



Martins Welt im Netz

Zurück auf der Straße und in der Natur

↑ Zurück zu [Laufberichte](#)



Chiemgauer 100 – 2013

Heißer als im letzten Jahr geht nicht? Das Wetter scheint die Herausforderung anzunehmen. Beim Briefing auf der Terrasse des Stadions spürt auch der letzte, was auf uns zukommen wird. Sogar unter den Sonnenschirmen herrschen noch grillheiße Temperaturen.

Zum Glück gibt es den einen oder anderen Windhauch. Auch ist die Hitze eher trocken. Wenn es nicht gar so staubig wäre. Dafür soll es in der Nacht auf unter 20 Grad abkühlen. Das Wetter ist für alle gleich, und uns Menschen kann man es in dieser Hinsicht sowieso niemals recht machen.

Ich nehme Gis neues Angebot, schon um 14 Uhr zu starten, nicht an, sondern lege mich noch eine Stunde in den Schatten und genieße Ferienluft, freue mich auf eine Nacht und einen Tag in den Bergen. Wenn ich gut drauf bin, muss ein Start um 15 Uhr auch reichen, wenn nicht, wird es besser sein, nicht die ganzen 100 Meilen zu laufen.

Dann geht es auf die Bahn. 11 Läufer sind fast unter sich – und hoch motiviert. Ich verliere bereitwillig den Anschluss, möchte von Anfang an genau mein Tempo laufen. Leider ist das heuer wieder recht langsam. Die größte Gruppe verschwindet bald vor mir, und der Kollege hinter mir ist auch bald außer Sichtweite. Auf dem Weg zum Zinnkopf sehe ich keinen Menschen. Die sonst immer nassen Waldschneise mit Inzell im Rücken ist staubtrocken. Wie lange hat es hier nicht mehr geregnet? Sonst waren hier nasse Füße garantiert. Auch der steile Pfad vom Gipfel hinab ist heuer staubig statt rutschig. Heuer dürften die groben Stollen an meinen Schuhen überflüssig sein.

Warum habe ich fast zweieinhalb Stunden bis Hörgering gebraucht? Zu spät mit dem Bergtraining angefangen? Hätte ich wie sonst die Uhr vor dem Start ablegen sollen? Die reichhaltig Verpflegung, die von der Familie eines Läufers bewirtschaftet wird, verlockt zu einer längeren Pause. Ich beschränke mich auf ein paar Becher Iso und Wasser und eine Breze. Man macht mir Mut, ich sei mit meiner

Zwischenzeit noch im grünen Bereich. Das beruhigt. Außerdem sind die ersten Kilometer sowieso nebensächlich, solange ich mich nicht frühzeitig verheize.

Der Weg zum Kontrollpunkt an der Lechner Hütte kommt mir heuer kurzweilig vor. Vor allem ist er schön schattig. Heiß ist es trotzdem – sehr heiß. Dennoch treffe ich Jogger ohne Startnummer, einen älteren offensichtlich durchtrainierten Herrn sogar zweimal. Irgendwo ist die Forststraße mit einem Trassierband gesperrt, und vor mir beginnt gerade jemand, an einem Baum zu sägen. Der kann mich unmöglich hören, also warte ich eine Weile, bis ich Augenkontakt habe. Baum auf den Kopf soll Unglück bringen. Der Kollege des Sägers sieht mich bald, und winkt mich gleich durch.

An der Hütte ist viel Betrieb. Ich ignoriere die Feier und fülle nur am Brunnen meine Wasserflasche auf, nachdem ich meinen Kopf unter den Wasserstrahl gehalten habe. Bei dem Gastgarten, den wir in Hammer passieren, habe ich fast Motivationsprobleme. Jetzt ein kühles Bier und ein deftiges Essen... So recht in Fahrt komme ich sowieso nicht. Angesichts der Hitze ist das wohl auch gut so. Andererseits möchte ich so weit wie möglich das Tageslicht nutzen. Bin ich früher nicht schneller diese mäßig ansteigenden Forststraßen hochgekommen?

