



- [Home](#)
- [Discographie](#)
- [Forum](#)
- [Impressum](#)

Studio

Sounddesign für alle Medien Web- und Grafikdesign

Audio

Musik und Sounds: Downloads und Shop

Label

Dhyana Records: Das Label

Artists

Alles rund um "Deep", "westernhero" und "die frucht"

Misc

Exkurse und Exkursionen

[Home](#) » [Misc](#)

der chiemgauer 100-meilen-berglauf 29.-30.07.2011.

Eingetragen von [bernd](#) auf August 5, 2011 – 12:51 pm [7 Kommentare](#)



Abstieg von der Hörndlwand, Ohrwurm: »Hell Awaits« (Slayer)

Die Chiemgauer 100 sind, auf der Meilen- noch etwas deutlicher als auf der Kilometer-Strecke, für das gemeine Feld der Starter kein Lauf gegen die Uhr, gegen Mitstreiter, oder überhaupt *gegen* irgendwas. Dafür ist die Distanz zu lang, der Weg zu beschwerlich, die Erlebnisse unterwegs zu zahlreich und kaum kalkulierbar, die beeindruckende Landschaft viel zu schön. Wenn man nach zig Stunden zum wiederholten Mal einige hundert Höhenmeter hinter sich gebracht hat, wird Geschwindigkeit zweitrangig und die kurze Rast mit Blick auf das erarbeitete Panorama immer wichtiger.



Abwechslung macht den Chiemgauer100er aus. Kilometerlange Einsamkeit, stundenlanges Miteinander (irgendwo trifft jeder seinen Gleichlaufpartner... hallo Jochen!), züiges Bergabrennen und schleichendes Höhenmetersammeln. Kurze asphaltierte Strecken, breite Feldwege, schlammige Pfade durch Kuhweiden, serpentinhafte Trails, Geröllfelder und vom Regen schmierig gewaschene Felsen.



Das Läuferfeld (maximal 50 Starter auf 100 Meilen und maximal 100 auf 100 Kilometer) zieht sich wenige Minuten nach Start weit auseinander. Man sucht seinen Rhythmus und das Wohlfühltempo für die zahlreichen An- und Abstiege.



Diesmal war die Nacht trocken und vorhersehbar kühl, der Tag nass und vor allem auf den Bergen kälter als gedacht. Es war meine dritte und bisher schönste Teilnahme. Aus den geplanten 100 Meilen wurden zwar "nur" 127 Kilometer (die Möglichkeit, offiziell abkürzen zu können, halte ich für eine verantwortungsvolle Einrichtung) mit ca. 5400 Höhenmetern. Im Gegensatz zu meinen bisherigen Starts von 2009 ("nur" die 100 Kilometer und somit ohne die wunderschöne Nacht in den Bergen) und 2010 (zwar die kompletten 100 Meilen durchgelaufen, aber mit einer Laufzeit von 31,5 Stunden zu lange mit der Müdigkeit kämpfen müssen, um auch jede Meile genießen zu können) war es diesmal eine rundum gelungene Angelegenheit.

Ich kann auch nicht oft genug wiederholen, was für eine großartige Truppe diesen Lauf auf die Beine stellt. Wahnsinn, mit welcher Freundlichkeit und Begeisterung man zu den unmöglichsten Zeiten an den Verpflegungs- und Kontrollstellen empfangen wird!

Und gar fürstlich empfangen wurde ich im Ziel von gleich fünf hübschen Damen! Sie luden mich sogar, obwohl mein 72h-Deo (Lüge!) längst das Zeitliche gesegnet hatte, zu Mohnkuchen und Kaffee, Pizza und Rotwein ein! Danke Tina, Moni, Sunny, Sarja, Hühnchen!

Die Ergebnisse und weitere Infos zu meinem Lauf-Highlight des Jahres findet ihr [hier](#). Und meine ausführlichen Berichte mit vielen Bildern von [2009](#) und [2010](#) sind auch noch online.



Kurz vor Jochbergalm



Frisch verregnetes hohes Gras: die ideale Schuhwaschanlage



Warum man über den Zinnkopf muss, um von Ruhpolding nach Eisenärzt zu kommen, werde ich nie verstehen 😊



Abstieg vom Zinnkopf: ein bisschen Hürdenlauf sorgt für eine lockere Oberschenkelmuskulatur















7 Kommentare »

-  *Dani* sagt:
[August 5, 2011 um 3:03 pm](#)

Ein Feuersalamander, wie toll, habe ich schon jahrzehnte nicht mehr gesehen!

-  *bernd* sagt:
[August 5, 2011 um 3:18 pm](#)

den traf ich bei km 118. wenn du regelmäßig beim lauftreff mitmachst, dann kannst du ihn nächstes jahr da vielleicht auch treffen 😊



- *Ines* sagt:

[August 6, 2011 um 5:42 am](#)

Hallo Bernd, wo sind denn diesmal die Hunde.... steigst aus der CaniCross Szene aus?
Liebe Grüße an dein Frauchen....und die vier Beiner..... kommt ihr auf die Festwoche:):)



- *bernd* sagt:

[August 6, 2011 um 10:22 am](#)

hi ines, danke! zeig mir den canicrossultrahund, der 30 std, 161 km & 7000 hm zieht, und ich sag dir, wo er einziehen darf 😊
wann ist wo festwoche? liebe grüße!



