

Der ASV entsandte nach einjähriger Pause heuer wieder zwei Ultra-"Spezialisten" zu Europas größtem Cross-Lauf im Thüringer Wald. Heuer traf **Anton Stockmaier** und **Christian Mlinar** die Ehre der Teilnahme.

Die Wetterprognose deutete für diesen 25.Mai (!) auf spätwinterliche Verhältnisse hin. Stocki und Christian stellten sich trotzdem der Herausforderung.

"Haile" Kranawitter hingegen makierte kurzfristig eine böse Viruserkrankung (??? 36,2° Fieber?! Ruhepuls 70??!!) und schaute sich das Sauwetter gemütlich von zuhause vor dem Kamin aus, bei mind. einer Flasche Köstrizer, an.

Für die beiden wagemutigen Ultras erhöhte sich schon durch folgende Probleme bei der Anreise der Stress (neben dem ohnehin enormen Leistungsdruck):

- Im Zielort, wo das Auto hinterlassen werden sollte, bestand generell Parkverbot und der offiziell ausgewiesene Parkplatz lag meilenweit vom Zielgelände entfernt. Keine guten Aussichten für geschlauchte Finisher.
- Aufgrund der ausreichend frühen Anreise aus Salzburg waren bis zur Abfahrt des Shuttle-Busses zum Start in Eisenach einige Stunden in der Kälte bzw. in "gemütlichen" Gaststätten totzuschlagen.
- Die sonst als sehr gastfreundlich bekannten Schmiedefelder erwiesen sich betreffend der kulinarischen Vorbereitung auf den langen Wettkampf als unbarmherzig: Die bestellten Folienkartoffeln bestanden aus zwei Wurstblatt-dicken Scheiben Kartoffeln inkl. unbekanntem Kräuterbeiwerk. Eine Kohlehydratmenge, die gerade mal für einen 400m-Lauf reichen könnte.
- Endlich im Shuttle-Bus, Sekunden vor der Abfahrt, fiel es den beiden siedend heiß plötzlich ein: sie hatten auf die bei der Startnummernabholung zu entrichtende Gebühr vergessen. Zu wenig Geld mitgenommen. Bankomat-Karte im Auto! Das Zimmer in Eisenach wird im Nachlauf per Rechnung beglichen werden müssen und es wird sich finanziell auch kein ordentliches Abendessen mehr ausgehen.
- Christian gab zwar Toni schon vorher bekannt, dass er "... sicher nicht ... und ... unter keinen Umständen..." die Klöße auf der "Pastaparty" essen werde. In Ermangelung einer besseren Alternative mussten die Kartoffelknödel mit Rotkraut dann doch als Carbo-loading erhalten. Dies stellte sich als grober Fehler heraus, der Christian am Renntag bis km 20 wortwörtlich übel aufstieß und Magenkrämpfe verursachte.
- Das einzig Positive: Durch Zufall trafen die Beiden spätabends in der Unterkunft einen freundlichen Berliner, der sie am nächsten Morgen pünktlich zum Start bringen sollte; für das Taxi wär eh kein Geld vorhanden gewesen...

Der Wettergott hielt, was diesmal eindeutig zum Guten war, sein Wort nicht ganz. Zum

Start um 6:00 morgens, trafen die Dächer rund um den Marktplatz die ersten Sonnenstrahlen. Der beinahe wolkenlose Himmel trübte sich im Laufe des Rennens zwar ein, es blieb aber trocken! Ansonsten wären die 5 - 8°C sicher nicht so leicht zu verkraften gewesen...

Zum Rennverlauf.

Trotz der großen Vorfreude und Motivation wusste Stocki aufgrund seiner "krampfigen" Probleme mit der Oberschenkelmuskulatur bei langen Trainingseinheiten und dem Sbg. Marathon, dass er auch beim Rennsteig mit diesen rechnen musste. Und so kam es leider auch, dass er aufgrund dieses Problems schon vor km 25 Gehpausen einlegen musste und sich bis km 46 schleppte um dort schlussendlich auszusteigen. Der Frust war natürlich rel. groß.

Christian ging, beinahe muss man sagen wider Erwarten, seinen ersten Ultramarathon kontrolliert und nicht zu schnell an. Ein Schnitt von 5:40 auf den ersten 20km (bei 550 hm) ließ auf eine gute Endzeit hoffen. So leicht lässt sich der Rennsteig aber nicht bezwingen. Beginnend schon mit dem steilen Abstieg bei km 25 und den darauf folgenden ständigen Auf und Ab's der Strecke wurden die Beine stark beansprucht und dementsprechend ging auch das Tempo zurück. Dazu kam auch, dass es an den Verpflegungsstellen köstliche Speisen und Getränke gab - eine Wohltat für den ausgehungerten (siehe Verpflegungsprobleme oben) Läufer - und daher die Verweildauer bei diesen Stopps auch tendenziell zunahm. Schlussendlich erreichte Christian mit 7:55:27, als Gesamt 535er und 74er seiner AK, das Ziel in Schmiedefeld. Die dabei erlebten Emotionen sind nicht in Worte fassbar...

Ab 18:00 dann totaler Ausnahmezustand im riesigen Festzelt. Alle Läufer und Zuschauer mit Fahnen und Trompeten auf den Bänken tanzend. Eine geniale Trommlertruppe und eine super Stimmung machende Band heizten das Zelt mächtig ein. Immer wieder wurde bei völliger Extase das Rennsteiglied gesungen.

Christian verlor bald die Übersicht beim Zählen der Krügerl Köstrizer die in Stocki's Schlund verschwanden. Verlierer feiern anders!

Ausgeschlafen und mit 1,5 nüchternen Personen besetzt trat der Golf Kombi am nächsten Tag die Heimreise an. Während dieser wurden bereits Pläne für die Teilnahme am Rennsteig 2014 geschmiedet: Stocki wird dafür frühzeitig "die Langen" forcieren und Christian vermeidet nächstes Jahr die 2 Marathonwettkämpfe kurz vor dem Rennsteig. Zu hoffen bleibt nur, dass nicht wieder das bis zum heutigen Tag noch niemals zuvor ärztlich dokumentierte ominöse Rudi-Renn(stieg)pferd-Virus dem Unternehmen Rennsteiglauf einen Strich durch die Rechnung macht...

Bericht: Stocki und Christian



Author: