

Toller Erfolg einer LPSV-OÖ-Staffel bei Europas größtem 24-Stunden-Benefizlauf

Zum 20. Mal fand am 11. Juli 2009 Europas größter 24-Stunden-Benefizlauf in Wörschach/Stmk. statt. Da dieser Lauf unter dem Motto „Man sollte sich nicht immer fragen, was leistet der Mensch sportlich, sondern was leistet der Sport menschlich!“ steht, zählt dort nicht nur die sportliche Ultraausdauer-Herausforderung, auf einem 2,323-km-langen Rundkurs in 24 Stunden so viele km wie möglich zu schaffen, sondern auch der Benefizgedanke, soviel Spendengeld wie möglich für karitative Zwecke aufstellen zu können. Genau aus diesem Grund ist dieser Lauf in ganz Europa bekannt und wird von Medien und Publikum dementsprechend gewürdigt.



die Zeltstadt

Während der unzähligen Bereitschaftsstunden im Zuge der EURO 2008 entstand bei „Lentos 51“ der EE OÖ irgendwann ohne groß darüber nachzudenken die Idee, bei diesem Event im nächsten Jahr doch ganz einfach mitzumachen. Für ein paar Hobbyläufer, von denen erst zwei wenigstens Marathonerfahrung aufweisen konnten - im Zuge der Vorbereitung sollte sich ein dritter dazugesellen - eine doch ganz gewagte Ansage und dementsprechende Herausforderung. Vor allem deshalb, weil auch gleich festgelegt wurde, dass „nur dabei

sein“ auf jeden Fall zuwenig sei und vielmehr ein Netto-Schnitt von mind. 5:00 min/km über die gesamte Renndauer angepeilt werden sollte, was 288 km entsprechen würde. Nichts desto trotz war über kurz oder lang mit Roland Schwendner, Norbert Pimingstorfer, Andreas Fellhofer und meiner Wenigkeit eine motivierte 4er-Staffel aufgestellt und mit Bernhard Bratter, Werner Drescher und Michael Wolfschlucker ein ebenso motiviertes Betreuersteam.

Und so ging es ab Ende 2008 nach einer entsprechenden Sitzung daran, Nägel mit Köpfen zu machen und neben dem ohnehin bereits begonnenen umfangreichen Training der Läufer die spezielle Vorbereitung „des Events des Jahres 2009“ zu starten. Neben intensiver Sponsorensuche und zahlreicher logistischer Organisationsmaßnahmen standen vor allem monatliche gemeinsame Trainingsnächte auf dem Programm, in den Wintermonaten auf einem Laufband, später im Freien. Teambuilding und Gewöhnung an diesen unüblich lang anhaltenden Wechsel von Be- und Entlastung sowie aller notwendigen Begleitmaßnahmen waren angesagt. Diese Nächte sollten sich später unglaublich bezahlt machen, konnte doch jeder über sich selbst unglaublich viel dazulernen, Stärken und Schwächen unter solcher Belastung einschätzen lernen, vor allem aber konnten die Betreuer ihre „Schäfchen“ besser kennenlernen und wussten über deren notwendige „Behandlung und Versorgung“ und auch die dafür erforderliche Logistik Bescheid.



Koch Werner Drescher bei der Arbeit

So ging es dann am Vortag des Wettkampfs einerseits mit recht optimistischer Einstellung nach Wörschach, gleichzeitig machte sich aber natürlich auch Skepsis und etwas Nervosität vor dem

Unbekannten breit und den „Umständen“, die uns jenseits der bereits bekannten Trainingsumfänge, also 10 oder 12 Stunden, erwarten würden. Fotoshooting für die zahlreichen Sponsoren, Startnummernausgabe, Streckenbesichtigung, Erkundung unseres zugewiesenen Zeltplatzes, Füllen der Kohlehydratspeicher und baldige Bettruhe standen am Programm – Wettkampffeeeling stellte sich ein.



