

Davos 2021 – eine Herausforderung und zwei Pässe

24./25. Juli 2021

ein Bericht von Carmen Schmid und Helmut Brock

Ein Berglauf unterscheidet sich schon sehr von anderen Laufwettbewerben. Die zu bewältigenden Höhenmetern erzeugen bei den Teilnehmern und mehr noch bei ihren Fans Respekt vor der Aufgabe. Auf der anderen Seite entschädigt die Läufer ein wundervolles Panorama und der Druck nach Bestzeiten entfällt.

21 Läuferinnen und Läufer des TSV Neustadt hatten sich den SwissAlpine Halb- und Ganz-Marathon in Davos als Herausforderung ausgewählt. Eigentlich schon für 2020, aber in dem Jahr war die Covid bedingte Unsicherheit zu groß, so dass die Teilnahme auf 2021 verschoben wurde.

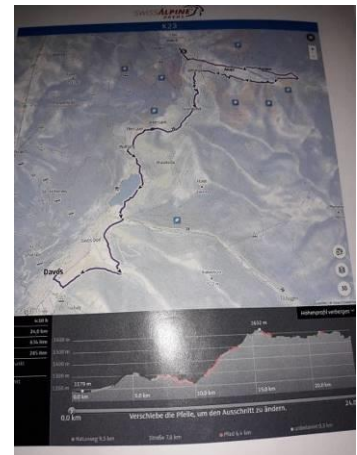
Ralf hat die Reise hervorragend geplant, Hotels und Restaurants gebucht. Darüber hinaus hat er aber auch ein tolles, abwechslungsreiches Vorbereitungstraining organisiert. Jedes Wochenende wurde eine neue, unbekannte Strecke in der Waiblinger Umgebung angeboten. Den Teilnehmern hat es großen Spaß gemacht, obwohl jedes Mal ordentlich Höhenmeter bewältigt werden mussten.

Anreise

Dann ist es endlich soweit. Am Freitag fährt unser Läuferteam samt Begleitern nach Davos. Nicht jeder nimmt den direkten Weg, sondern genießt die Fahrt durch die prachtvolle Bergwelt. Dieser Tag wird in aller Ruhe mit einem Bummel durch den Ortskern von Davos und dem Abholen der Startunterlagen verbracht. Die gibt es aber nur nach Vorlage von Ausweis und Test- oder Impfnachweis. Zwei wichtige Dokumente!

1. Wettkampftag (Carmen Schmid)

Der Samstag beginnt mit gutem Wetter und hoch motivierten Halbmarathon LäuferInnen.



Die sechs haben sich den sogenannten „Lauf für Genießer“ vorgenommen: den K23 mit knappen 24 km und stattlichen 634 Höhenmetern. Ein Naturerlebnis pur. Bei schönstem Wetter gehen wir in Klosters an den Start. Von Klosters führt die Strecke nach Monbiel und von dort durch die wilde Schlucht, der sogenannten Stützbachschlucht, hoch hinauf zum Wolfgangpass. Weiter geht es am Davoser See vorbei zum Ziel im Stadion.

Herzlichen Glückwunsch an alle, speziell für Natalie, die ihren ersten langen Lauf mit vollem Erfolg meisterte! Ebenso an die glücklichen Walker, Heidi und Nils, die die 5 Stunden unterbieten konnten!



Während die Halbmarathon LäuferInnen das Panorama im Tal genießen, schlendern die Marathon Läufer um die Gipfelstation des Jakobhorns, um sich für den kommenden Tag ein wenig an die dünne Höhenluft zu gewöhnen.

2. Wettkampftag (Helmut Brock)

Für die Marathonis heißt es früh aufstehen. Unbarmherzig klingelte um fünf Uhr der Wecker. Einige LäuferInnen sind allerdings bereits vorher wach. Ist es die Höhenluft oder die Aufregung? Das Frühstücksbüffet ist bereits aufgebaut, so dass es noch für eine kleine Stärkung vor dem Lauf reicht. Viertel nach sechs geht es dann auch schon Richtung Start.



So früh am Morgen ist es mit ca. 12 Grad frisch, aber nicht kalt. Die Sonne scheint schon und alle sind gut gelaunt. Noch schnell ein Gruppenfoto und dann geht es auch schon los.

Die Marathonstrecke führt einmal rund um das Bergmassiv des Jakobhorns. Dürrboden, Scalettapass, Serdigpass, Serdig Dörfli und Clavadel sind die wichtigsten Wegpunkte. Dieser Marathon ist eine echte Herausforderung.

Da ist einmal die Höhe. Der Start liegt bereits auf einer Höhe von 1500 m und auf den Pässen kommt man über 2600 m. Dazu kommt der Laufuntergrund. Von den 42 km sind maximal 2 km Asphalt- oder Schotterwege. Die restlichen 40km sind beste Trails voller Steine und Wurzeln. „Gesund ankommen“ ist das Mantra dieses Laufs.

