



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

das kurze vergnügen: die chiemgauer 100 vom 26. bis 28. juli 2013.

Eingetragen von [bernd](#) auf August 19, 2013 – 8:56 am [2 Kommentare](#)

Ich war mir nicht sicher, ob ich dieses Jahr zum Chiemgauer100 wieder einen Bericht schreiben soll oder nicht. Ich bin ja nicht mal 100 gelaufen – weder Kilometer noch Meilen, und selbst bei der Verlosung am Sonntag darf man nur mitmachen, wenn wenigstens 100 Kilometer gelaufen wurden.

Aber dann dachte ich mir, die kurze Strecke hat auch den Vorteil, dass ich weniger schreiben muss. Hier ist er.



Bereits zum 5. mal treibe ich mich hier rum und die eh schon familiären Zustände werden durch den von Jahr zu Jahr wachsenden Bekanntenkreis intensiviert. Jochen klopft auf die Schulter, Uli schleppt grinsend ein paar Dropbags zur Abgabe, viele andere Gesichter kommen mir sehr bekannt vor.

“Hast Du Deinen Hund diesmal nicht dabei?” Wir haben gut über 30 Grad und ein Hund wäre nicht so blöd, bei diesem Wetter freiwillig die Berghänge hochzuhecheln.



Dieses Jahr darf man eine Stunde früher starten, wenn man das will, wodurch das Preis-Leistungs-Verhältnis des Chiemgauer100er, welches eh schon konkurrenzlos dasteht, nochmals optimiert wird. Für schlappe 40 Euro kann man hier 33 Stunden, 160 Kilometer und 7000 Höhenmeter in die Ultratüte packen.

Erste Startaufstellung um 14 Uhr. Thy kingdome come.



Der Zinnkopf glüht. Er ist der erste Berg unserer Tour und Wolfgang hat weder das Gras gemäht noch Sonnenschirme an den unbewaldeten Streckenabschnitten aufgestellt. Es durftet nach Kräutern und wilden Erdbeeren.





Ich vertreibe mir die Zeit, indem ich mich mit Uwe in ein nettes Gespräch verzettele. Wir überholen Monika, die ich beim Schefflenzer 100er kennenlernen durfte und die mit 12 Stunden Dauerregen weit besser klar kam als ich damals.

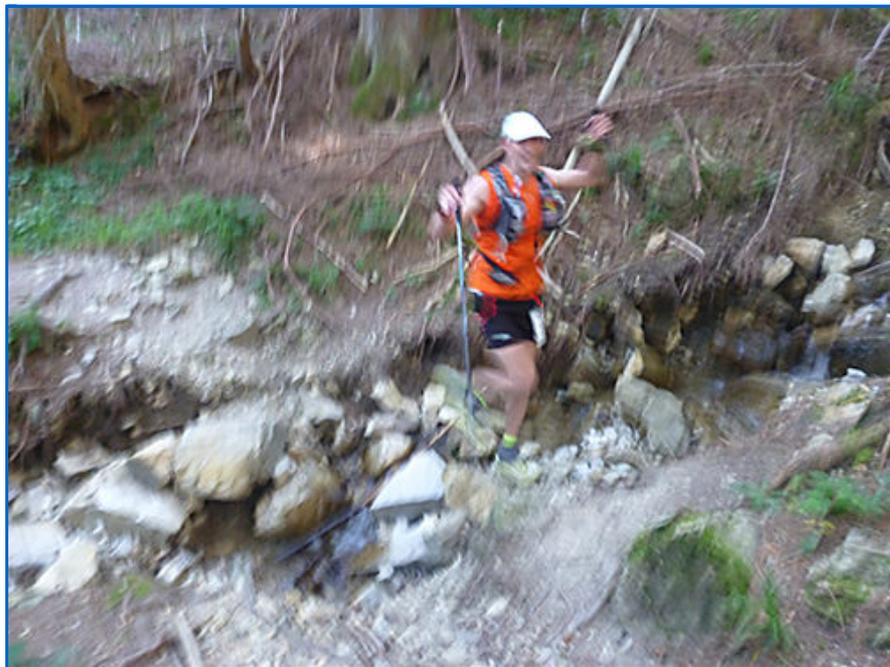




Ich hoffe, dass Uli und seine Frau, welche den ersten Verpflegungsstand in Hörgering (gleich hinter dem Zinnkopf) betreuen, Wassermelonenschnittchen bereitgestellt haben. Gi sagt zwar, dass die Bonusrunde der 100-Meilen-Läufer als Survival-Tour gedacht ist, aber Wassermelonenschnittchen... ein Trailrunner von heute hat nunmal gehobene Ansprüche. Und es gab sie (und noch vieles mehr!) tatsächlich – hurra!



