



## Wilfried Raatz



Fachjournalist und Eventorganisator, gilt als Kenner der nationalen und internationalen Laufszene. Als passionierter Läufer sammelte er als Mittelstreckler zahlreiche Erfolge (u.a. Deutscher Staffelmeister und im Cross). Neben seiner Vorliebe für längere Laufstrecken arbeitet Raatz seit 1974 auch erfolgreich als Trainer auf mehreren Ebenen, darunter auch als Bundestrainer im Marathonlauf und später vor allem im Berglauf, wie der Aufstieg von Timo Zeiler in die Berglauf-Weltklasse belegt.

Namhafte Veranstaltungen wie der Darmstädter Stadtlauf, der Darmstadt-Cross sowie die Marathonläufe in Mannheim, am Mittelrhein, in Darmstadt und Heidelberg tragen die organisatorische Handschrift von Wilfried Raatz und seiner Mitarbeiter bei wus-media UG, der Event- und Verlagsagentur nahe Darmstadts. Dieses Handwerk hat Wilfried Raatz übrigens in erster Linie beim langjährigen Race-Director Horst Milde beim Berlin-Marathon gelernt. Als Mitglied im Bundesfachausschuss Laufen des DLV galt sein Augenmerk besonders den Bereichen Straße, Cross und Berglauf. Vielfältige Aufgaben nimmt er bei der Interessengemeinschaft German Road Races e.V. (GRR) als Vorstandsmitglied wahr. Als Buchautor sind unter seinem Namen so eingeführte Bücher wie „Marathon“ und das alljährlich aktualisierte „Berglauf-Journal“ erschienen, als Fachjournalist bearbeitet er für namhafte Laufmagazine vornehmlich Cross und Berglauf.

# Inhalt

Liebe Freunde des Berg- und Traillaufens!	Seite 4
Neue Königsklasse beim Swissalpine	Seite 6
Drei Fragen an Mr. President Jonathan Wyatt	Seite 12
Doping: Auch Petro Mamu hat betrogen	Seite 18
Glanzvolle Premiere am Stiflserjoch	Seite 20
Eine Pfälzer Erfolgsgeschichte	Seite 26
PfalzTrail als Leuchtturmprojekt	Seite 29
Relaunch im Schwarzwald	Seite 30
Tops und Flops der Berglauf-Szene	Seite 34
Über die Geschichte des Berglaufs	Seite 42
Champion's Corner 2017	Seite 52

## Terminüberblick

Deutsche Bergläufe	Seite 54
Schweizer Bergläufe	Seite 71
Österreichische Bergläufe	Seite 81
Französische Bergläufe	Seite 90
Italienische Bergläufe	Seite 97
Internationale Termine und Pokalläufe	Seite 100
Kriterien der Bewertung	Seite 105
Bergläufe im Profil	Seite 106

## Statistiken

Meister auf einen Blick: Deutschland, Schweiz, Österreich	Seite 216
World Mountain Running Championships 2011-2017	Seite 218
WMRA-Long Distance Championships 2010-2017	Seite 223
European Championships 2011-2017	Seite 226
World Master Championships 2010-2017	Seite 231
WMRA Youth Cup 2012-2017	Seite 235
WMRA World Cup 2017	Seite 237
Impressum und Querverweise zu Themen, die im Berglauf Journal erschienen sind	Seite 238

Liebe LeserInnen,

unruhige Zeiten gab es schon immer und wird es auch immer (wieder) geben. Doch in den letzten zwei, drei Jahren ist die Szene des naturnahen Laufens kräftig in Bewegung geraten. Sicherlich eine eher unhandliche Bezeichnung für das Laufen in der Natur. In Deutschland kennt man die stadionfernen Veranstaltungen (wie wir finden, ein schrecklicher Begriff!), in anderen Ländern fällt alles unter Running. Gemeint sind jedenfalls die vielen, gewiss attraktiven Blüten des Laufsports abseits der Straße, egal, ob diese nun Berglauf, Cross, Trail oder Skyrunning genannt werden. Eines ist gewiss, scharfe Trennungslinien gibt es nicht, vielmehr sind die Disziplinen zum Teil überlappend. Wenn man das Medieninteresse betrachtet, dann wird der traditionelle Berglauf regelrecht ins Abseits gedrängt. Spektakuläre Skyrace- und Trailevents werden großformatig dargestellt, letztlich weil die Sportindustrie (aber nicht nur diese) aus naheliegenden Gründen ein starkes Interesse für Trends hat.