- *Sascha* sagt:

[August 6, 2011 um 5:37 pm](#)

Bernd Du bist ein Tier!

Allergrößten Respekt für Deine Aktionen !!!

Da muss ich noch viel trainieren:-)

Grüße auch ans Frauchen und die Hundle!

Gruß Sascha und Viola



- *Ursel* sagt:

[August 7, 2011 um 12:01 pm](#)

Super Bernd 😊 machst mich neugierig 😊

Sag mal, hättest du keien Lust an einer Dogtrekking Veranstaltung mit zu machen? Da sind übrigens einige 30h unterwegs mit ihren Hunden, ich ziehe es aber vor, lieber das gane schneller hinter mich zu bringen um dafür früher unter der dusche zu stehen 😊 bis denn



- *bernd* sagt:

[August 7, 2011 um 5:08 pm](#)

hi ursel! doch, auf jeden fall hätte ich lust dazu! wann? wo? und das wichtigste: wie lang? 😊

viola & sascha: wir freuen uns schon riesig auf ein wiedersehen!

Schreiben Sie einen Kommentar!

Fügen Sie unten ihren Kommentar hinzu, oder [trackback](#) von ihrer eigenen Seite.. Sie können außerdem [Abonnieren Sie diese Kommentare](#) via RSS.

Sei nett. Bleib beim Thema. Kein Spam!

Name (erforderlich)

E-Mail (wird nicht veröffentlicht) (erforderlich)

Website (optional)

Sie können diese HTML-Tags benutzen:

 <abbr title=""> <acronym title=""> <blockquote cite=""> <cite>
<code> <del datetime=""> <i> <q cite=""> <strike>

Dieser Blog hat Gravatar aktiviert. Um ihren eignen Avatar zu bekommen registrieren Sie sich bitte unter [Gravatar](#).

Kommentar einstellen



Archiv

Wählen Sie den Monat ▼

Kategorien

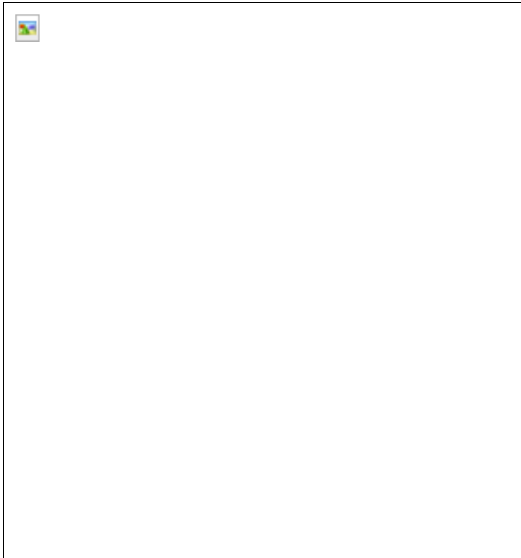
- [Studio](#)
- [Audio](#)
- [Label](#)
- [Artists](#)
 - [Deep](#)
- [Misc](#)

Links

- [Beatismurder Records](#)
- [Cracked Webzine](#)
- [Dilemma Records](#)
- [Evil Bible](#)
- [FM4 Podcasts](#)
- [Interstellar Records](#)
- [MirrorWorldMusic](#)
- [nitystylez](#)
- [Squarepusher](#)

UserOnline

- [2 Users Online](#)
- Users: **2 Guests**



Letzte Artikel

- [der chiemgauer 100-meilen-berglauf 29.-30.07.2011.](#)
- [it's 2011 and a new dhyana records release is on its way.](#)

- [wieder um ulm herum: das war die ulmer lafnacht vom 1. – 2.7.11](#)
- [zugspitzlauf, sommer-edition. 24.06.2011](#)
- [24-stunden-lauf in münchen, 1. – 2.6.2011. keine 24 stunden, aber eine erfahrung mehr.](#)

Meiste Kommentare

- [14. und 15. November 2009: Laufen in Lauf. Die Bayerische Meisterschaft »off snow« aus Canicross-Perspektive.](#)
- [28. und 29. November 2009: Laufen in Reisenbach. Die Bayerische Meisterschaft »off snow« aus Canicross-Perspektive.](#)
- [frankonia open. laufen etc in lauf, 20. und 21.11.2010.](#)
- [21. und 22. November 2009: Laufen auf Scherneck. Das Schlittenhundewagenrennen aus Canicross-Perspektive.](#)
- [11.7.09 | die chiemgauer 100 | 100 km, 4400 hm, und jede menge spaß!](#)

Letzte Kommentare

- bernd bei [der chiemgauer 100-meilen-berglauf 29.-30.07.2011.](#)
- Ursel bei [der chiemgauer 100-meilen-berglauf 29.-30.07.2011.](#)
- Ursel bei [zugspitzlauf, sommer-edition. 24.06.2011](#)
- Sascha bei [der chiemgauer 100-meilen-berglauf 29.-30.07.2011.](#)
- bernd bei [der chiemgauer 100-meilen-berglauf 29.-30.07.2011.](#)

Powered by [WordPress](#) and [Arthemis Premium](#) | [Anmelden](#) | [Einträge \(RSS\)](#) | [Kommentare \(RSS\)](#) | © dhyana records | 1995-2009 | All rights reserved.