An der Hütte an einer Abzweigung mit Brunnen sitzt ein junger Mann mit Gitarre, der schon bemerkt hat, dass er heute viel „Besuch“ bekommt. Ich erzähle ihm, dass vielleicht noch 20 vorbeikommen werden. Bis wann? Spätestens 22 Uhr. Das beruhigt ihn.

Irgendwo irritiert mich eine Markierung. Die ist direkt an einer Einmündung von links links. Ist das jetzt die gute oder schlechte Seite? Muss ich hier abbiegen? Ich schalt mein GPS an und gehe ein Stück, bis es genügend Satelliten gefunden hat, damit ich im Bedarfsfall nicht zu weit zurücklaufen muss. Endlich gibt es das nächste Trassierband.

Heute überholen mich die ersten der später gestarteten schon vor der Stoißer Alm. War ich so langsam? Egal, es ist noch hell, und ich fühle mich gut. Bei Tageslicht sind der wurzelige Anstieg in den Waldpassagen und der Abstieg zur Alm über die löchrige Wiese leicht.

Während der Brunnen unterhalb der Alm meine Flasche volltröpfelt, mache ich mich an mein Trockenobst. Ds habe ich trainiert. Gut, von Käsespätzle, Bier, Brennesselnüssen und Erbsensuppe über Bockwurst, Fisch und Landjäger bis zu Kaiserschmarrn habe ich im Training schon alles probiert – ohne davon Probleme zu bekommen. Scheint's bin ich eine Art Diesel.

Der Blick auf den Chiemgau in der Abenddämmerung, in dessen Mitte sich eine rote Sonne im Chiemsee spiegelt, ist schon grandios und eigentlich allein eine Wanderung hier herauf wert. Und auf der anderen Seite locken und drohen die Berge, grüne und felsige, für jeden Geschmack etwas. Ich bleibe vorerst auf der Forststraße. Als ich meine Stirnlampe auspacke und noch etwas Dörrobst in den Mund schiebe, überholen mich ein paar Leute zum zweiten Mal. Die sind sicher vorhin auf der Hütte eingekehrt.

Bald kommt wieder eine Absperrung auf dem für uns markierten Weg – wegen einer fehlenden Brücke. Das muss die aus dem Briefing sein, wo man schon durch den Bach durchkommt. Ja. Passt. Bloß ist jetzt Sand in den Schuhen.



Nach ein wenig auf und ab auf der Forststraße komme ich an eine Abzweigung mit unbewohntem Haus und Brunnen. Mit frisch gefüllter Flasche mache ich mich auf den rechts abzweigenden kleineren Weg. Diesmal bin ich hier mitten zwischen den früheren und späteren Startern. Der nette abwechslungsreiche Weg über Karrenpfade und Holzprügel sieht bestimmt nicht oft so einen regen Verkehr auf einmal.

Mit den 100 Lumen meiner Stirnlampe läuft es sich ganz entspannt. Weniger bräuchte es aber nicht sein. Ich erinnere mich, dass ich hier letztes Jahr voll in Fahrt und fast allein war. Heuer jogge ich locker durch, überhole, wo der Weg es zulässt, und lasse schnellere Kollegen vorbei.

Gefühlt bald ist die Anhöhe vor der Steiner Alm erreicht. Der ausgewaschene grob stufige und steinige Pfad ist mir von der Art her aus dem Training vertraut. Ein Kollege mahnt mich, nicht so zu rasen, aber ich finde mich gar nicht schnell.

An der Steiner Alm gibt es frisches Wasser. Ich schalte meine Stirnlampe wieder an. „Kein Trinkwasser“ lese ich laut mit besorgter Stimme vor.

Bevor du da was merkst, hast morgen einen Hitzschlag.

Danke, das beruhigt.

Und schon geht es auf zur Schlammschlacht zum Bayrischen Stiegl hinauf. Wahnsinn, wie staubig und holprig so getrockneter Baz sein kann.

Hinunter nach Adlgass gibt's eine lange, leichte Abfahrt zum Entspannen. Warum habe ich bloß nachts immer Angst, mich zu verlaufen? In Adlgass treffe ich außer Gi, dem Renndirektor persönlich, noch etliche Bekannte, die vor mir gestartet sind. Den Grund erfahre ich gleich: Hier gibt es zu viele Angebote, die man mitten in so einer Tour nur äußerst ungern ablehnt. Wasser, Iso, Suppe, Cola, Bier? Ja. Brot, noch eine Suppe, Kuchen, Brezen? Ja. Und so weiter. Ich kalkuliere, dass ich morgen bei versprochenen 35 Grad im Schatten nicht viel hinunter bekommen werde, also in dieser angenehm lauen nacht ordentlich tanken muss. Dabei verliere ich aus den Augen, wie die Zeit vergeht.

