

## Transalpine-Run 2016

Es ist für jeden ambitionierten Trailläufer ein Traum, einmal beim Transalpine-Run an den Start zu gehen und im Laufschrift die Alpen zu überqueren.

Transalpine-Run von Garmisch-Partenkirchen über Österreich nach Brixen in Südtirol – sieben Etappen – ca. 250 km – ca. 15000 Höhenmeter. Ganz nüchtern stellen sich diese Angaben auf dem Blatt dar. Wer sich jedoch für diese sportliche Herausforderung entschieden und gemeldet hat, stand vor einer immensen physischen, aber auch psychischen Herausforderung. Dessen waren sich auch die beiden WSV-Läuferinnen Lise Wagner, W 50, und Paula Wittmann, W 60, bewusst. Beide strotzten nur so vor Energie und Zuversicht, denn sie hatten sich lange und intensiv auf diesen Extremelauf vorbereitet.

Wittmann war bereits 2010 Finisherin von Ruhpolding bis Sexten in Südtirol, damals in der Kategorie Mixed mit Markus Raith. Außerdem startete sie 2011 erfolgreich mit demselben Laufpartner beim Zugspitz Ultra-Trail über 101 km. Bei derselben Veranstaltung holte sich auch Wagner über 68 km wichtige Eindrücke über derart schwierige Strecken. Trotzdem waren die beiden Laufpartnerinnen, welche unter dem Teamnamen „Woidnüsserl“ starteten, sehr aufgeregt, als am 04.09.16 um 10.00 Uhr in Garmisch der Startschuss über die Distanz von 36,5 km fiel, denn sie wussten, dass sie auf diesem Trail auch in hochalpines Gelände, vereinzelt auch mit Klettersteigen versehen, mussten. 2088 Hm (Höhenmeter) im Aufstieg und 1791 Hm im Abstieg mussten bis zum Tagesziel in Lermos gemeistert werden. Bummeln war hier nicht angesagt, denn die vorgegebenen Cut-Zeiten machten es den Amateuren unter den knapp 300 Teilnehmern sehr schwer, auch noch die schöne Gegend zu genießen. Wer dieses Zeitlimit überschritt, wurde von der weiteren Teilnahme ausgeschlossen. So erreichten in der Women-Wertung, bei welcher es keine Altersklasseneinteilung gab, von 34 Teams nur 17 das Ziel, denn auch Verletzungen und vor allem Selbstüberschätzungen forderten ihren Tribut. Für die beiden Bayerwald-Damen lief es an diesem Tage gut. Ihre erste Etappe meisterten sie in 6.33.26 Std. auf dem 17. Rang.

Noch ziemlich fit, starteten beide am nächsten Tag über 33,8 km mit 2023 Hm im Auf- und 2237 Hm im Abstieg. Erstmals wurde die Höhe von 2000 m überschritten. Nach 6.01.00 Std. durchliefen die „Woidnüsserl“ ziemlich geschlaucht als 17. der Tageswertung in Imst das Ziel.

Waren die beiden ersten Etappen schon sehr anspruchsvoll, so wartete anderntags die mit 47,9 km längste und härteste Etappe mit 3037 Hm im Aufstieg und 2144 Hm im Abstieg auf alle Teilnehmer. Im ständigen Auf und Ab über die Pitztaler Trails ging es bis zum Ziel in Mandarfen. Eine zermürbende Strecke über Steine und Geröll machte den bleischweren Beinen ein zügiges Laufen einfach unmöglich. Stürze, welche jedoch alle glimpflich ausgingen, ließen sich hier auch beim Einsatz von Stöcken nicht vermeiden. Glücklicherweise blieben die Viechtacherinnen von Blasen verschont. Die Zeit von 11.53.44 Std. sagt eigentlich alles über diese extrem schwere Strecke aus. Völlig ausgelaugt passierte die beiden Läuferinnen als 17. das Ziel.