gewaltige Stimmung am Start

Während die Läufer am Wettkampftag versuchten, solange als möglich auszuschlafen, was aber zugegebenermaßen wegen leichter Nervosität auch nicht jedem im gewünschten Umfang gelang, waren unsere Betreuer bereits seit den frühen Morgenstunden gefordert und auf den Beinen. Vorkochen der Wettkampferpflegung und Aufbau der gesamten Logistik in unserem Zeltstützpunkt wurden perfekt erledigt, sodass wir uns gegen 12.00 Uhr bereits richtig gemütlich einrichten konnten und uns alle zusammen noch einmal in Ruhe richtig für die bevorstehende Aufgabe einzustellen versuchten. Die unglaubliche Anzahl von Läufern (neben den 4er-Staffeln unzählige Einzelläufer und Mega-Staffeln) und

Zuschauern, die Atmosphäre in der Zeltstadt, entlang der gesamten Strecke aber vor allem im Start- bzw. Rundenzählbereich und auch das perfekte Laufwetter taten ihr übriges. Es kam einem von Anfang an so vor, dass hier alle „gemeinsam“ was Großes schaffen wollen und nicht unbedingt jeder für sich alleine, wie man es vielleicht von „normalen“ Wettkämpfen gewohnt ist.

Und so durfte ich Punkt 14.00 Uhr als Startläufer der Staffel „LPSV OÖ powered by Kornspitz“ unser großes Abenteuer eröffnen und nach meinen eineinhalb Eröffnungsrunden direkt vor unserem Zeltstützpunkt an meinen nachfolgenden Teamkameraden die Armschleife übergeben. Ab jetzt galt es, unsere vorbereitete Taktik – die gesamten 24 Stunden rundenweise abzuwechseln und jede 2,323-km-Runde in einer hohen 10-min-Zeit zu absolvieren – umzusetzen und damit mindestens unser ursprünglich gesetztes Ziel, sollte es ganz gut laufen die hochgegriffene und nur wenigen vorbehaltenen 300-km-Marke zu erreichen. Dies lief eigentlich auch perfekt, und der Umstand, dass wir mit diesen Rundenzeiten in den ersten Stunden im abgeschlagenen Feld lagen und auf der Strecke überholt wurden, als wären viele andere bei einem Halbmarathon im Rennen, brachte uns nicht aus der Ruhe. Wir waren ja bloß eine Hobbystaffel von Neulingen bei ihrem ersten Ultralaufversuch und außerdem wird ja bekanntlich erst am Schluss abgerechnet. Jede einzelne Runde wurde von unserer Crew akribisch notiert, ausgewertet und gegebenenfalls wurde korrigierend eingewirkt. Und auch das sollte sich noch bezahlt machen ☺



Norbert übergibt an Andreas

Als wir in die beginnende Nacht hineinliefen, lagen wir zwar weiterhin eher am Ende des Feldes, für uns lief es aber trotzdem eigentlich planmäßig und wie am Schnürchen. Gewaltige Stimmung entlang der gesamten Strecke, die Bewohner, Zuschauer und alle Betreuer teams feuerten sämtliche Läufer nahezu fanatisch an, Lagerfeuer, Fackeln und sogar ein Feuerwerk um Mitternacht taten ihr übriges und ließen die Runden wie im Flug vergehen. Die zweite Rennhälfte begann und den ersten ganz normalen Ermüdungs- und Verschleißerscheinungen musste gekonnt getrotzt werden. Und spätestens jetzt machte sich die unglaublich professionelle Vorbereitung und Arbeit unserer Betreuercrew eindrucksvoll bemerkbar. Während „Konkurrenten“ in Schlafsäcken eingewickelt am Boden vor dem Lagerfeuer saßen und dort versuchten, ihr Laufgewand zu trocknen, hatten wir in



