

Transalpine Run 2009 – 240km & 15'000hm von Oberstdorf (D) nach Latsch (I)

Bericht von Ursi Gassmann

Vor rund 5 Jahren ist mir die Ausschreibung vom ersten Transalpine Run 2005 in die Finger gekommen und seit damals war der Wunsch da, einmal bei diesem Abenteuer dabei zu sein. Im letzten Spätherbst haben Philippe und ich uns dann entschieden, dass wir bei der fünften Austragung vom 5.-12.9.2009 mitmachen wollten. Anfangs Jahr haben wir uns schliesslich für den Event angemeldet.

Am Freitag, 4.9. war es dann soweit und wir reisten mit Sack und Pack (u.a. mit je drei Paar Turnschuhen, Liegematte, Schlafsack, Regenjacke, Laufbekleidung, Teleskopstöcken und Laufrucksack) mit dem Zug nach Oberstdorf. Dort gab es anlässlich der Pasta-Party ein Briefing, wo wir informiert wurden, wie das Ganze abläuft, was verboten und erlaubt ist sowie welche Zeitlimiten eingehalten werden müssen. Anschliessend richteten wir uns im Camp (Turnhalle) zum Schlafen ein. Im Camp schliefen jeweils etwa 40% der rund 500 Teilnehmer, die restlichen Leute übernachteten in Hotels oder im Camper. Im Camp ist man näher am Geschehen und lernt mehr Leute kennen, dachten wir uns, weshalb wir uns für diese „Hardcore“-Variante bezüglich Schlafkomfort entschieden haben.

Am Samstag erfolgte pünktlich um 10h der Startschuss bei eitlem Sonnenschein. Rund 240 Zweier-Teams wurden auf die anspruchsvolle erste Etappe von Oberstdorf nach Lech mit 2'500 Hm und 35 km geschickt. Es gab auch schon zwei „Dangerous Sections“ zu bewältigen, welche jeweils mit „Begin“ und „End“ markiert waren. Der erste Abstieg war recht technisch und wir mussten schon mal die Hinterteilbremse testen. An gewissen Stellen war es sehr rutschig und matschig, da es am Vortag noch stark geregnet hatte, entsprechend haben am Abend unsere Schuhe ausgesehen.

Die Etappen zwei und drei vom Sonntag und Montag von Lech nach St. Anton und von St. Anton nach Galtür waren technisch anspruchsvoll, an gewissen Stellen sogar seilgesichert. Einmal musste ein Schneefeld im steilen Anstieg passiert werden, an welchem nicht alle Teilnehmer Freude hatten. Es war oft ein Alpine Walking oder sogar ein Alpine Climbing statt einem Alpine Running. Zum Glück hatten wir immer die Teleskopstöcke dabei, welche uns gute Dienste sowohl in den Aufstiegen als in den Abstiegen leisteten. Die Dienstagsetappe von Galtür nach Scuol mit 40 km und ebenfalls über 2'000 Hm kam uns wieder eher entgegen.

Auf Scuol freuten wir uns: Erstens war hier „Ruhetag“ – es gab am Mittwoch nur einen Bergsprint von 936 Hm und knapp 6 km, zweitens hatten wir einen Gutschein für einen vergünstigten Eintritt ins Bad Scuol und drittens hatten wir ebenfalls einen Gutschein für die Gelateria. Die Zweier-Teams mussten zum Bergsprint in umgekehrter Reihenfolge antreten, wie sie klassiert waren und wurden immer in Abständen von 30 Sekunden auf die Strecke geschickt. Das bestklassierte Team lief also zuletzt. Nach dem Bergsprint ging es dann ins Bad und anschliessend zur besagten Gelateria. Die zwei Nächte in den dreistöckigen Betten der Zivilschutzanlage Scuol, in welcher die ganze Nacht die laute Lüftung lief, haben uns weniger gut gefallen.

Am Donnerstag ging es von Scuol über das Val d'Uina in Vinschgau nach Mals. Auch diese Strecke war wieder 40 km lang und hatte 1'300 Hm. Dies war unsere Lieblingsstrecke. Landschaftlich sehr schön, längere Passagen berghoch und -runter, welche wir joggend zurücklegen konnten sowie ein wunderschöner mehrere Kilometer langer Singletrail, auf welchem wir ebenfalls sehr zügig vorwärts kamen. Eine Strecke, auf welcher eben unsere „Rollerqualitäten“ mal zur Geltung kamen. Dieses Mal verbrachten wir die Nacht in einer Tennishalle. Die Freitagsetappe von Mals nach Schlanders hat von den Teilnehmern nochmals alles abverlangt. Die Etappe war 35 km lang und hatte 2'200 Hm. Wir überquerten die Rappenscharte auf über 3'000 m.ü.M, welche der höchste Punkte des Transalpine Run 2009 war. Der Anstieg war steil, technisch und wollte vor allem kein Ende nehmen. Der Abstieg war ebenfalls gnadenlos, mussten doch 2400 Hm am Stück vernichtet werden.

Die Schlussetappe von Schlanders nach Latsch war dann wieder eher nach unserem Geschmack, auch wenn wir uns nicht mehr ganz taufrisch fühlten. Die letzten 1'800 Hm und 29 km legten wir in 4h40m zurück, so dass wir um 13:40h im Ziel waren. Bei der „Flamme Rouge“ (1 km vor dem Ziel) hätte es Sekt gegeben, doch wir verzichteten und genossen nach der Finishline unser wohlverdientes Gelati.

Am Abend wurde anlässlich der letzten Pasta-Party noch das Finisher-Shirt übergeben, welches wir nicht ohne Stolz tragen werden. Es ist nicht selbstverständlich, dass man so eine Woche gesund und unfallfrei übersteht. Auch unsere Knie und Füsse haben den Strapazen gut standgehalten, jedoch haben wir andere Teilnehmer gesehen mit blauen oder abgefallenen Zehennägeln, blutunterlaufenen Blasen oder Knieproblemen. Ebenfalls gab es einige Leute, welche sich einen Fuss übertraten und deshalb aus dem Rennen ausgeschieden sind. Es war auch wichtig, die Kräfte gut einzuteilen. Im jeweiligen Etappenziel verspürten wir nicht sehr grosse Lust anderntags schon wieder so eine lange Strecke in Angriff zu nehmen, doch am anderen Tag waren wir unter anderem dank genügend Schlaf immer wieder einigermaßen fit. Insgesamt konnten in der Mixed-Kategorie 57 von 69 gestarteten Teams finishen. Mit unserem 28. Rang sind wir mehr als zufrieden, war das Leistungsniveau doch recht hoch.

Wir haben noch selten einen Anlass erlebt, welcher so gut organisiert war. Vom Gepäcktransport, über die Verpflegung auf der Strecke und am Abend, der Streckenmarkierung und Streckensicherung, der Unterkunft bis zum funktionellen Starter- und Finishershirt in der richtigen Grösse war alles perfekt. Im Camp und auf der Strecke hatten wir immer eine lockere und fröhliche Stimmung unter den Teilnehmern. Dass das Wetter noch so gut mitspielte, machte den Anlass schlichtweg einmalig. Wir waren eine Woche in einer anderen Welt und konnten viele Eindrücke von den 7 überquerten Gebirgsketten mitnehmen, so dass Alltagsorgen schlicht keinen Platz mehr in unseren Köpfen hatten. Ja, dieses Erlebnis wird uns noch lange in schöner Erinnerung bleiben.

Mehr Infos zum Event unter: <http://www.transalpine-run.com/>

Wetzikon, 15. September 2009