

## Läuferreise zum 4. LGT Alpin Marathon 13.06. bis 15.06.2002

Nun ist auch die erste diesjährige Läuferreise zum 4. LGT Marathon nach Liechtenstein schon wieder Geschichte.

Nach dem Kaiserwetter des letzten Jahres mit schwülwarmen Temperaturen weit über 30 Grad, ließen auch die jetzigen Wetterprognosen ein solches Wetter erwarten. Am Freitag Mittag angekommen, wurden wir mit strahlendem Sonnenschein und blauem Himmel überrascht. Ein ca. 3 stündiger Erkundungsspaziergang auf der Marathonstrecke zeigte uns die zu erwartenden Schwierigkeiten zwischen Kilometer 25 und 37 auf. Hier wechselten sich langgezogene, befestigte Waldwege mit hochalpinen Trampelpfaden ab. Die ersten Kühe standen auf den Hochweiden über 1300 Metern und aus den sonnenüberfluteten Bergwiesen entstieg ein angenehm würziger Geruch. Für unsere glückliche Gewinnerin ( Pizzalauf ) der vom Reisebüro Erfordia und dem Laufladen Erfurt/Jena gesponsorten Reisetilnahme waren diese Eindrücke so stark, daß sie sich kurzentschlossen zu einer Teilnahme am Marathon entschied. Die Ummeldeformalitäten für Regina wurden am Lauftag vom Veranstalter innerhalb weniger Minuten völlig unkompliziert durchgeführt, ohne zusätzliche Gebühren zu erheben.

Der Veranstaltungstag begrüßte uns erneut mit sonnigem Wetter. Wie im letzten Jahr erfolgte der Start gegen 9.00 Uhr und die ersten Kilometer auf dem Rheindamm wurden bereits im praller Sonne zurückgelegt. Alle unsere Läufer gingen diszipliniert an den Lauf, schonten ihre Reserven auf dem ersten Teilstück. Sie waren gut damit beraten, die ersten 1000 Höhenmeter von km 11 bis 21 schnell zu gehen, statt zu laufen. Dies war teilweise schneller und natürlich kraftsparender als Laufen.

Ich hatte mich zum ersten Mal schweren Herzens entschlossen, aufgrund der bevorstehenden Teilnahme am Zermattmarathon auf einen Start zu verzichten, hatte mich aber bereiterklärt, mit Katrin 1,5 Stunden vor dem Läuferfeld die letzten 17 km und 800 HM des Marathon's laufend zu absolvieren, ihr ein Tempogefühl für das Laufen in den Bergen zu vermitteln. Im letzten Jahr ist sie nur mehr gewandert und diese Mal bereits die gesamte Strecke durchgelaufen. Sie peilt im nächsten Jahr ihren ersten Halbmarathon in den Bergen an und hat hoffentlich die Angst vor Zeiten und Plazierungen verloren, steht doch der Erlebniswert im Vordergrund.

Die Tagestemperatur stieg immer höher und forderte von den Teilnehmern insbesondere nach dem Mittag alles ab. Unsere kleine Truppe erreichte im Zeitspektrum von 5:23 bis 6:32 Stunden erschöpft, aber glücklich das Ziel in Malbun. Alle kamen oben an, es gab keine Ausfälle. Ich versuchte Günter auf den letzten 5 Kilometern im Talkessel von Malbun noch ein wenig aufzumuntern und nahm mit ihm gemeinsam die Runde unter die Füße. Es ist nicht einfach, 50 Meter am Ziel vorbeizulaufen und während der gesamten letzten 5 Kilometer ( 250 HM ) mit Sichtkontakt zum Ziel alle Einläufe akustisch zu vernehmen. Der Veranstalter hatte eine Hubbühne neben dem Ziel und einen Lautsprecher in ca. 10 m Höhe postiert. So wurde der Talkessel weiträumig beschallt.

Weit nach Günter erreichte auch der älteste Läufer mit 78 Jahren das Ziel seines 625. Marathon's in reichlich 8,5 Stunden !!!

Und als ob der Wettergott ein Einsehen hatte - nachdem alle wichtigen Utensilien verpackt und verstaut waren, verfinsterte sich der Himmel, ein Unwetter zog auf und entlud sich mit Blitz, Donner und wolkenbruchartigem Regen, der bis zum Mittag des Sonntags anhielt.

Dadurch wurden wir in unserer Planung, den hochalpinen Fürstensteig bis zur Gafadurahütte des Liechtensteiner Alpenvereines unter die Wanderbeine zu nehmen, etwas umgeworfen. Wir nutzten die Zwangspause zur Besichtigung des Besucher - Eisenerszbergwerkes in Gonzen, fuhren dort mit einer Grubenbahn 2 km in den Berg und konnten uns vor Ort über die Arbeitsbedingungen der Bergleute bis zur Schließung im Jahre 1968 informieren. Nach der Ausfahrt aus dem Berg war der Himmel wieder frei und wir stiegen gleich in den Fürstensteig ein. Für die meisten unserer

Teilnehmer war diese 5 stündige alpine, Trittsicher - und Schwindelfreiheit erfordernde Wanderung auf ausgesetzten Wegen hoch über dem Rheintal auch eine neue Erfahrung. Ich denke aber, sie gut geführt und mit einem rustikalen Hüttenabend entschädigt zu haben. Bei einem Hefeweizen, original Liechtensteiner Chrüdli, Röstis und natürlich dem Rennsteiglied hoch oben in den Bergen ließen wir den Tag und die Reise ausklingen.

Ich freue mich persönlich insbesondere darüber, erneut Sportfreunde kennengelernt zu haben, denen Zeiten bei Läufen völlig unwichtig sind. Bei ihnen steht das gemeinsame Erleben mit dem Ehepartner oder Freund, in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter, das „In-sich-auf-saugen“ von purer Natur deutlich im Vordergrund.

Wenn wir ihnen mit unseren Reisen etwas Neues vermittelt oder sie in ihren bisherigen Anschauungen bestätigt haben, erfüllt auch mich dies mit Genugtuung. Vielleicht treffe ich einige Sportfreunde bei unseren bevorstehenden Reisen zum Zugsitzhalbmarathon, nach Zermatt, Venedig oder zum Jungfraumarathon wieder.

Frank Lehmann