhalten. Über der von Dornenbüschen gesäumten Geröllpiste der Avakas-Schlucht steht stellenweise die Hitze. Aber dann ändert sich die Szenerie, wir erreichen eine Hochebene, ein leichter Wind verschafft Kühlung. Der Blick gleitet weit über die Landschaft, der Laufschritt wird länger. Zur Zielankunft auf dem hübschen Dorfplatz von Pano Arodes führt ein weiterer steiler Anstieg durch Weinberge, fordert noch einmal die letzten Kräfte. Dafür klatscht selbst der Dorfpriester Beifall.

▲ **ALTER, KLASSE!**
John Wishart aus Gütersloh zählte zu den stärksten Senioren, wurde M60-Zweiter

◂ **BERG UND TAL:**
Der Akamas Hill Run am zweiten Tag führte durch die karstige Natur des Akamas-Naturparks. Auf elf Kilometern Länge sind 600 Höhenmeter zu absolvieren

CYPRUS-CHALLENGE 2010

DATUM
25. November 2010

STARTGELD
175 Euro

ÜBERNACHTUNG
Die Cyprus International 4-day Challenge wird von den meisten Teilnehmern mit einwöchigem Reisepaket gebucht. Mit Übernachtung und Halbpension im 5-Sterne-Hotel „Coral Beach" starten die Kosten bei etwa 1000 Euro.

STRECKE
Vier Laufstrecken im Südwesten Zyperns: 6, 11, 21,1 und 10 Kilometer

ANMELDUNG
Infos, auch auf Deutsch: *cypruschallenge.com, 209events.com*

AUCH DER HALBMARATHON am nächsten Tag, die dritte Etappe, wird über die gesamte Strecke zum Spiel mit der Landschaft. Der Startpunkt liegt in einem Nadelwald. Die Strecke schlängelt sich zwar aufwärts, aber mit 300 Höhenmetern deutlich gemächlicher als am Vortag. Das Panorama ist beeindruckend. Nach knapp der Hälfte, wir haben fruchtbares Ackerland und eine Schafherde passiert, sind 600 Höhenmeter erreicht. Und da das Ziel am wilden Toxeftra-Strand liegt, also direkt am Meer, geht es nun steil bergab. So wird der Muskelkater vom Berglauf des Vortages schön durch den Muskelkater vom Bergablaufen ergänzt. Das hat was, und danach lässt sich kein Läufer die verdiente Entspannung im glasklaren Meerwasser entgehen. Die Wellen wirken wie eine Massage, wir befinden uns wieder an dem Strand, wo einst Aphrodite … Sie wissen schon.

Jetzt, am dritten Tag, kennen sich die meisten bereits. Am Abend werden eifrig die Ergebnislisten analysiert, kommentiert und diskutiert. Zum Glück nehmen die Engländer es sportlich, dass ihnen ein Schweizer auf Zypern als Führender der Gesamtwertung die Show stiehlt. Beim abschließenden 10-Kilometer-Lauf, der an der hübschen Hafenmole von Paphos startet, werden letzte Platzierungen sortiert. Der Streckenverlauf ist eher unaufregend, das Straßenbild morgens um halb acht lässt erahnen, wie das Verhältnis des gemeinen Zyprioten zum Ausdauersport ist: eher zurückhaltend. Aber die Läufer sind sich hier selbst genug. Hier wird noch mal richtig gefightet, bevor es abends ans gemeinsame Feiern geht.

Auf dem letzten Kilometer ziehen zwei Engländer im Endspurt an mir vorbei. Ich schaue mich um – da kommt niemand mehr. So laufe ich lockeren Schrittes ins Ziel. Steht da nicht Aphrodite? Sie würde gut ins Bild passen. Denn auch Zeus scheint seine Hand im Spiel zu haben: Er meint es gut mit uns und lässt die Sonne scheinen. Auf den obersten olympischen Gott ist Verlass.

FOTO: URS WEBER (5), DAVID GRATTON, NANCY LANDGRABE