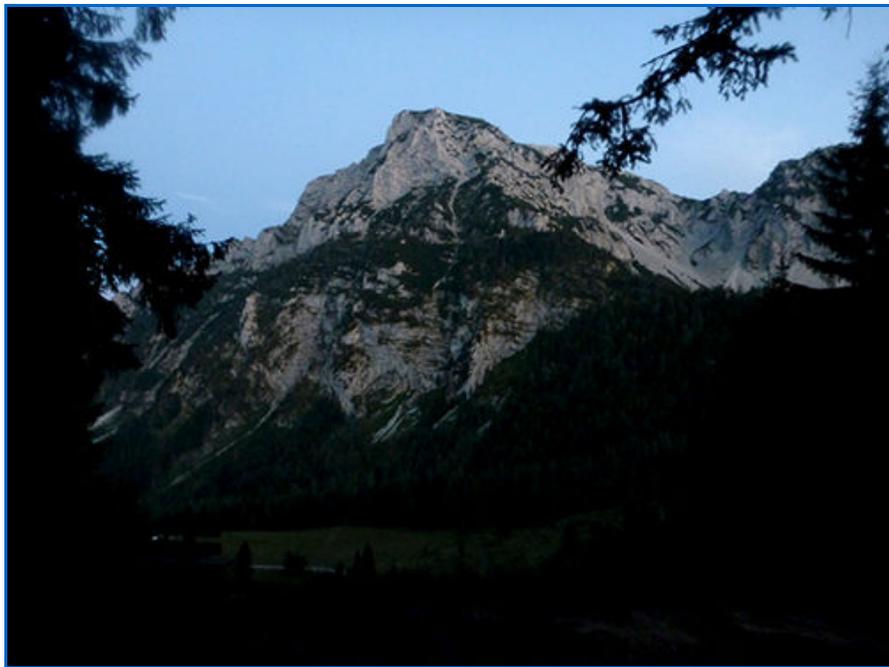
Es ist eine überschaubare Anzahl bewegungsfreudiger Menschen, die man immer wieder bei Veranstaltungen dieser Art antrifft. Andreas lernte ich im April beim JUNUT kennen, wir sind uns immer wieder mal auf der Strecke begegnet, überholend, pausierend, und hier nehmen wir gemeinsam ein paar Kilometer unter die Sohlen. Wir sehen Andreas bei einem waghalsigen Sprung über einen reissenden, brückenlosen Fluss – Action pur:



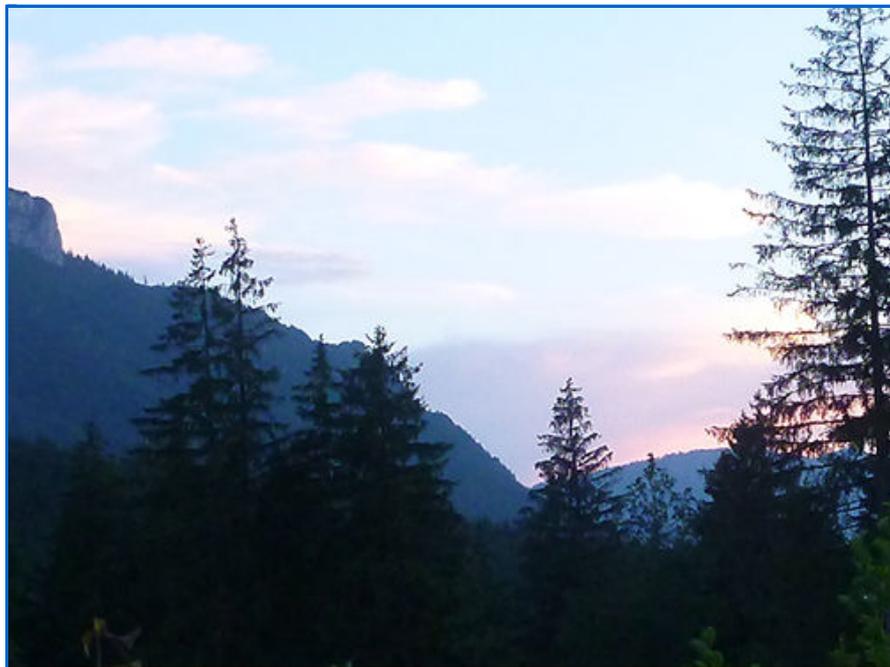
(Dass uns dann später tatsächlich eine Brücke fehlen wird, wurde im Briefing bereits angekündigt.)