Todmüde fanden sich Lise und Paula am nächsten Morgen am Start ein. Heute stand die Etappe nach Sölden auf dem Programm: 25,7 km, Aufstieg 1887 Hm, Abstieg 2214 Hm. Die erste Gletscheretappe aller 12 ausgetragenen Transalpine-Runs hatte es wahrlich in sich, denn auf knapp 3000 m Höhe führten die Trails über das ewige Eis des Rettenbachferners. Zum Glück hielt das Wetter, wie auch an allen anderen Tagen, gut an. Ein Laufen war größtenteils gar nicht mehr möglich. Auch der lange Abstieg nach Sölden forderte viel Kraft und Konzentration. Rang 17 und die Zeit von 7.03.53 Std. reichten aus, um die Position zu halten.

Pech hatte Lise Wagner beim Start zur fünften Etappe nach St. Leonhard. Schon der Startbox befindlich, bekam sie plötzlich starkes Nasenbluten, welches erst durch Tamponieren gestillt werden konnte, jedoch beim Laufen über die 33,3 km lange Strecke mit 1453 Hm im Aufstieg und 2111 Hm im Abstieg behinderte. Trotz allem meisterten beide Läuferinnen diesen Streckenabschnitt bravourös, erreichten nach 6.24.41 Std. das Ziel und erreichten an diesem Tag die 16. Zeit.

Am anderen Tag „erwischte“ es Paula. Welche große Magenproblem hatte und kaum mehr etwas essen konnte. Doch an eine Aufgabe war nicht zu denken. Durch die Motivation von Teamkollegin Lise angeregt, ging es plötzlich wieder gut weiter auf der Strecke von St. Leonhard nach Sarnthein, 33,6 km lang, 2440 Hm im Aufstieg und 2153 Hm im Abstieg. Auch dieser Abschnitt war nicht zu unterschätzen, wenngleich erstmals stellenweise Wanderwege für eine Motivation sorgten. Noch immer kämpfte das Viechtacher Team um eine evtl. Gesamtplatzierung von 16 oder gar 15. Mit Rang 14 und der Zeit von 8.25.18 Std. waren beide sehr zufrieden.

Endlich war sie da, die letzte Etappe. Immer hatten die beiden Bayerwaldläuferinnen ihr Tageslimit erfüllt, während nach und nach mehrere Pärchen aus der Gesamtwertung genommen werden mussten. Als hätten

sie die „zweite Luft“ bekommen, so setzten sich Lise und Paula vom Start weg in Richtung Brixen in Bewegung. 36,4 km, 1934 Hm im Aufstieg und 2348 Hm im Abstieg lagen noch vor ihnen. Ein ca. 15,0 km langer Anstieg kostete noch einmal sehr viel Energie. Trotzdem konnten die beiden WSV-Läuferinnen, eigenen Angaben zufolge, an diesem Tage die Schönheit der herrlichen Südtiroler Landschaft genießen. Ja, sie befanden sich zum Abschluss in einer sehr guten und nicht erwarteten Form, dass sie mehrere Laufpaare distanzieren und das Feld von hinten aufrollten, denn mit einer Zeit von 7.23.99 Std. erreichten sie beim Zieldurchlauf mit Rang 10 die beste Tagesplatzierung, welche ihnen überraschend den 15. Platz in der Gesamtwertung einbrachte.

Groß war die Freude beim Zieleinlauf, als Lise und Paula von ihren Angehörigen, aber auch vom sportlichen Publikum angefeuert und bejubelt wurden.

Bald werden die Strapazen dieser außergewöhnlichen Laufveranstaltung vergessen sein; die Erinnerung an dieses unbeschreibliche Erlebnis bleiben jedoch bestehen.



(Lise Wagner und Paula Wittmann Töchterchen Maria beim Zieleinlauf)

**WSV Viechtach gratuliert seinen Läuferinnen zu dieser Superleistung herzlichst!**

