

## Wettkampf

- News
- Ergebnisse
- Bilder
- Team

## Erlaubtes Doping!? Leistungsschub nach 1. Baby

Hindhahls erste 100 km - am Stück

**Gute sechs Wochen nach der Geburt des ersten Kindes den ersten 100-km-Lauf? Man weiß ja, dass Frauen nach Schwangerschaften dank**

**Testosteronschub zu bis dahin unangeahnten Leistungen fähig sind .... aber so bald nach der Geburt? Nun, ganz einfach, es war der frisch gebackene Papa Michael Hindahl, der erstaunlicherweise einen Leistungsschub bekam und sich zum ersten Mal an den „Chiemgauer100 Ultraberglauf“ wagte, ...**

14.07.07, morgens um 5:00 h: 66 Ausdauerläufer/innen aus 11 Nationen hatten sich eingefunden. Nicht nur, dass eine Strecke von 100 km bewältigt werden sollte, es galt auch noch 4410 Höhenmetern (ungefähr zweimal die Zugspitze von Garmisch aus hoch) zu überwinden.

Die ersten 26 km rund um den Rauschberg waren relativ flach (ca. 500 hm) und wurden von Hindahl recht zügig absolviert, so dass er an 12. Position ins Ruhpoldinger Stadion nach 2:29 h einlief.

Nach Schuhwechsel und kurzem Verpflegungshalt kamen die Herausforderungen:

Zunächst 1200 Höhenmeter mit teilweise 25% Steigung zum Untersbergsattel – diese Strecke konnte nur noch schnellen Schrittes überwunden werden. Nach weiteren 5 welligen Kilometern ging's durch felsiges Kar und über Schotterpfade in Serpentinaen hinauf zur Hörndlwand, dem zweithöchsten Punkt der Strecke.

Oben angekommen konnte ein herrlicher Ausblick auf die Firnhänge des Grossvenedigers und des Wilden Kaisers genossen werden. Km 37 und 1750 hm waren zu diesem Zeitpunkt (10 Uhr) geschafft. Recht steil, rutschig, eher schlitternd als laufend ging es hinab ins Röthelmoos. Von dort nach guter Verpflegung über steile Forstwege zur Jochbergalm, wo Michael Hindahl bei km 46 und nach 2200 hm von der späteren Siegerin bei den Frauen überholt wurde - und fast 2 h früher als er ankam.

Die nächsten 29 km waren mit 1100 hm relativ gesehen locker, jedoch machten sich nun Müdigkeit, Hitze, und die vielen Kilo- und Höhenmeter bemerkbar. Einige mussten mit Muskelkrämpfen oder anderen Beschwerden das Rennen aufgeben. Letztendlich erreichten nur 31 der 66 Gestarteten das Ziel.

Gegen 17:00 h wurde der letzte große Verpflegungspunkt Egg erreicht. Bis 19.00 h musste man ihn erreicht haben, da sonst der Zielschluss um 23 :00 h in Ruhpoldina

## Termine VM

### Lauf

25.03. Forstenrieder Lauf;  
10 km

01.05. Dachauer  
Frühjahrslauf, 10 km

16.09. Karlsfeld; 21,1 km  
03.10. Anzinger Forstlauf;

10 km (V/M)

14.10. München Marathon;  
42,195 km

### Berglauf

24.06. Osterfelder

Berglauf (VM)

08.07. Bad Endorf,  
Kampenwand

15.07. Karwendel

07.10. Schönau, Jenner

### Duathlon

06.05. Krailling (VM)

29.05. Kehlheim

16.09. Hersbruck

### Triathlon

03.06. Bad Tölz

15.07. Karlsfeld

21.07. Immenstadt

22.07. Wörthsee

29.07. Schongau

19.08. Tutzing

## Legende

nicht mehr realisierbar wäre. Hoch motiviert nahm Hindahl den letzten Anstieg in Angriff, um schließlich gegen 18:45 h auf den Gipfel des Hochfeln zu stehen. (siehe Foto mit Leidensgenossen) Beim Aufstieg hatten sich allerdings zwei große Blasen an den Achillessehnen geöffnet, die die letzten 20 km bis zum Ziel erschwerten. Überglücklich konnte er gegen 22:29 h, nach 17:29 Stunden Wettkampfzeit, seinen ersten 100-km-auf als Gesamt 23. beenden.

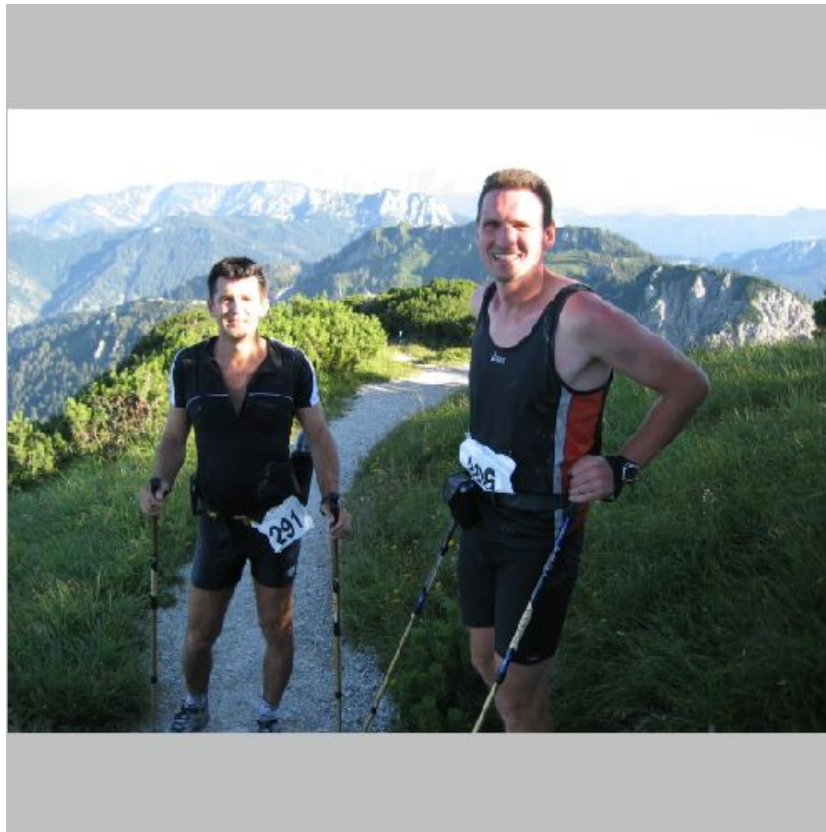
Sieger wurde mit 11:08 h Josef Schneider, ehemals 100-km-Weltcupsieger, 3. nach 12:46 h Tom Possert, dreifacher Badwaterrun-Gewinner. Fazit für Hindahl: Liebevoll organisierter Lauf, der mental und körperlich an die Grenzen führt und sicher nicht zu Unrecht von erfahrenen Ultras als schwierigster 100 km Run Europas geadelt wird. Abseits von Starrummel, Werbung, Preis- und Antrittsgeldern ist es ein Lauf der durch Mundpropaganda seinen Weg gehen wird.

Unmittelbar nach dem Finish war sich Michael Hindahl sicher: „Nie wieder!“ Mittlerweile freut er sich auf die 4. Auflage in 2008. „Vorsicht Suchtgefahr!!!“, so Hindahls abschließendes Resümee.

P = Punktwettkampf

VM = Vereinsmeisterschaft

RL = Regionalliga



[wk]27.07.2007

[« zurück](#)