Der Internationale Trail-Verband (ITRA) macht längst Alleinansprüche für das Laufen in der Gebirgsszene geltend. Nach dem Wechsel des eher als akribischen Buchalters agierenden Bruno Gozzelino zum achtmaligen Weltmeister Jonathan Wyatt bewegt sich der Berglauf-Weltverband (WMRA) und kann sich sogar einen geeinten Dachverband für Berglauf und Trailrunning vorstellen. Wir haben mit dem neuen Berglauf-Weltpräsidenten gesprochen und können ein zartes Frühlings-erwachen konstatieren. Mehr dazu unter „Drei Fragen an Jonathan Wyatt“.

Der stets reformbedürftige Berglauf-World Cup wird wohl erneut umstrukturiert. Auch wenn die finalen Zusagen noch ausstehen, werden mit dem Hochfells-Berglauf und dem Smarna Gora-Race in Ljubljana nur noch zwei Etablierte im Circuit vertreten sein, der Klassiker Sierre-Zinal, das Skaala Uphill-Race in Norwegen, ein Skyrace im Italienischen und der Rückkehrer Großglocknerlauf sollen künftige Ziele für die Berglaufasse sein. Zu deutlich lukrativeren Prämien. Außerdem plant das WMRA-Council eine Weltrangliste mit Wertungen querbeet durch alle Distanzen und Top-Events. Uns scheint derzeit vieles noch Kosmetik zu sein, hier müssen freilich erst einmal Fakten auf den Tisch. Der wichtigste Schritt könnte in der Tat mit einem neuen Verbandsgebilde getan werden, in dem alle Berglauf-, Trail und Skyrace-Interessen gebündelt werden. Vielleicht schon in naher Zukunft, denn der Internationale Leichtathletik-Verband (IAAF) hat bereits Zustimmung signalisiert und Gespräche forciert. Damit ließe sich zumindest auch der Wildwuchs an Titelrennen eingrenzen, denn bislang trägt jeder Verband/ Association eigene nationale und internationale Meisterschaften aus.

Auf nationaler Ebene geht freilich das Veranstaltersterben weiter. Sicherlich aus den unterschiedlichsten Gründen. Berglauf-Tradition ist nicht mehr angesagt. Selbst der renommierte Swisalpine streicht mit dem K78 die eigentliche Königsdisziplin und kreiert mit dem T88 eine neue Königsdisziplin, die freilich spektakulär mit Davos und St. Moritz zwei weltweit angesagte Destinationen verbindet. Es bleibt abzuwarten, wie die internationale Laufgemeinde diesen „Königsmord“ honoriert. Derzeit sieht es jedenfalls nach einem ordentlichen Meldeplus gegenüber dem traditionsreichen K78 aus. Doch zurück zur eingangs gemachten Feststellung. Derzeit jedenfalls stagnieren alteingesessene Bergläufe bzw. gehen stark zurück, während Trails selbst im Mittelgebirge Zuwächse am Band liefern.

Bemerkenswert ist eine Tendenz im deutschen Berglauf, fernab alpiner Massive hat man sich derweil für Jahre ins Mittelgebirge verlegt, nach dem Großen Arber im Bayerischen Wald folgen nun forsttaugliche Anstiege zum Brocken im Harz und sanfte Hügel beim Pleßlauf in Breitungen an der Werra. Internationale Ansprüche sehen freilich anders aus, vor allem, wenn man sich nach wie vor auf passablem Niveau bei Welt- und Europameisterschaften tummeln möchte. Es sei denn, man weiß erfolgreiche U20-Athleten wie Sarah Kistner und Lisa Oed in Verbandsfarben am Start, die zielführend von engagierten (Vereins-)Trainern aufgebaut werden.