Angenehm ist es jetzt wirklich. Beim Pausieren wird es nicht zu kalt, beim Laufen bekommt man gut Luft und kein Schädelweh. Bergauf bin ich nach wie vor behäbig, muss/kann mich dafür aber nicht verausgaben. Die Beine im Flachen, der Kopf bergab, die Arme bergauf. Mit diesem bewährten Rezept werde ich diesen Kurs packen.

Ein Läufer vor mir telefoniert. Ich höre das Wort Notarzt und warte, bis er fertig ist. Ist was passiert? Ja. Dir? Nein, meine Tochter hat eine Nierenentzündung und ist jetzt im Krankenhaus. Das kenne ich von mir: Sehr hohes Fieber.

Hmm, war nicht ermutigend von mir, gar nicht ... – Aber normalerweise gut in den Griff zu kriegen, schiebe ich nach.

An der Kohleralm treffe ich die Leute, zu denen ich in Adlgass aufgeschlossen habe, gerade beim Aufbruch an. Hier ist einfach ein traumhaft schöner Platz, und auch die Temperaturen laden zum

Verweilen auf den Sitzbänken vor der Hütte in gemütlicher Runde. Etwas Gemüsebrühe und Kartoffeln gönne ich mir schon. Bergab ist es gut zum Verdauen. Habe ich es wirklich schon/noch eilig? Ich bin kaum früher dran als im letzten Jahr, als ich eine Stunde später gestartet bin. War ich wirklich so langsam? Fit fühle ich mich schon noch. Keine Probleme bisher. Beim steinigen und wurzeligen Abstieg merke ich, dass die Zehen stärker beansprucht werden als sonst. Mit anderen Schuhen. Einzelne Kollegen überhole ich trotzdem. Das ist gewohntes Gelände. Leider komme ich heute auf den Forststraßenpassagen kaum schneller voran als auf Trails. Dabei wäre es hier bei Mondlicht so einfach. Was ist los?

Auf einem groben ausgewaschenen Wiesenabstieg geht es wieder ganz gut. Das bilde ich mir zumindest ein, bis ich überholt werde. Ein junger Kerl, dem ich kurz Platz mache, rast singend in einem Höllentempo den steilen löchrigen Pfad zur Hütte hinunter. Unten ruft er etwas, das ich erst verstehe, als ich ihn fast eingeholt habe.

Ich erkläre ihm auf englisch, dass er rechts um die Hütte herumlaufen muss, und dann auf der Straße weiter. Das ist der einzige Weg hier. Und weg ist er. Ich trabe weiter vor mich hin. Straße wäre eigentlich einfach ... Ich muss unbedingt an meinem Training feilen. Einstweilen genieße ich die laue mondhelle Nacht und die gute Luft. Irgendwann sehe ich die versprochenen Wasserknister am Jochberg. Brauche ich etwas? Vorsichtshalber. Mensch, sind die schwer! Bin ich so geschwächt?

Nach einem Bauernhof kommt ein wunderschöner leichter Trail. Laub hat so etwas gemütliches. – Und ist tückisch. Der Länge nach schlage ich hin, lande auf Knien und Handballen. War's das? Fürs erste ist das Nebensache. Aufstehen und weiterlaufen zum nächsten Kontrollpunkt, wenn's noch geht. Mensch, bin ich dreckig! Irgendwo am Knie scheint etwas rot zu sein. Ein Handballen ist druckempfindlich. Laufen geht aber wie vorher.

Vielleicht mental etwas gebremst, aber eigentlich schmerzfrei laufe ich weiter. Warum hau ich mir heute bloß die Zehen so oft an? Die Schläge sind nicht ohne, das wird mich einige Nägel kosten. Was ist heute los?

Kurz vor der Landstraße geht es rechts eine steile Treppe hinauf, dann parallel zur Straße einen streckenweise mit Rohren garnierten Wanderweg entlang. Das dürfte eine Soleleitung sein. Bald ist auf der anderen Straßenseite ein größeres Gebäude zu ahnen, das Hotel Mauthäusl, wo auch die nächste Verpflegungsstation ist.

Hier treffe ich wieder bekannte Gesichter an. Betreut wird die Station von einem Läufer, der in diesem Jahr pausiert, und statt dessen eine Nachtschicht einlegt. Der ist aus Kärnten angereist. Extra für den Lauf? Auch die Köhleralm vorhin wurde von einem Läufer unterstützt, der inzwischen zum Inventar der Veranstaltung gehören dürfte.

Und natürlich gibt es auch hier mehr als genug zuz essen – und es ist eine guter Platz, um die Batterien für die Stirnlampe zu wechseln. Ein Laufkollege hilft einem anderen, der Schwierigkeiten mit seiner zu haben scheint.

Ab hier geht es erst einmal lauschig einen Bach entlang weiter. Ich lasse mich erst (wieder) einmal zurückfallen. Irgendwann habe ich gelesen, dass es gut ist, wenn der Darm vor Sonnenaufgang

möglichst leer ist, weil der Körper am Tag zunehmend mehr Giftstoffe aus dem Verdauungsprozess aufnimmt. Mir steht demnach ein weitgehend giftarmer Tag bevor. Aber noch ist es stockfinster. Auch in Weißenbach ist es noch gefühlt mitten in der Nacht. Irgendwann gehen mir hier die Markierungen aus. Aber wir wurden ja gewarnt, dass das vor allem innerorts passieren kann. Mein GPS zeigt an, dass ich noch richtig bin. In etwa einem Kilometer muss ich scharf nach rechts in eine Seitenstraße einbiegen. Etwa an dieser Stelle kommen mir drei Laufkollegen von vorhin entgegen, und erzählen etwas von einer Brücke, die wir übersehen hätten, und einer kurzfristigen Streckenänderung, die im Briefing erwähnt wurde. Mein GPS-Track von Mitte Juni sei veraltet. Na bravo, so bringt man auch die Nacht rum.

Am Steig zur Kaitlalm dämmert es schon langsam – praktisch für den Anstieg, aber viel zu früh für einen erfolgreichen Hundertmeilenlauf. Der Steig ist nicht schwer, aber angesichts des steilen Hangs links unter mir riskiere ich nichts und laufe auch die leichten Abwärtsstücke nur gemächlich. Ein wenig Respekt ist schon angebracht.

An der Kaitlalm gibt es ein großes Wiedersehen, auch mit Kollegen, die uns während des Umkehrmanövers in Weißenbach wieder überholt haben.

Der Weg zum Stadion ist seit heuer auch anspruchsvoller geworden: Ein leichter Anstieg mehr, mit herrlicher Rundumsicht auf die erwachenden Berge in der Morgensonne, und als Abstieg statt Forststraße ein Steig. Ausgerechnet hier überholen mich die ersten Hundertkilometerläufer, zum Glück noch nicht viele. Kurz vor Ruhpolding überholt mich ein alter Bekannter, etwa als 7. beim 100 km-Wettbewerb. Wir wechseln ein paar Worte, dann schicke ich ihn weiter. Das kann ein sehr erfolgreicher Tag für ihn werden.

Selber bin ich etwas frustriert, weil ich wieder viel zu spät dran bin.

Am Stadion ist es tatsächlich schon nach halb 8, fast so spät wie im letzten Jahr. Da ich im Training vor kurzem gemerkt habe, wie schnell Sand die Haut aufscheuern kann, wechsele ich diesmal die staubigen Socken. Dabei bemerke ich, dass der rechte Zehennagel schwarz ist. Das hatte ich schon seit Jahren nicht mehr. Aber das werde ich überleben. Mehr wurmt mich, dass ich mich wohl mit dem Gedanken anfreunden muss, auch heuer nicht weiter als 129 km zu laufen. Ich frage den Renndirektor, wie er die Chancen einschätzt, jetzt noch den nächsten Cut zu schaffen. Gi meint, angesichts der Hitze seien die Chancen schlecht. Kurz später meint er, rechnerisch hätte ich aber noch 40 Minuten Luft.