Dazu kommt noch das Wetter. Der Veranstalter hatte für alle Läufer die Mitnahme von (warmer) Regenkleidung vorgeschrieben. Beim Frühstück scherze ich in Angesicht der lachenden Sonne und des Wetterberichts darüber, aber beides kann sich schnell ändern. Bei km18 fängt es an zu nieseln und ich bin froh um die Regenjacke in meinem Rucksack. Als ich dann oben auf dem Sertigpass stehe und die Wolken das Tal hochkriechen sehe, ahne ich, dass es noch sehr ungemütlich werden wird.

Um ehrlich zu sein, es hätte schlimmer kommen können. Die Temperaturen sind mit knapp 10 Grad auch in der Höhe noch erträglich. Für Susanne und Petra gibt es an der Verpflegungsstation am Serdigpass einen wärmenden Regenponcho. Gut, die Finger sind zu klamm, um das Handy für ein Foto aus der Tasche zu ziehen, aber der Regen lässt leider auch keine wunderbaren Panoramafotos zu. Dafür wird der Weg in einen Schlammbrei verwandelt, aus dem Steine und Wurzeln herausragen. Das ist ein wenig Schade. Denn wir laufen durch eine wunderbare Bergwelt.

Das Streckenprofil hat es allerdings in sich, obwohl „nur“ 1400 Höhenmeter zu bewältigen sind. Diese sind allerdings so steil, dass große Passagen, zumindest für mich, nur gehend zu bewältigen sind. Dafür will ich auf der zweiten Hälfte, bei der es bergab zurück nach Davos geht, Zeit gut machen.

Wollen und können sind aber zwei Dinge. Die beiden Pässe haben in der Höhe viel Kraft gekostet und das Bergab-Laufen haben wir nicht trainiert. So bleibt es beim Vorsatz.

Der Regen lässt nun etwas nach je näher wir Davos kommen. Im Ziel hat er dann endgültig aufgehört. So kann ich noch einmal an die Strecke zurück und den noch folgenden LäuferInnen unseres Teams auf den letzten Metern zujubeln.

Dann zieht eine gut gelaunte und zufriedene Mannschaft in Richtung Hotel. Ja, das Wetter war ungemütlich, aber nicht unerträglich. Ja, die Strecke war sehr schwer, aber auch ein wunderschöner Trail bei dem man sein läuferisches Können unter Beweis stellen konnte. Und erfolgreich waren wir auch: Es sind alle ins Ziel gekommen und das deutlich vor Zielschluss. Karin hat ihren ersten Bergmarathon absolviert. Außerdem wurden sogar noch zwei Altersklassenplatzierungen bei den Frauen errungen.

Das musste natürlich gebührend gefeiert werden. Spontan wurde ein Disco-Abend organisiert (Corona konform) mit Werner als Disco-Jockey. Erstaunlich wie locker und ausdauernd Marathonis am Abend tanzen können, die am Morgen wirklich Alles gegeben haben. Gutes Training bringt halt schnelle Regeneration und rhythmische Beine.

Ergebnisse

Halbmarathon Frauen (303 Starterinnen)

162.	Natalie Thomas	3:01:31	54. AK W30
227.	Carmen Schmid	3:19:16	29. AK W50
264.	Kerstin Sigle	3:34:59	39. AK W50
298.	Heidi Huss	4:47:04	47. AK W50

Halbmarathon Männer (411 Starter)

279.	Ilija Stojanovic	3:01:33	68. AK M40
402.	Nils Schellroth	4:47:04	95. AK M50

Marathon Frauen (137 Starterinnen)

22.	Elke Böllmann	5:11:37	2. AK W50
57.	Kerstin Schönherr	6:11:10	13. AK W40
107.	Lucia Kurfess	7:15:09	23. AK W50
108.	Karin Klitzke	7:15:09	7. AK W60
113.	Heidi Dierolf	7:29:01	25. AK W50
116.	Ina Grohn	7:44:37	1. AK W70
118.	Petra Fink	8:02:31	28. AK W50
119.	Susanne Steyer	8:02:33	29. AK W50

Marathon Männer (382 Starter)

153.	Elmar Hampp	5:34:21	28. AK M50
236.	Ilija Stojanovic	6:11:09	61. AK M40
239.	Helmut Brock	6:11:32	16. AK M60
306.	Matthias Schell	6:52:10	83. AK M50
314.	Ralf Frey	7:00:15	88. AK M50
342.	Werner Weber	7:29:01	96. AK M50
356.	Rolf Schwarz	7:44:37	44. AK M60

Impressionen vom Lauf



