

ZUGSPITZ-ULTRATRAIL 2023

Das größte Trailrunning-Event Deutschlands war mal wieder ein riesiges Fest für die Athleten – an allen Startorten und auch in den Bergen. Die Region zeigte in Sachen Unterstützung sowie in sportlicher Hinsicht beeindruckende Leistungen.

Anfeuerung der Extraklasse

Supporter-Gruppe sorgt auf dem Hochalmweg für mächtig Stimmung – Sehr zur Freude der Trailrunner

VON PATRICK HILMES

Die Strecke von der Laubhütte bis zum Hochalmweg nahe dem Kreuzeck hat es in sich. Über 3,8 Kilometer gilt es 624 Höhenmeter zu bewältigen, Steigung 16,3 Prozent. Und diesen Weg mussten fast alle Teilnehmer des Zugspitz Ultratrails (ZUT) bewältigen – bis auf die Starter des Grainau Trails. Auch Lara Emmrich aus Eichenau musste da hoch. Doch als sie am Samstag oben auf dem Hochalmweg ankam, ging nichts mehr. Die Tränen kullerten die Wangen herunter, Schnappatmung, die Beine brannten vor Schmerzen, der Geist sagte: Das war's. „Ich wollte aufgeben“, gesteht sie. Ihre Großeltern kamen eigentlich an diese Stelle, um sie anzufeuern. Stattdessen nahmen sie ihre Enkelin in den Arm, versuchten zu trösten, was nicht zu trösten war. Über 90 Kilometer hatte die Ultratrail-Teilnehmerin da schon in den Beinen. Doch hier oben sollte das Ende sein?

Diese Frage beantwortete Sabrina Pirke mit „Nein“. Die Garmisch-Partenkirchnerin stand an dieser Stelle mit einer gut zehnköpfigen Gruppe, die alle Teilnehmer bedingungslos mit Anfeuerungsrufen unterstützte. Pirke ging sogar noch ein Stück weiter. Sie begleite Emmrich bis zum Osterfelderkopf persönlich. Pirke redete ihr gut zu, erzählte, dass sie selbst schon an dem Punkt war aufzugeben, als sie ihren ersten Ultratrail gelaufen war, dass sie das Gefühl kenne. Und all das half: Nach 19 Stunden, 52 Minuten und 51 Sekunden überquerte die junge Dame aus Eichenau völlig geschafft aber mindestens ebenso glücklich die Ziellinie auf dem Richard-Strauss-Platz. Wohlgeachtet: als zehntschnellste Frau in der Königsdisziplin des Ultratrails mit 111 Kilometern und 5180 Höhenmetern. Als sie wieder zu Atem kam, galt ihr erster Dank Pirke. „Wahnsinn, was sie gemacht hat. Ohne sie hätte ich es nicht geschafft“, betonte Emmrich. Ein Support der Extraklasse.

Zugleich sorgte diese Aktion – ja, man kann sie schon Rettungstat nennen – für ein müdiges Gefühl bei Sabrina Pirkes Mann Sascha. Der wusste nämlich nichts davon, fragte sich, wo seine Frau ab-



Stimmung gegen die Schmerzen: Sascha Pirke (beim Abklatschen mit einem Athleten) und René Clausnitzer (oben, 2.v.r.) feuern die Läufer bis zu deren Ankunft auf dem Hochalmweg an.

FOTOS: PATRICK HILMES

geblieben war, um hinterher umso stolzer auf seine Gemahlin zu sein. Doch auch ihm gebührt großer Dank von quasi jedem Teilnehmer beim ZUT. Denn René Clausnitzer und er sind quasi die Organisatoren dieser Supporter-Gruppe am Beginn des Hoch-

nem Seil von den Anfeuerungsrufen, den Glocken und der Musik diese Steilpassage hinaufgezogen. Jedes noch so gequälte Gesicht verwandelte sich zumindest für den Zeitpunkt, als man die Gruppe passierte, in ein strahlendes Lächeln. Wer noch richtig

zur Hochalm. Genau das war der Zweck des Ganzen. Denn Pirke, Clausnitzer und Co. sind selbst Läufer und sprechen aus Erfahrung. „Wir wissen, wie es ist, wenn man einen Berg hochläuft und völlig am Ende ist“, erzählt Clausnitzer, vor zwei Jahren nach Garmisch-Partenkirchen gezogen und zudem amtierender Träger des schönsten Vollbarthes des Marktes. „Wenn dann welche deinen Namen rufen, dann ist das einfach geil zu hören. Es motiviert, sich hier hochzubeißen. Die Läufer sollen eine gute Zeit haben.“

Bereits zum zweiten Mal feuerte die Gruppe die Teilnehmer mit allem an was die Stimmen, Boxen und Glocken hergaben, auch Cheering genannt. Im Vorjahr feierten sie Premiere – eher inoffiziell. Heuer fragten sie im Vorfeld bei Plan B an. Der Veranstalter war begeistert, beförderte bei-



Bekam speziellen Support: Lara Emmrich.



Mit einem Lächeln den Berg hinauf: Der Support zeigt bei den Läufern die erhoffte Wirkung.



