

Saisonstart=ZweiMalErster ;-)

Ein Einstieg in die Saison wie man sich das nur wünschen kann. Zwei Rennen, zwei Siege. Bin super happy darüber und habe meine eigenen Erwartungen übertroffen. Trainingsmäßig war der Saisonstart sicherlich sehr gut, weil ich aufgrund des wenigen Schnees rund um Graz eigentlich den ganzen Winter durchlaufen konnte (und keinen einzigen Skitag vorzuweisen habe). Nachdem ich November und Dezember einfach ohne Plan und nach Lust und Laune rumgelaufen bin, ging es ab dem Jänner wieder etwas strukturierter zur Sache.

Beim Azores Columbus Ultra Trail (77km, 3400posHm) Ende Februar hatte ich das Privileg mit einigen Salomon Teamkollegen eine Woche vorab anzureisen und einige dieser wunderschönen Vulkaninseln laufend zu erleben. Wir sind viel gelaufen und ein richtiger "Taper" sieht vermutlich anders aus; aber es hat einfach Spaß gemacht und außerdem war ja sonst nichts zu tun für mich (keine Zeit im Bürosessel, maximal Espresso um 56cent schlürfen). Somit bin ich sehr entspannt in das Rennen gegangen und hab mir eigentlich nicht viel erwartet. Nachdem die Beine sich gut angefühlt haben, und ich mit Philipp (a.k.a. dem Zauberlehrling) mithalten konnte, stellte sich ein schöner Rhythmus ein, der mich ins "Zwischenziel" der Marathonstrecke als inoffiziellen 5. einlaufen ließ. Sehr genial. Danach war zwar ein kleines Tief und ich musste kämpfen um wieder Fahrt aufzunehmen; aber die letzten flachen - trotzdem technisch anspruchsvollen - Kilometer liefen wieder. Und der Zielmagnet sowie die Angst dann doch noch eingeholt zu werden lassen einen dann immer schneller laufen. Erstes Rennen 2016, erster Sieg. Was will ich mehr. Und das noch mit so vielen netten Freunden und Gleichgesinnten. So darf es weitergehen...

Mitte April der erste 100 Meiler. Ok, eigentlich ein 105-Meiler, weil 173km. 100 Miles of Istria mit seinen 7120posHm. Als Ultra Trail World Tour Future Event war das Starterfeld auch gleich nochmals etwas interessanter als letztes Jahr. Nur Marjan, der Sieger vom letzten Jahr fehlte leider. Das Wetter war freundlicher als 2015 und wir starteten auch 3 Stunden früher. Letztes Jahr ging es mit Marjan rasant los und wir haben von Anfang an Tempo gemacht. Nachdem dies funktioniert hatte und sich auch dieses Mal die Beine gleich wieder gut anfühlten, versuchte ich gleich loszulegen. Gesagt, getan. Die erste Labestation nach 18 km war in 1:29 erreicht. Alen (der Rennleiter) meinte nur: „Take care, you are too fast!“. Auch wenn es blöd klingen mag, aber langsamer wird man eh zwangsweise bei so einem langen Lauf und ich erhoffte mir so einen kleinen Vorsprung. Nicht lange und Patrick (Bohard, FRA) hatte mich eingeholt; wir liefen zusammen über den höchsten Punkt der Strecke (dem Vojak). Dann setzte die Nacht ein und unsere Stirnlampen arbeiteten sich voran. Bei km 60 hab ich mich dann leider über ein paar Wurzeln ausgebreitet und der linke Oberschenkel von nun an beleidigt. Patrick erarbeitete sich einen kleinen Vorsprung und ich konnte in bei den Labestationen ab und zu sehen. Buzet; Halbzeit. Km 89.3: 9:54h. Essen fassen und weiter. In Hum beginnt das Morgengrauen und mir wird das erste Mal kalt. Windjacke an und weiter. Der Oberschenkel macht Probleme und ich muss die Zähne zusammen beißen um es nach Motovun zu schaffen. Dort treffe ich wieder auf Patrick und auch er hat Probleme. Leistengegend. Gemeinsam machen wir uns auf die letzten km; es ist ja nur mehr ein Marathon ;-)...kurz darauf aber überholt mich Toni (Vencelj, SLO) und er sieht verdammt locker aus. Ich mobilisiere all meine Kraft und versuche nicht auf die Oberschenkel zu hören. Es gelingt und zur nächsten Labestation geht es wieder flotter dahin. Nun als Zweiter hinter Toni. Patrick muss leider aufgeben. Kurz vor der vorletzten Labestation überhole ich Toni, nutze meine Chance und gebe nochmals Gas. Von Groznjan nach Buje laufe ich die 7.7km

in 44:37min. Wie? Keine Ahnung. Aber mit der Angst im Nacken („running scared“) vermutlich. Die letzten 13.4 km waren dann „nur“ mehr Kopfsache und wieder einmal hat der Zielmagnet geholfen. Was für ein Gefühl auf den letzten Metern. Super happy und überglücklich. Und erschöpft. Unter 20 Std. (19:49:43h) für die 173km. Das ist eine 6:55min/km Pace! Aber ist mir im Moment ganz egal. Ich darf Silke (a.k.a. the crew, die sich wiederum eine Nacht für mich um die Ohren geschlagen hat um bei fast jeder Labestation mich zu versorgen!) umarmen und nach einem kleinen Interview bekomme ich mein verdientes Bierchen (welches ich nicht allzu lange unten behalte; aber das ist eine andere Geschichte).

Also dann Erholung; Beine hoch und etwas Ausruhen sowie den anderen Läufern applaudieren...

Was kann ich sagen. Es ist gut gelaufen. Und das dank all der vielen lieben Menschen um mich rum! Danke! Geniale Events (Danke Mario & Alen!), geniale Unterstützung (Danke Crew! Danke ihr Sponsoren!) und ein Trainingsplan der es mir erlaubt neben der Arbeit für solche Erlebnisse fit zu sein: Danke Seppi!