Etliche davon verbringe ich noch auf der Toilette. Immerhin muss ich dadurch deutlich weniger Gewicht die heißen Pisten auf Unterberg und Hörndlwand hochtragen. Los geht's in den 2. Tag – mit den fast frischen Hundertkilometerläufern. Erst steuern wir den Unterberg an – die Vorhölle zur Hörndlwand – in paradiesisch schöner Landschaft.

Hölle? Wer bewirbt sein Buch über eine Fahrradtour durch Spanien und Marokko? Wer schreibt in einem Laufbericht, dass er an eine Alpenquerung eine Rundetappe bei sengender Hitze durch die südlichen Voralpen gehängt hat? Wer muss also ziemlich Hitzebeständig sein? Wer hat schon mehrmals die Alpen durchquert und kann fast jedes Wochenende in den Bergen trainieren? Wer hat demnach keine gültige Ausrede für die bevorstehende Querung von Unterberg, Hörndlwand und Hochsattel? Ich beschließe, dass ich den 2. Cut schaffen werde.



Anfangs ist der Anstieg zum Unterberg noch waldig, schattig und angenehm lau. Einzelne Läufer, die eine Stunde vor mir gestartet waren, ziehen ordentlich ab, und sind bald außer Sichtweite. Nicht schlecht. Selber muss ich aber mein Tempo laufen, auch wenn ich nicht ganz zufrieden damit bin. Es läuft ja gut. Und so soll es bleiben. Einige Läufer sind halt schneller.

Erst als es steil entlang einer Skipiste hinaufgeht, wird es heiß. Einzelne der Hundertkilometerläufer, die mich vorhin überholt haben, legen eine Pause ein. Ich steige in möglichst direkter Linie auf. Möglichst wenige Bewegungen machen, auf die Laufkollegen zu, die sich in loser Schlange weit über mir die Pistenserpentine hinaufwinden. Nein, nicht rumrutschen und umhertapsen. Sichere Schritte, keine Energie verschwenden.

Ab dem Sattel ist es gut zu laufen. Die paar Steine und Wurzeln dürfen einen Teilnehmer dieser Veranstaltung nicht stören. Irgendwie jogge ich aber eher gemächlich, obwohl es leicht bergab geht. Egal, es geht gut. Einer der Hundertkilometerläufer fragt mich, ob ich Salztabletten für ihn hätte. Eine darf er sich nehmen. Hier gibt es schließlich an jeder Station Isogetränke, salziges Gebäck zum Knabbern und praktisch überall auch pures Salz. Eigentlich müsste man mit 1 bis 2 Wasserflaschen gut durchkommen. Die 2. Flasche müsste man nur am Stadion voll machen.

Der Anstieg zur Hörndlwand dürfte unsereinem keine großen Schwierigkeiten machen. Gut, es ist steil, aber dadurch macht man die Höhenmeter schneller. Unangenehm ist, dass inzwischen die Sonne voll in den Anstieg hineinsticht. Wir klettern durch einen Sonnenofen.

An dessen oberen Rand, direkt am Sattel gibt es eine Wiese mit Getränkestation. Dort treffe ich einen Kollegen wieder, der unter dem Schatten eines Sonnenschirms ein Nickerchen macht. Selber ziehe ich es vor, etwas Wasser und Iso zu trinken, und versuche, mich auf dem steilen, waldigen Abstieg zu erholen.

Dort war es im letzten Jahr trotz der Hitze noch reichlich feucht und rutschig. Heuer ist es staubtrocken. Zügig aber wegen der vielen Steine und Wurzeln vorsichtig jogge ich hinunter und schließe sogar auf einzelne Leute auf. In Röthelmoos fülle ich am Brunnen meine Wasserflasche auf und laufe weiter zur Verpflegungsstation, die etwas abseits vom Weg vor einer Alm aufgebaut ist. Dort begnüge ich mich trotz des reichhaltigen Angebots mit etwas Bier, Breze und Kartoffel. Schließlich glaube ich, dass ich noch eine realistische Chance habe, den zweiten Cut zu schaffen.