Der Anstieg zur Stoißer Alm führt zum Partnerwechsel. So ist das nunmal im Leben. Es ist Günter, der staubedingt eine Stunde später gestartet und nun auf der Überholspur bei mir angekommen ist. Wir unterhalten uns natürlich erstmal über Stirnlampen – unser 2012er Steckenpferd.



Dass ich die Steiner Alm bei Tageslicht sehen darf hat nichts mit meiner wahnsinnigen Geschwindigkeit, welche dieses Jahre eher wahnsinnig langsam ist, zu tun, sondern damit, dass wir schon eine Stunde früher als gewohnt auf die Piste durften. Hinter mir höre ich fröhlich trabend Jochen und Dirk näher kommen. Es ist mir eine Ehre, ihnen das Gatter aufhalten zu dürfen. Sie sind dieses Jahr definitiv mit einem flotteren Schritt ausgestattet als ich. Die Hitze des ersten Nachmittags hat mir zugesetzt und mein Kopf fühlt sich größer an als er eh schon ist.



Höhenmeter mit Günter zurücklegen zu dürfen sind ein Geschenk. Er ist keiner der Läufer, die nur über´s Laufen reden und die Kohleralm erreichen wir kurzweilig mit Fachgesprächen unter anderem über fränkische Braukunst.

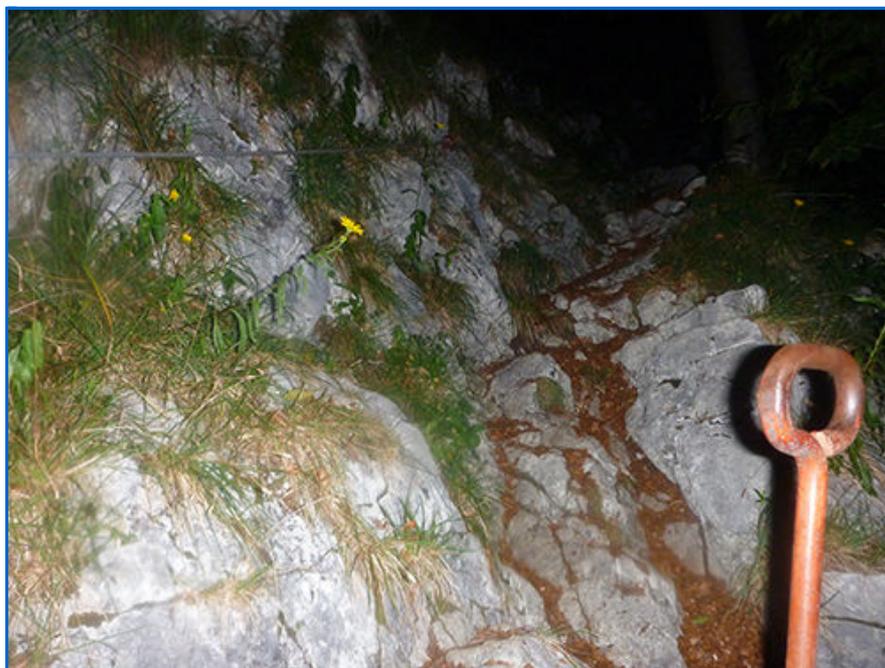




Auf der Kohler Alm will Wolfgang, dass ich 6 Kilo Kartoffeln esse, weil er und seine ArbeitskollegInnen so viel raufschleppen mussten. Ich schaffe aber gerade mal 3 (Stück). Meine Tagesform wird auch in der Nacht nicht besser und ich beginne ernsthaft daran zu zweifeln, dass das diesmal mit den 100 Meilen komplett klappt.