dem Teamchef Bernhard Bratter entgeht nichts

unserem 40-qm-Zelt beinahe Hotelkomfort. Jeder wurde nach seinem „Split“ von unserem Teamchef Bernhard Bratter, welcher für die gesamte äußerst aufwendige Organisation und Logistik inkl. Auf- und Abbau verantwortlich zeichnete, am Streckenrand erwartet, konnte sich im von der Heizkanone auf angenehme Raumtemperatur aufgewärmten Zelt entspannt umziehen und regenerieren, sich im „Ruhebereich“ von Werner Drescher, welcher in erster Linie für die Versorgung von Läufern und Crew zuständig war, frisch aus der „Küche“ kulinarisch mit Kohlehydraten in jeglicher erdenklicher Form und Getränken verwöhnen oder von Michael Wolfschlucker, unserem Masseur, im wiederrum dafür vorgesehenen Bereich geknollt die Beine „bearbeiten“ lassen. Darüber hinaus wurden jedem von uns sämtliche auch noch so unbedeutend erscheinenden Wünsche erfüllt und jeder unseres Betreuerteams erledigte unzählige wichtige Handgriffe und wertvolle psychologische Dienste in so manch schwerer Minute.

Denn diese Minuten kamen natürlich wie erwartet, als wir laufend den Sonnenaufgang herbeisehnten, die Beine zusehends schwerer und schwerer wurden, die anfangs lange Pause von jeweils ca. 30 min immer „kürzer“ wurde, die Nahrungsaufnahme nicht mehr den eigentlichen Kalorienverlust ausgleichen konnte, sich durch die lang anhaltende intensive Belastung vor allem beim Weglaufen bereits Magenprobleme und Übelkeit einstellten und auch die Müdigkeit bereits zum Problem wurde. Nichts desto trotz gelang es immer wieder jedem einzelnen Läufer unseres Teams, unsere Tempovorgabe in jeder einzelnen Runde einzuhalten. Und schön langsam begann auch der Umstand zu motivieren, dass offensichtlich auch alle anderen ähnliche – wenn nicht sogar größere - Probleme bekamen und wir uns im Zwischenklassement schön langsam souverän in der ersten Hälfte etablierten.

Mit der aufgehenden Sonne schien zwar subjektiv wieder ein positiver Ruck durch die Mannschaft zu gehen, dennoch konnten die jetzt bereits 16 gelaufenen Stunden nicht ganz „ausgeblendet“ werden. Es erforderte schon jedem von uns eine gehörige Portion physischer und auch psychischer Leidensfähigkeit ab, immer wieder loszustarten wie in der 1. Runde und ja „pünktlich“ bei der Übergabe zu sein. Oft waren nur das ersehnte „lobende Wort“ des an der Strecke mit „kontrollierendem“ Blick wartenden Teamchefs, ein Häppchen von unserem Koch oder die heilenden Hände von unserem Masseur die notwendige Motivation. Freilich auch der Umstand, dass jetzt keiner der „Schwachpunkt“ dieser anscheinend immer stärker werdenden Mannschaft sein wollte.



Christian übergibt an Roland

Es ging bzw. „lief“ also immer wieder und schön langsam schien sich unsere Taktik bezahlt zu machen. Mit Fortdauer des Wettkampfs, wir liefen immer noch ganz exakt unsere vorgegebenen Rundenzeiten und hielten an unserem Ziel fest, schien Mannschaft um Mannschaft Schwächen zu zeigen, sodass wir plötzlich an den „top ten“ kratzten. So mancher „Halbmarathonläufer“ vom Vortag fand sich nun gehend auf der Strecke wieder, das beflügelte. Dieses Zwischenergebnis, die Anfeuerung unserer Crew und auch unsere eintreffenden Fans fürs Finale, die Motivation untereinander und die gewaltige Stimmung in der Mannschaft, aber sicher auch unsere doch umfangreiche und gezielte Vorbereitung erlaubten uns jetzt sogar, nach 20 Stunden, unsere Rundenzeiten noch nach unten zu drücken. Und als ob jetzt Mannschaft an Mannschaft daran zu brechen schien - im Finale verfolgte doch beinahe jedes Team die laufenden Ergebnisse via Laptop im Internet - ging es für uns Platz um Platz nach vor und es schien auf einmal, was wir nie erwartet oder uns zugetraut hätten, inmitten vieler routinierter Ultralaufstaffeln eine „kleine Sensation“ möglich.