Party beim Trailrunning: Wer noch Kraft hat, feiert mit den Supportern.

„Wenn einer deinen Namen ruft, dann motiviert es, sich hochzubeißen.“

Supporter René Clausnitzer

almwegs. Sie peitschten jeden einzelnen Athleten an, der sich diesen Qualen aussetzte. Mit dabei: reichlich Verstärkung durch Freunde und Bekannte, ein paar Kaltgetränke, Kuhglocken und Musik. Zu hören war das alles für die Läufer schon locker eine Dreiviertelstunde zuvor, beinahe ab der Verpflegungsstation an der Laubhütte. Von da aus wurde man gefühlt wie an ei-

Kraft hatte, feierte sogar ein bisschen mit. Und für das Rennen gegen die Uhr war diese Unterstützung ebenfalls ein kleiner Booster. Denn so langsam die Athleten den Berg zuvor hinaufgestieft waren, jeder zog die letzten Meter bis zu den Supportern nochmals kurz an. Das ausgeschüttete Endorphin und das eingeschossene Adrenalin trugen einen mindestens bis weiter

spielsweise sämtliche Getränke, Stühle und mehr nach oben. Strom bekamen sie dankenswerterweise von der Zugspitzbahn gestellt. So konnten sie bereits am Freitag lautstark und enthusiastisch jeden Läufer des Garmisch-Partenkirchen Trails anfeuern. Am Samstag saßen sie alle

wieder um 8.30 Uhr in der ersten Gondel zum Kreuzeck hoch und spulten dasselbe Programm nochmals über den gesamten Tag hinweg ab. Nächstes Jahr wollen sie wiederkommen. Gerne mit noch mehr Leuten, jeder sei willkommen. Bereits bei dieser Auflage des ZUT gesellten

sich viele weitere Unterstützer spontan hinzu. „Cheering gibt es bei jedem Marathon, warum also nicht auch beim Trailrunning?“, fragte Clausnitzer. Rhetorisch natürlich, denn die Antwort lieferten die freudestrahlenden Athleten – insbesondere Lara Emmrich im Ziel.

Tief stapeln, hoch gewinnen

Ex-Mountainbike-Profi Andreas Strobel siegt in Senior-Masters-Wertung – Trainingspartner Dominik Gansler wird Achter der Herren

Das eigentliche Ziel war es, überhaupt anzukommen. So sicher war er sich im Vorfeld nicht, ob ihm das auch wirklich gelingt. Gelang. In 4:48:11 Stunden. Damit lief er aber nicht als einer von vielen über die Ziellinie, sondern gar als Schnellster seiner Altersklasse: Sieg in der Wertung Senior Masters der Herren vor Gerd Brettschneider von der LG Staffelsee Murnau (5:00:17). Hört nun jemand aus der Region den Namen zu dieser Zeit, dann schießt einem schnell das Wort Understatement durch den Kopf. Denn die Rede ist von Andreas Strobel – die einstige Rad-Koryphäe.

Früher hat Strobel mit seinem Mountainbike die Rocky Mountains, die Alpen, ganz Deutschland durchquert – immer mitten drin in der Elite. Als dreifacher Familienvater



Zwei aus dem Landkreis ganz vorne: Andreas Strobel (Mitte) aus Garmisch-Partenkirchen gewinnt die Senior-Masters-Wertung des Mittenwald-Trails vor Gerd Brettschneider (l.) von der LG Staffelsee Murnau.

FOTO: PLAN B



Endlich im Ziel: Dominik Gansler entschuldete seinem Kollegen erst auf der Bergab-Strecke.

FOTO: SPORTFOTOGRAF

ter ist er längst kürzergetreten, doch die Kinder halten mächtig fit. Im Winter steigt

er auf die Touren- oder Langlaufski, im Sommer in die Trailrunningsschuhe. Bereits

im Vorjahr hatte er den Base-trail über 24 Kilometer in seiner AK gewonnen. Heuer

setzte der Garmisch-Partenkirchner einen oben drauf, startete beim Mittenwald-

Trail (45 Kilometer, 1920 Höhenmeter). Gemeinsam mit Trainingspartner Dominik Gansler. Die beiden Lehrer traten für das Team Partnachlodge an. Auf der Strecke verloren sie sich immer wieder, mal lag der eine weiter vorne, mal der andere. Nach dem Osterfelderkopf setzte sich Gansler bergab ab. „Mit 30 Jahren läuft es sich runter einfach besser als mit 50“, sagt Strobel lachend. Ganslers Lohn beim dritten Trailrun überhaupt: starker Sechster bei den Männern (4:35:02). „Hatte ich nicht erwartet.“ Genau wie Strobel. Doch beide geben zu: Auch wenn sie sich nicht explizit auf dieses Event vorbereitet haben, „auf Genuss sind wir nicht gelaufen, wollten schon gut sein“, verrät Gansler.

Gut gefallen hat ihnen auch der Zugspitz-Ultratrail

Was lernt man also von den drei Athleten? Tief stapeln, schnell laufen. phi