100km Lauf Wien (inkl. ÖM) – 13.6.2015

"Ein Ultra-Läufer muss tun was ein Ultra-Läufer tun muss… "
"Angst vor großer Hitze macht vor einem Wettkampf nur unrund… ich schaffe das!"
"Eine Medaille als Mannschaft oder gar im Einzel bei österreichischen Meisterschaften wär schon genial…"
"Die Qualifikation für die WM im 100km-Lauf wäre mit einer Top-Platzierung in Wien gesichert…"
"Ich freu mich vor allem auf das Bier danach… vielleicht sogar im Prater… fesche Mädls… hmhmhm…"

Ja, die Motivation, an einem Freitag Nachmittag nach Wien zu fahren, um am Tag darauf bei über 30 Grad 8 – 10 Stunden (oder länger) 40 Runden auf einer 2,5km "langen" Runde zu laufen, kann unterschiedliche Ausprägungen haben.

So gesehen, standen die Vorzeichen für die drei wackeren ASV-Ultras unterschiedlich. Christian Buchebner wollte mit einem Stockerlplatz die letzten Zweifel an seiner Nominierung für das Nationalteam für die WM ausräumen, Toni "Stocki" Stockmaier wollte erstmalig bei einem 100er durchkommen und danach einfach nur das geile Gefühl (bei einem kühlen Bier) genießen und Christian Mlinar wollte trotz durchwachsenen Training in den letzten Wochen einfach beweisen, dass ihm Hitze beim Laufen doch nix ausmacht und er looooocker so einen 100er vorne mitlaufen kann. Alle drei vereinte die Hoffnung, als 3er-Team eine ÖM-Medaille zu machen.

Christian B. ging’s am professionellsten an. Persönliche Betreuerin, Klapptisch, darauf vorbereitete Trinkflaschen, ausgeklügelte Rennstrategie. Die beiden Anderen vertrauten auf chinesisches Essen am Vorabend, sehr relaxde Einstellung und 2 Dosen Red-Bull falls "gar nix mehr geht".

Christian B. folgte seiner Taktik, zog das Rennen vorneweg mit (für einen 100er) hohen Tempo (ca. 4:15) an. Eine Gruppe von 7 Läufern folgte, in ähnlich hohen Tempo. Dahinter Christian M. (4:30-4:40) und dahinter, auch brav seiner Strategie folgend, Toni in etwas ruhigerem Tempo. Das Feld zog sich rasch auseinander, die ersten Überrundungen fanden statt, die Stimmung war bei allen locker. Zu locker… Ein 100er beginnt ja eigentlich erst bei 70km. Es gibt

100km Lauf Wien (inkl. ÖM) – 13.6.2015

Experten die meinen, bei 80km sollte man sich fühlen als wäre man erst 50km gelaufen, um dann die letzten 20km gleichmäßig ins Ziel zu bringen. Tja… Christian B. erfuhr an diesem Tag, wie sich das anfühlt. Ohne größeren Einbruch folgte er seiner Marschtabelle, ließ den überragend laufenden späteren Sieger Andreas Sageder (7:48h) ziehen und hielt dabei die Konkurrenz auf Distanz. Praktisch alle anderen Läufer zollten entweder dem zu hohen Anfangstempo (Christian M.) und/oder der großen Hitze (Christian M.) Tribut und mussten ihr Lauftempo verringern oder gar Gehpausen einlegen. Toni stürzte vom "Jawoi-heit-geht's" Hoch ins "Krämpfe-san-ned-lustig" und weiter ins "Es-geht-nimmer-i-mag-nimmer!!!!!!" Loch. Eine Runde gegangen, Startnummer abgegeben, … Traum von der Team-Medaille zerplatzt.

Christian B. lief wie gesagt ein konstantes Rennen, kämpfte dabei natürlich auch mit der Hitze, blieb aber hart und feierte einen riesen Erfolg mit dem Titel des Vize-Staatsmeisters. Großes "Hut-Ziehen" war da im Ziel angesagt. Damit darf er fix zur WM in die Niederlande fahren und Österreich dort vertreten. Wir sind sehr stolz und freuen uns mit ihm!

Christian M. war von Motivationsproblemen geplagt (keine Mannschaftswertung; auf Rang 8 Gesamt liegend außerhalb der Reichweite einer Medaille), von der Hitze gezeichnet und von der Hoffnung getrieben im Fall des Aufhörens Kräfte für die nächsten Wettkämpfe zu sparen und strich nach 80km und ziemlich genau 7 Stunden die Segel. Auch wenn eine Zeit um 9h – und damit eine PB – realistisch gewesen wäre, überwog danach die Genugtuung trotzdem Großes geleistet zu haben. Das anschließende Bier im Freibad schmeckte ihm sehr! … Gleiches gilt im Übrigen auch für Toni, der die Hoffnung auf seinen ersten gefinishten 100er noch lange nicht aufgeben wird.

Ultras sind einfach harte Knochen!

Ergebnisse
unter: http://www.pentek-timing.at/results/show_results.php?v=12680Bericht:
MC



Author: