

[Dhyana Records](#)

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



[Streckenbegehung des Chiemgauer 100 Ultra-Berglaufs](#)

Written by bernd on [April 21, 2008 – 9:11 pm](#) -



Samstag, 19. April 2008. Der Wecker klingelt um 3:30 h und das war auch kein Versehen. Für heute habe ich mir eine Streckenbesichtigung des 100 km langen Berglaufs in den Chiemgauer Alpen vorgemerkt. Ich möchte ein Teilstück, je nach Schneelage, zwischen 30 und 50 km ablaufen. Damit ich weiss, was am 19. Juli auf mich zukommt. Kerkis (Husky-Picard-Mix) und Sarja (Husky) nehme ich auch mit. Ein bisschen Auslauf kann denen nicht schaden.

Um 6:45 h am Rupoldinger Sportzentrum ging's los, zum wach- und warm-werden erstmal den wunderschönen Weg an der Seetraun entlang zum Weitsee.



Hier waren nur wenige 100 Meter mit einer alten matschigen Schneekruste überzogen. Dann rechts hoch durch das Wappbachtal nach Röthelmoos und zur Abzweigung, wo man beim C100 (nenn ich jetzt mal so) die Hörndlwand hinter sich gelassen hat. So langsam wurde der Schnee zur Dauereinrichtung, wenn der Weg im Schatten von Bäumen verlief. Kurz vor der Diensthütte bin ich dann links hoch zur Jochbergalm.



Der Schnee ging mindestens bis zur Wade hoch, manchmal auch bis zu den Oberschenkeln.



Mein Polar sagte mir, dass ich zwischen 2,5 und 3,5 km/h zurücklegte. Sowas rechnet man dann besser nicht auf die komplette Strecke hoch, haha. Am Brunnen der Jochbergalm (gut 1200 m) habe ich einige Minuten Pause gemacht, Dauerregen setzte ein. Ich fühlte mich aber ganz gut und unternehmungslustig. Dann hatte ich das Problem, den Eingang des Weges zur Grundbachalp und Bischofsfellnalm nicht zu finden. Ich lief so 90 - 100 min alle Möglichkeiten N - N/W ab, keine Chance. Nur umgestürzte Bäume, Abhänge, Schnee bis zum Oberschenkel. Ich musste aufpassen, dass der Schneereggen mir nicht die Motivation wegspült.



Als ich dann einen Weg gefunden hatte, stellte sich nach vielen HM abwärts heraus, dass ich auf bestem Wege nach Unterwössen unterwegs war, weit weg vom Schuss. Na prima. Also wieder hoch zur Jochbergalm. Währenddessen hatten auch zwei ortskundige Wanderer den Weg dahin gefunden. Als ich nach dem Weg zur Grundbachalp gefragt habe, war die Antwort: da kommst Du so in 2 - 4 Wochen wieder hin. Also bin ich wieder den Wiesen/Schneehang runter, den ich auch rauf bin.



Lustig bei der Aktion bisher war, dass ich ständig auf alte Fußspuren gestoßen bin, die von ebenso alten Pfortenspuren begleitet wurden. Leider habe ich sie nach der Jochbergalm aus den Augen verloren.

Ich hielt mich beim Abstieg weiter nördlich und kletterte zwischen gefälltten Bäumen herum. Dann kam ich auf sowas wie einen Weg (= eine relativ gleichmäßige weisse Fläche, wo man mindestens bis zu den Knien versinkt). Ich kam kaum voran, denke aber, es war der Weg Nr. 57 nach Norden. Wenn nur der Regen nicht gewesen wäre. Sehr praktisch waren die "vorgespantten" Hunde, welche ich als Tiefschnee-Alarmanlage benutzte, denn die Trittfestigkeit des Schnees wechselte ständig. Die Hunde waren mir immer 2 Schritte voraus und sind sie bis zur Bauchdecke im Schnee eingesunken, konnte ich mich eine Sekunde lang darauf "einstellen".



Irgendwann kam dann ein Schild nach rechts ab Richtung Süden und somit zurück gen Urschlau und ich beschloss, im Bach laufend (das ging minimal schneller) diesen Weg parallel zu verfolgen. Kohlstadt und Co musste ich abhaken, ich kam einfach nicht vorwärts. Nach 10 min wechselte ich wieder vom Bach zur Schneestapferei, weil ich meine Füße nicht mehr spürte. Ein Umknicken wäre fatal gewesen, denn ePlus lässt Dich hier im Stich. Irgendwann wurde der Weg dann besser und besser, nach insgesamt 44 km und war ich am Märchen-Freizeitpark, bei vor-frühlingshafter Wärme und Sonnenschein. 4 Std Dauerregen fanden ein Ende. Da konnte ich es mir nicht verkneifen, noch über die Raffneralm und den matschig weissen Skihang hoch auf den Unternberg (über 1400 m) zu laufen. Das war im Vergleich zu dem, was ich unterhalb der Jochbergalm erlebte, ein reiner Regenerationslauf! Nach relativ genau 50 km und 8 Std irgendwas war ich wieder am Sportheim.



Fazit: ich bin nur einen Bruchteil der C100-Strecke gelaufen, was ich schade finde. Trotzdem: es hat Spaß gemacht und ich bin froh, diesen Probelauf gemacht zu haben um zu wissen, wie ich als Flachländer damit zurecht komme. Ich denke, das haut schon hin. Die Gegend ist wunderschön. Ich freue mich darauf, wenn ich sie bei wärmeren Temperaturen und evtl sogar trocken erleben darf! Das mit den zahlreichen Alm-Brunnen ist phantastisch, das werde ich im Juli sicherlich zu schätzen wissen. Ich freue mich drauf!

Posted in [Misc](#) |

7 Responses to “Streckenbegehung des Chiemgauer 100 Ultra-Berglaufs”

1. By [lamu](#) on [Apr 27, 2008](#) | [Reply](#)

Tolle Bilder - Im Juli wirst du schwitzen:) Trotz Almbrunnnen. Hab mir überigens erlaubt die Bilder in die Mitte zu rücken. Die Größe kannst du auch im Optionendialog einstellen (z.B. hier 230*230) - und einen Abstand zwischen erreichst du mit "Horizontal Space 2".

2. By **bernd** on [Apr 27, 2008](#) | [Reply](#)

danke lamu! ich musste jetzt im april schon gut schwitzen, das kann im juli spannend werden, wenn aus dem ski- ein heisser südhang wird...

3. By **lamu** on [Apr 28, 2008](#) | [Reply](#)

Dann springst du in den See im dritten Bild:)

4. By **bernd** on [Apr 29, 2008](#) | [Reply](#)

geht leider nicht. die offizielle strecke geht gar nicht an den seen entlang sondern schnurstracks über die berge



5. By **Thorsten** on [Apr 30, 2008](#) | [Reply](#)

Hi Bernd, wow was für eine geile Sache Du da schon wieder vorhast! Saugeil und das in Deinem Alter;-)
Hau rein
Grüße Thorsten

6. By **bernd** on [May 4, 2008](#) | [Reply](#)

hi thorsten! schön, von dir wieder zu hören/lesen. wie du siehst: sowas hält jung. wie wär´s mal mit einem kleinen trainingsläufchen in den westlichen wäldern oder siebentischwald? meld dich mal, bis dann, bernd.

7. By **Walter** on [May 8, 2008](#) | [Reply](#)

Hallo Bernd,

schöne Bilder - tolle Eindrücke.

Bitte konserviere ein paar qm Schnee bis Mitte Juli und deponiere das Zeug entlang der Strecke - aber bitte gut positioniert. Fürchte, Du / dass wir das Nass noch lieben werden.

Was Berns Alter betrifft: er kommt doch erst ins richtige (Schwabens-) Lauffalter. Die Spitze ist ganze 23 Jährchen reifer.

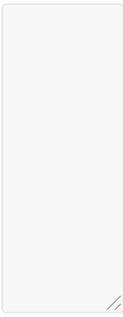
Grüße Walter

Post a Comment

Name (required)

E-mail (will not be published) (required)

Website



Submit Comment

• Archiv

- [October 2008](#) (1)
- [September 2008](#) (1)
- [August 2008](#) (3)
- [July 2008](#) (2)
- [June 2008](#) (3)
- [May 2008](#) (3)
- [April 2008](#) (6)
- [March 2008](#) (3)

• Login

- [Log in](#)
- ◦ *Posts 22*
- *Words 4,170*
- *Comments 27*

Copyright © 1995-2008 Dhyana Records | Designed by Lamu
[Top](#)