Die Almwiesen, in denen man sonst nach wenigen Schritten nasse Füße hat, sind strohtrocken und stellenweise schon braun. Wie lange hat es hier nicht mehr geregnet? Zum Glück haben wir so viele Verpflegungsstationen. Die Forststraße zur Jochbergalm zieht sich zwar ewig lang in unendlich vielen langgezogenen Serpentine hoch, und ich bin so müde, dass ich mich öfters dabei ertappe, dass ich mit geschlossenen Augen laufe, aber oben gibt es wieder Wasser.

Die Betreuerinnen erinnern sich offensichtlich daran, dass sie mir im letzten Jahr einen starken Kaffee machen mussten, und fragen, wie es mir heuer geht. Immer hast du bei uns ein Tief. Heuer setze ich mich nur kurz auf zwei Becher Wasser hin, erfahre ein wenig über den Rennverlauf an der Spitze, also dass der junge Amerikaner schon einen großen Vorsprung hatte, und Thomas und Rudi nicht mehr dabei sind, und laufe weiter.

Trotz des Hängers auf dem Weg hier herauf müsste das Limit für die 141 km noch in Reichweite sein. Und landschaftlich ist der kommende Anstieg wie der Abstieg einfach wunderschön, und der Almweg von hier aus ein passender Einstieg. Andere fahren weit, um einmal in so einer Umgebung zu sein. Bei meinem Hobby habe ich das im Wettkampf, und sogar im härtesten Training.

So trocken es ist: Seit letztem Jahr muss es schon öfters ordentlich geregnet haben. Der Hochsattel ist nämlich seitdem tüchtig gewachsen. Wo ich im Vorjahr mal schnell vor dem nahenden Gewitter davongelaufen bin, zieht sich heute ein schier unendlich hoher und langer Anstieg hin.

Den Spaß beim steinigen aber lauffar flachen Abstieg am Rand eines grünen Kessels verderben mir meine lädierten Zehen. Bis zum spärlich rinnenden Brunnen vor der Alm, die ich soeben halb umrundet habe, hole ich aber zwei Läufer wieder ein. Nachdem wir Wasser nachgefüllt haben, geht es weiter auf einer Forststraße zur Bischofsfellnalm. Unterwegs erkläre ich einem britischen Laufkollegen kurz die Verkürzungsoptionen: An der nächsten Verpflegungsstation kannst du auf 69 Kilometer abkürzen. Du wirst aber einer der letzten sein, die noch 80 km laufen dürfen – wenn du willst. Die längere Variante ist die schönere.

Beim steinigen und ehemals bazigen Abstieg nach Eschelmoos setze ich mich wieder vorübergehend ab. An der entscheidenden Kreuzung sehe ich von weitem eine Wasserstation, und links an einem Gatter ein Schild: Abkürzen auf 69/129 km nach rechts, sonst geradeaus (oder so ähnlich). Ich habe Wasser und weiß, dass es bis zur nächsten Station, Kohlstatt, auf einer Forststraße bergab geht, und laufe ohne Pause durch das Gatter.

Jetzt geht es fünf Kilometer bergab unter einer unendlich hohen Wand dahin. Das müsste der Hochfelln sein, der auch diesmal schnelleren Läufern vorbehalten sein wird. Soll ich enttäuscht oder erleichtert sein? Ich versuche, so leicht und schnell wie möglich die Straße hinunterzurennen. Irgendwo muss eine Handbremse gezogen sein.

Das Team an der Kohlstatt muntert und pöppelt uns auf. Jeder, der sich wieder auf den Weg macht, wird frenetisch angefeuert. Erst kurz durch Wald, dann diretissima eine steile, meterhoch bewachsene Skipiste hinauf geht es 2 Forststraßenetagen hinauf, und sanft steigend links weiter. An einem Berggasthof treffe ich ein paar Hundertkilometerläufer von vorhin, die auf ein Getränk eingekehrt sind. Vorerst zusammen umrunden wir den für uns letzten Berg des Rennens, bis sich die noch frischeren „Kurzstreckler“ einer nach dem Anderen absetzen. Wenigstens gibt es jetzt keine langen harten An- und Abstiege mehr. Alles ist absehbar. In Maria Eck gönne ich mir noch einmal einige an Essen, bis ich auf die Frage eines Kollegen hin nachlese, wie lange die Station in Egg geöffnet ist. 21 Uhr – das wird knapp.

Zügig renne ich dahin, vorwiegend auf netten, harmlosen Waldwegen unter einer schattigen Felswand. 21 Uhr müsste ich so gerade schaffen. Es kühlt ab, das ist angenehm und erleichtert das Laufen. Bald wird es windig, und ich spüre Regentropfen. Links neben mir am anderen Traunufer hat sich eine grandiose Gewitterstimmung gebildet. Ein gigantischer Regenbogen vor dunkelgrauem Hintergrund überbrückt leuchtend zwei Bergzüge. Der Wind wird stärker.

Auf einmal gibt es doch Steigungen. Ich lande auf einer Teerstraße. Jetzt gibt es ständig Kurven und Kreuzungen. Der Weg führt über einen steilen Schleichweg, etwas Gestrüpp und einen gepflegten

Garten durch einen Hof. Wo geht es weiter nach Egg? Du willst doch nicht um die Zeit bei dem Wetter noch auf den Hochfelln? Nein, aber ich muss mich dort melden. Ich renne mit vollem Stockeinsatz die gar nicht so steile Teerstraße hoch. Punkt 21 Uhr bin ich an der Garage in Egg.

Ich möchte auf 141 km verkürzen. Akzeptiert. Erstmals lehne ich Essen ab. Ich trinke ein wenig bei etwas Smalltalk. Von der großen Runde waren heute gerade 20 Leute da, vielleicht 12 sind über den Hochfelln. Ich trinke etwas, tausche die Sonnenbrille gegen die normale, setze die Stirnlampe auf, die ich bald brauchen werde, und breche auf.

Wie hat Gi bloß diesen Weg gefunden? Beim Nachbar n durch den Garten, praktisch weglos über eine Wiese bis zu einem Waldweg, vorerst vorwiegend bergauf. Liegt das Ziel nicht viel tiefer? Schließlich geht es an den heißesten Abstieg der ganzen Runde. Klettern oder hüpfen? Fast senkrecht geht es einen bewaldeten Hang hinunter. Meine Beine erlauben noch den Vorwärtsgang. Andererseits soll das auch für die letzten Kilometer so bleiben.

Nach unendlichen abenteuerlichen Minuten bin ich auf einer Straße. Jemand überholt mich ziemlich schnell. Ich hatte gedacht, auf diesem Ausweichkurs wäre ich schon lange letzter. Jetzt bin ich es wohl. Nun kommt der orientierungsmäßig schwierigste Teil des Rennens: Eine Ortschaft mit unzähligen Straßen. Ein Schild gibt an, es wären nur noch 3 Kilometer. Sturm kommt auf. Eine unbemannte Getränkestation hat der Wind bereits verwüstet. Ich erinnere mich schwach an die letzten Kilometer zum Nordkap, nein, ganz deutlich. Ein Gewitterregen würde jetzt den Staub abwaschen. Mir täte ein Starkregen jetzt gut, aber wohl nicht den Kollegen, die gerade mit letzter Kraft vom Hochfelln zurückkommen.

Eine Bö bringt die Krone eines Baums auf der anderen Straßenseite zum Krachen. Schräg vor mir scheppert ein riesiger Ast auf die Fahrbahn. Ich zerre ihn in den Straßengraben, bevor ein Auto reinkracht. Die nächste Bö bricht einen Ast vom Nachbarbaum. Ich schaue, dass ich weiterkomme.

So ein Wind kann auch Markierungsbänder wegreißen. Ich schalte mein GPS wieder an. 500 Meter bis zu einer Traunbrücke. Endspurt. Egal, das Rennen ist gelaufen.

Gemütlich auf dem Kiesweg austraben und dabei wach bleiben, am Stadion vorbei, die Böschung hinunter, ins Stadion, auf die Aschenbahn, durch den Zielbogen, Foto, Bier, Wurstsemmel. Ich hab's geschafft. 141 km.

Permanentlink zu diesem Beitrag: http://www.martins-touren.de/MS0_Wordpress/wordpress/laufberichte/chiemgauer-100-2013/