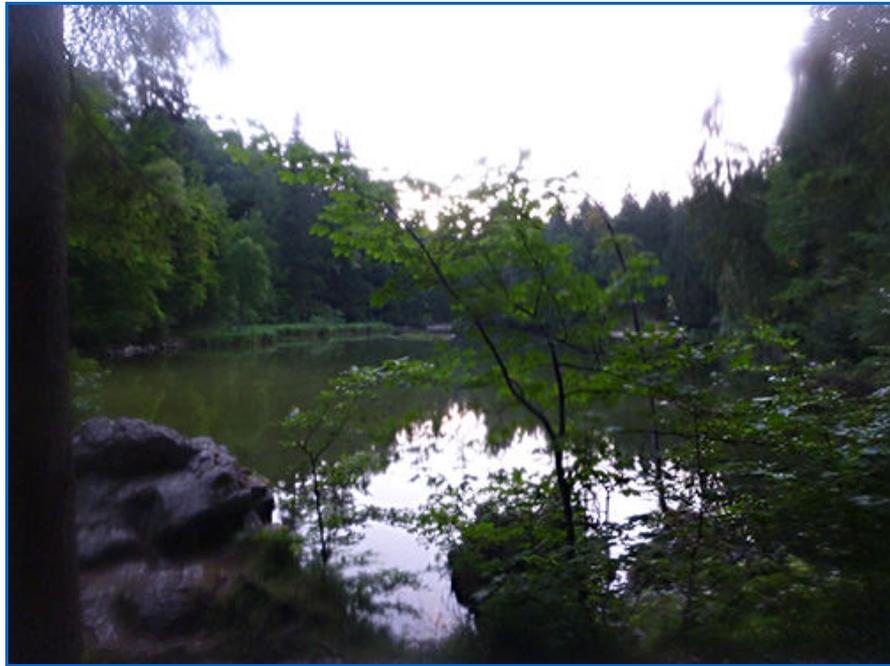


Mehrmals falle ich über meine Füße und lande unsanft auf dem Boden; Konzentration schreibt man anders.



Im Mauthäusl werden wir von einem netten Menschen mit Gemüsebrühe und sehr leckerem Brot aufgepeppt. Das tut gut! Dennoch bin ich mittlerweile zur Günterbremse mutiert und bitte ihn, mich in meinem Elend erstmal allein zu lassen. Das Gefühl, nach 70 Kilometern so richtig schön warmgelaufen zu sein, fehlt mir diesmal völlig. Sind diesmal noch 140 drin? Oder doch nur 129?

Ich stolpere beim Café Zwing auf den Steig zur Kaitlalm. Das durch die schwierige Piste erzwungen-langsame Tempo tut gut und an der Sackgrabenalm freue ich mich auf einen Streckenabschnitt, welcher dieses Jahr neu dazugekommen ist. Plötzlich taucht schimpfenderweise hinter mir ein Läufer auf. "Was ist denn das hier? Die Strecke ist so schlecht, da kann man ja gar nicht richtig laufen!" Ich bin froh, dass Gi das jetzt nicht hört. So wie ich ihn kenne, hätte er dann die letzten 3 oder 4 verbliebenen Abschnitte der 100-Meilen Runde, auf denen man gemütlich bergab rollend Zeit gutmachen kann, durch andere Gemeinheiten ersetzt.



Kurz vor Taubensee werde ich von Nickademus überholt, welcher erst 5 Stunden nach mir gestartet ist und hier ein Rennen hinlegt, das seines gleichen sucht. Kurz darauf falle ich wieder über meine Beine und lande unsanft auf dem rechten Knie. Es blutet und schmerzt; vor allem beim bergab laufen mache ich ab jetzt keine gute Figur mehr. Ins Stadion ist es nicht mehr weit.