Jeder wuchs über sich hinaus, trotzte den „drohenden Krämpfen“ – unser Masseur leistete in diesen Stunden Schwerstarbeit und bekam Gott sei Dank noch von einer für diese Stunden zusätzlich organisierten Masseuse Unterstützung – und der Übelkeit, die während der Belastung mittlerweile schon in „Breachreiz“ überging, gab sein Bestes an der „willentlich verfügbaren“ Leistungsfähigkeit und die Rundenzeiten purzelten.



Masseur Michael Wolfschlucker leistet Schwerarbeit

Kurz und gut, nach 24 Stunden und exakt 316 Laufkilometern ertönte für unseren Schlussläufer genau im Zielbereich die Schluss sirene, was bei unserer

Premiere den sensationellen 6. Gesamtrang unter 49 gestarteten 4er-Staffeln bedeutete. Und dank unserer zahlreicher Sponsoren konnten wir dem im ersten Absatz angeführten Motto getreu nicht nur mit sportlicher Leistung glänzen, sondern auch eine wirklich beträchtliche Summe an Spendengeld beisteuern.



im Finale unter „kritischer“ Beobachtung von EE- und LPSV-Chef Obstl. Msc Prager

Im Zielbereich fiel sich dann das gesamte Team wohl geschafft aber verdient in die Arme und während der sehr emotionalen Schlusszeremonie bzw. Siegerehrung unter gewaltigem Zuschauerinteresse wurde unter den „hartgesottene“ EE-Männern – zugegeben oder nicht – die eine oder andere Träne vergossen. Nicht aus Schmerz, sondern aus Freude und Stolz. Eine simple Dose Bier zum Anstoßen fühlte sich an wie Champagner und auch der Umstand, dass durch einen Erfassungsfehler bei unserer letzten vollendeten Runde „lediglich“ 313,7 km offiziell in der Ergebnisliste aufschienen, konnte die Freude in keinsten Weise trüben. Für die Statistik: die einzelnen Läufer unseres Teams haben zwischen 76,7 und 82,7 Gesamt-km zurückgelegt

und das mit einem Gesamt-Schnitt zwischen 4:30 und 4:38 min/km. Nur diese vor allem ausgeglichene starke und über die gesamten 24 Stunden konstante Leistung jedes einzelnen machte diesen Erfolg möglich. Und die vielen mitwirkenden Hände im Hintergrund, daher abschließend unsere ehrliche Danksagung an alle, die uns in irgendeiner Form unterstützt haben:

Getreu dem legendärem Spruch „Die Crew kann das Rennen nicht gewinnen, aber verlieren!“ gilt der erste Dank unserem sensationell professionell agierendem Betreuer team, weiters allen, die uns persönlich an der Strecke anfeuernd unterstützten, auch den „Daheimgebliebenen“, die uns sogar zu unmenschlichen Nachtstunden mit Telefonanrufen motivierten und an uns glaubten, unseren Hauptsponsoren „Kornspitz“, „BSB“, „WKO“ und „LPSV OÖ“ und den zahlreichen kleineren Nebensponsoren, unserem Dienstgeber für die Gewährung von Sonderurlaub und der BFW Linz für die Zurverfügungstellung der Räumlichkeiten für unsere Trainingsnächte.



Impressionen von der Laufstrecke



nach getaner Arbeit bei der Schlusszeremonie

Bei der anschließenden Feier hielten wir zwar leider keine weiteren 24 Stunden mehr durch, aber einem weiteren Spruch zu Folge - „Der Schmerz geht, der Stolz bleibt!“ - wird es wahrscheinlich noch die eine oder andere weitere Feier geben ... ☺



stehend v.l.n.r. das Laufteam Andreas Fellhofer, Christian Guster, Roland Schwendner, Norbert Pimingstorfer, knieend der Teamchef

Christian Guster stellvertretend für das Läuferteam