Es bleibt auf jeden Fall spannend, was sich national wie international bei naturnahen Läufen tut. Das neue Berglauf-Journal versucht einmal mehr, allen Ansprüchen und Neigungen weitgehend gerecht zu werden, gleich ob diese im flacheren Mittelgebirge oder im Hochalpinen stattfinden. Es ist die Vielfalt, die unseren wunderschönen Laufsport ausmachen.

Viel Spaß beim naturnahen Laufen!

Reinheim, im Februar 2018



Wilfried Raatz



## Neue Königsklasse beim Swissalpine

**Relaunch nach 32 Jahren in Davos – Der Traditionslauf K78 wird künftig durch einen Trail-Wettbewerb von St. Moritz nach Davos als T88 ersetzt – Veränderung bedeutet Mut und Risiko zugleich**

Der Swissalpine in Davos hat über drei Jahrzehnte lang Zeichen gesetzt. Als Lauf der Spinner und Verrückte, als „Pièce de résistance“ erstmals abgestempelt, hat das Hochgebirgsspektakel mit seinen unterschiedlichen Strecken drei Jahrzehnte lang Massen bewegt. Mit knapp 1100 erstmals gestartet etablierte sich der ultralange Swiss Alpine Marathon über die Jahre hinweg dank exzellenter organisatorischer Meisterleistung auf der Weltbühne der Landschaftsläufer und brachte bei der 25. Auflage mit 5913 Registrierungen über alle Wettbewerbe hinweg eine ungeahnte (Rekord-)Blüte.

Läufer aus allen fünf Kontinenten sorgten immer wieder für Schlagzeilen. Hier die deutsche und schweizer Erfolgsgeschichte mit Cracks wie Charly Doll, Jörg Hägler, Peter Camenzind, Peter Gschwend und Birgit Lennartz. Dort die laufstarken Russen Grigory Murzin und Evgenii Glyva, die italienischen Ultraläufer Giorgio Calcaterra und Monica Casiraghi oder die zuletzt erfolgreichen Jonas Buud, Elizabeth Hawker und Jasmin Nunige. Es waren aber auch die Läufer aus dem afrikanischen Kontinent wie die marokkanischen Wüstenlauf-Brüder Lahcen und Mohamad Ahansal, die Südafrikaner Barend Janssen van Vuuren und Charl Mattheus, die US-Läuferinnen Leslie Watson und Ann Trason oder der neuseeländische Schafhirt Russel Hurring – sie alle sorgten für manches Lauffeuerwerk auf dem Weg von Davos über Bergün, der Keschhütte, über den Sertig- und Scalettapass und wieder zurück nach Davos. Exotischen Touch gab es durch die Tarahumara aus dem mexikanischen Hochland. Jeder Einzelne steht für ein Highlight in einer einzigartigen Laufveranstaltung im mondänen (Welt-)Tourismusdorf Davos.

Aufkommende Konkurrenz hat allerdings auch vor dem Klassiker in der Landschaft Davos keinen Halt gemacht und der Zahn der Zeit hat immer wieder am Swissalpine in Davos genagt. OK-Präsident Andrea Tuffli, bekannt für sein exzellentes Organisationstalent und auch für so manch einschneidende Veränderung beim legendären hochalpinen Landschaftslauf im Kanton Graubünden, hat seit dem Auftakt 1986 immer wieder neue Ideen ins Spiel gebracht – und dabei auch Traditionen über Bord geworfen. Und Diskussionen entfacht. Wie das leidige Thema Sertigpass oder Scalettapass oder letztlich nun doch beide markanten Kulminationspunkte.

Doch warum nun den K78 streichen? K78, wie die Langdistanz beim Swiss Alpine Marathon über zuletzt 77,5 km und 2800 Höhenmeter in moderner Sprache genannt wird, ist wie die Vorläufer als Langdistanz die Königsdisziplin schlechthin – und dies seit über drei Jahrzehnten! Die Teilnehmerzahlen sprechen jedenfalls eine deutliche Sprache: Nahmen 2010 noch 1661 LäuferInnen die Königsdisziplin in Angriff, waren dies 2017 nur noch 537. "Das entspricht für den Zeitraum von acht Jahren einem Rückgang von 68 Prozent! Den Hauptgrund für diesen eklatanten Rückgang sehen wir im Trend hin zum Trail Running", schätzt Andrea Tuffli. "Der K78 widerspricht diesem Trend, weil er auf dem ersten Abschnitt zwischen Davos und Bergün größtenteils über Straßen statt Trails führt". Seiner Auffassung nach fände die Läufergemeinde mehr Begeisterung für den anspruchsvollen Traillauf und die Suche nach Naturerlebnissen abseits der asphaltierten Straßen und befestigten Forstwegen.

