

## Geschwisterpaar meistert Ultramarathon im Dschungel Thailands

Schon die Ausschreibung verriet es, dass es sich bei dieser Veranstaltung um einen extrem schweren Lauf durch den Dschungel im Norden Thailands, nahe der Grenze nach Burma, handeln musste, galt es doch, einen etwa 50 km langen Rundkurs mit je ca. 2500 Höhenmetern im Auf- sowie im Abstieg auf schwer zu laufenden Pfaden sowie der Durchquerung von 13 Flüssen mit hüfttiefem Wasser zu bewältigen. Gerade diese Kriterien veranlassten Markus Raith, M 40, sowie dessen Schwester Martina Danielak-Raith, W 35, hier ihre Fitness zu beweisen. Während Markus schon an zahlreichen Extremsportveranstaltungen erfolgreich teilgenommen hatte, wagte sich Martina mit gemischten Gefühlen, aber vollem Selbstvertrauen, erstmals an eine derartige Herausforderung und hielt sich eisern an den erstellten Trainingsplan. Auch Markus trainierte täglich, denn er konnte am ehesten erahnen, was sie beide erwarten würde.

Dann war es soweit. Nach 14 Tagen Akklimatisierung in Thailand fiel morgens um 06.00 Uhr bei 28 Grad (Celsius) in Banthum, mitten im Dschungel gelegen, der Startschuss für etwa 100 „laufverrückte“ internationale Teilnehmer, welche wegen der noch anherrschenden Dunkelheit im Dschungel mit Stirnlampen laufen mussten. Wegen der Trauerfeierlichkeiten für den verstorbenen thailändischen König Bhumibol mussten alle Teilnehmer einen Trauerflor am Oberarm tragen. Wurzeln, Felsbrocken, Sträucher und hohe Gräser machten ein normales Laufen unmöglich. Bald war die erste Schikane erreicht. Auf einer Strecke von knapp 1,5 km mussten ca. 650 Höhenmeter bewältigt werden. Ein Pfad war nicht oder nur schwer zu erkennen. Hier war Trittsicherheit angesagt. Stellenweise musste auch geklettert werden. Fast noch schlimmer war jedoch der Abstieg.

Zwischenzeitlich war die Temperatur auf über 30 Grad geklettert. Dazu kam noch die hohe Luftfeuchtigkeit. Die mitgeführten Wasservorräte reichten jedoch bis zu den jeweiligen insgesamt vier Verpflegungsstellen. Ohne Kopfbedeckung wäre ein Lauf bei diesen tropischen Temperaturen, welche auf 34 Grad gestiegen waren, nicht zu absolvieren gewesen.

Beim Durchqueren der erwähnten hüfttiefen 13 Flüsse bestand erhöhte Sturzgefahr. Es war alles andere als angenehm, mit tropfnasser Kleidung und Laufschuhen den Lauf fortzusetzen.

Schreckhaft durfte niemand sein, denn Schlangen, Riesenspinnen und sonstiges Getier wechselten die Trampelpfade oder machte es sich auf diesen gar bequem.

Nur kurz wurde an den Verpflegungsständen verweilt. Dann ging es, wenn auch immer langsamer, Richtung Ziel weiter, und zwar immer bergauf und bergab. Jetzt galt es, sich seine noch verbliebenen Kräfte bestens einzuteilen. Auch für die beiden WSV-Starter lautete die Devise, einfach nur das Ziel erreichen und einen evtl. Gedanken, das „Rennen“ zu beenden, aufkommen zu lassen, traf man doch immer wieder auf Teilnehmer, welche es nicht geschafft hatten und den Lauf beendeten. Doch Markus, welcher die gesamte Strecke allein gelaufen war, und Martina, die ab etwa km 20 mit einer amerikanischen Laufpartnerin unterwegs gewesen war, erreichten völlig ausgelaugt und zerkratzt, jedoch ohne Blasen an den Füßen, das Ziel.

Völlig egal waren jetzt Zeit und Platzierung, denn jeder Finisher durfte sich als „Sieger“ fühlen und stolz auf seine erzielte Leistung sein.

Trotzdem brauchten sich die Geschwister nicht zu verstecken. Die Uhr zeigt bei Markus 7.51 Std. an, was Rang 13 im Gesamteinlauf bedeutete, während Martin nach 11.37 Std. als 54 von 70 Teilnehmern, welche das Ziel erreicht hatten, gewertet wurde. Stolz konnten beide ihre Medaille und Urkunde in Empfang nehmen. Dieser Lauf wird Markus und Martina sicherlich immer in Erinnerung bleiben.