Rührend kümmern sich die Helferinnen um mich und um die Kühlung meines Knies. So liege ich nun da. Günter macht sich frisch geduscht auf die zweite Runde. Er sieht aus, als hätte er eine erholsame Nacht hinter sich gebracht. Ich mache einen kurzen Testlauf im Stadionbereich, der vor allem auf Abwärtspassagen ernüchternd ausfällt und beschließe, den Sonnenuntergang von der Pension und nicht von der Piste aus zu genießen.



Es war meine fünfte und bisher kürzeste Teilnahme bei den Chiemgauer100. 2014 zum 10jährigen Jubiläum muss das wieder anders aussehen! Ergebnisse, Impressionen und Infos gibt es hier: <http://www.chiemgauer100.de>

2 Kommentare »



• Ursel sagt:

[August 19, 2013 um 9:56 am](#)



Mal schauen ob ich jemals wieder die Fitness erlange, um an do einem Event teilzunehmen
Anfixen tust du mich jedenfalls
Liebe Grüße



• Gi sagt:

[August 19, 2013 um 10:32 pm](#)

Ich hoffe Deinem Knie geht es wieder gut. Ich freue mich schon darauf Dich nächstes Jahr wieder bei uns zu sehen!

Gi

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)

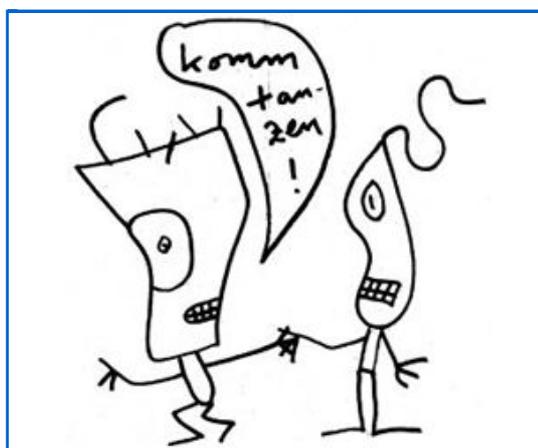


Sie können diese HTML-Tags benutzen:

```
<a href="" title=""> <abbr title=""> <acronym title=""> <b> <blockquote cite=""> <cite> <code> <del>  
datetime=""> <em> <i> <q cite=""> <strike> <strong>
```

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

Kommentar einstellen



Archive

Wähle den Monat

Kategorien

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

Links

- [Dilemma Records](#)
- [FM4 Podcasts](#)
- [Interstellar Records](#)
- [MirrorWorldMusic](#)
- [Monochrom](#)
- [Squarepusher](#)



Letzte Beiträge

- [das kurze vergnügen: die chiemgauer 100 vom 26. bis 28. juli 2013.](#)
- [dhy074: deep »deepeedeep« LP inkl. CD, Inlay, Pop-Up. release date: sept. 1 2013.](#)
- [DEEP »deepeedeep« LP auf discogs und bandcamp](#)
- [finisherquote 100 prozent: das inoffizielle zugspitz dogtrekking am 13. Juli 2013.](#)
- [wie klingt die neue DEEP LP?](#)

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.](#)
- [junut 2012 vom 13. - 15. april 2012. jurasteig nonstop ultratrail über 230 km und 5500 hm.](#)
- [die spitzen zähne des juras. das war der JUNUT vom 12. - 14.04.2013: 230km, 7000hm, 48std 50min.](#)
- [frankonia open. laufen etc in lauf, 20. und 21.11.2010.](#)

Letzte Kommentare

- Gi bei [das kurze vergnügen: die chiemgauer 100 vom 26. bis 28. juli 2013.](#)
- Ursel bei [das kurze vergnügen: die chiemgauer 100 vom 26. bis 28. juli 2013.](#)
- Udo bei [finisherquote 100 prozent: das inoffizielle zugspitz dogtrekking am 13. Juli 2013.](#)
- Sascha bei [erweiterte hausrunde. 52,8 km, 728 hm, 15.05.13.](#)
- [Manfred \(Manne\) Port](#) bei [ultranass und ultrasymphatisch. der schefflenzer ultra am 1.6.2013: 100 km, 1960 hm und 40 l/qm.](#)

Powered by [WordPress](#) and [Arthemis Premium](#) | [Anmelden](#) | [Einträge \(RSS\)](#) | [Kommentare \(RSS\)](#) | © dhyanarecords | 1995-2013 | All rights reserved.