Erstmals wurden 2017 die Wettbewerbe des Swissalpine und des Swiss Irontrail in eine Veranstaltung gefasst – und "Das Beste aus zwei Welten" (so der O-Ton der Veranstalter) unter einer Dachmarke zusammengefasst. Weshalb natürlich im Vorjahr bereits die Stammgäste,



die Neu-Starter obendrein, zu einer klaren Hinwendung zum eher Berglauf lastigen bzw. zum Traillauf lastigen Wettbewerb wie dem K78 bzw. dem T214/ T133 genötigt waren. „Die Zusammenlegung von Swissalpine und Irontrail hat die Stabilisierung der Teilnehmerzahlen nicht gerade gefördert, aber wohl auch nicht entscheidend beeinflusst!“ Auch dies weiß Andrea Tuffli anhand der Zahlen eindrucksvoll zu belegen.

In Davos und in Chur, dem Sitz der Organisations-Agentur Tuffli Events, hat man einen umfassenden Analyse-, Entwicklungs- und Meinungsbildungsprozess nach der 32. Auflage des Berglaufspektakels im Kanton Graubünden gestartet. Nach dem Grundsatz, dass Stillstand gleich Rückschritt bedeute, entschieden die Mitglieder im Organisationskomitee – spektakulär: Der K78 als die Königsdisziplin des 32 Jahre währenden hochalpinen Laufspektakels wurde gestrichen und durch einen neuen Wettbewerb, den Irontrail T88 über 88,1 km und 3980 m Steigung und 4270 m Gefälle ersetzt.

Den Machern des Swissalpine Irontrail ist zum Relaunch ein besonderer Coup gelungen: Die siebenfache K78-Siegerin Jasmin Nunigewird Botschafterin der neugestalteten Topveranstaltung in den Ostschweizer Hochgebirgslandschaft! Und sieht diesem Wechsel mit großer Spannung entgegen. „Die Strecke ist natürlich etwas länger, aber bietet wesentlich mehr Highlights als bisher. Und ist eine absolute Herausforderung!“ Herausforderung sicherlich in dem Sinne, wie dies einstmals auch die zunächst über 67 km und später dann über 78 km führende Königsstrecke war!

## Neue Königsklasse beim Swissalpine

Sicherlich – die Veränderungen sind markant! Während beim K78 Start und Ziel in Davos platziert waren, startet künftig die neue Königsstrecke in St. Moritz und verbindet somit zwei herausragende Wintersportorte der Schweiz auf überaus charmante Weise. Während die erste Streckenhälfte für alle Starter Neuland sein wird, können die Stammgäste des Swissalpine ab Bergün weite Teile der früheren K78-Strecke mit der Keschhütte und dem Sertigpass als herausragende Kulminationspunkte belaufen.

Gelaufen wird vom weltweit anerkannten Höhentrainingszentrum im Engadin zunächst durch die Moorlandschaft des Stazerwaldes zur Chamanna Segantini, wo der Kunstmaler Giovanni Segantini seine späten Bilder gemalt hatte. Die Aussicht von Muottas Muragl auf 2.456 m ins Engadin ist ebenso atemberaubend wie der steile Aufstieg. Nach dem Val Bever führt der Streckenverlauf über Fuorcla Crap Alv (2466 m) hinüber ins Albulatal und damit nach Bergün. Die Keschhütte (2625 m) und der Sertigpass (2739 m) sind spätestens seit dem in den Medien aufmerksam platzierten Swissalpine für die Berg-, Landschafts- und Trailläufer zum Schlüsselbegriff für hochalpines Laufen – und letztlich zum Muss geworden.

Logistisch ist die neue Königsstrecke wiederum eine weitere Herausforderung für die allerdings in derartigen Bereichen über enorme Erfahrung verfügenden Organisatoren. So bringt ein Extrazug die T88-Starter am Samstagmorgen von Davos zum Startpunkt St. Moritz, wo es um 8.30 Uhr vor dem Rathaus im Zentrum von St. Moritz losgehen wird. Der T88 kann allerdings auch zu zweit im 2er Team oder zu viert im Viererteam bewältigt werden.

Die neue Königsdistanz ist somit 10 km länger und dabei um 1200 Steigungsmeter härter. Die maximale Laufzeit beträgt 25,5 Stunden. Wem diese Distanz allerdings zu lang ist, der findet mit dem K43 den klassischen Berg-Marathon als idealen Wettbewerb. Die „Marathonperle der Alpen“ (so die Formulierung der Organisatoren) führt von Davos durch das Dischmatal, über den Scalettapass und den Panoramatrail zum Sertigpass und zurück nach Davos und ist mit 42,9 km bei allerdings 1425 Höhenmetern praktisch ein Marathon.

Der Wechsel von K78 zum T88 wird allerdings nicht die einzige Änderung im neuen Veranstaltungsablauf des Swissalpine Irontrail Davos/ St. Moritz, so der neue Titel im 33. Jahr der weltweit einen legendären Ruf genießenden Veranstaltung sein, die heuer vom 21. bis 29. Juli durchgeführt werden wird. Insgesamt werden beim Swissalpine Irontrail zwölf Wettbewerbe durchgeführt, davon alleine neun am Haupt-Wochenende (27. bis 29. Juli), drei weitere werden bereits beim Prolog am 21. Juli im Oberengadin vorgeschaltet sein.

OK-Präsident Andrea Tuffli mit Serienass Jonas Buud.





Andrea Tuffli wäre nicht Andrea Tuffli, wenn er nicht auch massive Einschnitte im gesamten Laufprogramm durchsetzen hätte. So wurde der T214 aus dem Programm gestrichen, da er sich nach Auffassung des OK-Präsidenten auch im sechsten Jahr nicht durchsetzen konnte. Lediglich 51 Finisher wurden auf der Langdistanz registriert. Dadurch wird die längste Distanz nunmehr der T127 sein, das Trailabenteuer für Ultraläufer führt über eine Vielzahl von landschaftlichen Highlights wie Piz Nair, Fuorcla Surlej, Muottas Muragl, Keschkütte und Sertigpass und wird am 27. Juli um Mitternacht gestartet.

Als Vollmond-Trail wird der T39 in die Geschichte eingehen. Anstelle des 2017 erstmals gestarteten Nachtlaufes L43 verläuft die neue Strecke T39 auf dem zweiten Teil des T88-Wettbewerbs von Berün über die Keschkütte nach Davos mit Start um 20.15 Uhr in Bergün. Wenn das Wetter mitspielt, dann natürlich bei (sichtbarem) Vollmond!

Und ein besonderes Bonbon wartete zudem noch auf die Härtesten bei der ultimativen Berg- und Trail-Woche in der Ostschweiz: Für langjährige K78-Starter gab es ein Treuebonus bei einer Buchung zu den Wettbewerben T127, T88 oder K43, wobei hier zwischen 20 und mehr Teilnahmen bzw. 10 bis 19 Teilnahmen unterschieden wurde.

Beim Organisationsteam um den OK-Präsidenten Andrea Tuffli ist eines klar: Der neue Swissalpine Irontrail Davos/ St. Moritz 2018 vereint das Beste aus 32 Jahren Swissalpine und sechs Jahren Irontrail und soll zu einem unvergesslichen Mix aus Tradition, Herausforderung und Naturerlebnissen der Extraklasse werden. „Diesen Paradigmenwechsel schaffen wir nur mit eurer Akzeptanz, Unterstützung und Treue zum Swissalpine Irontrail. Unter dem Motto 'jetzt erst recht' laden wir euch herzlich ein, mit uns diesen wichtigen, zukunftsgerichteten und mutigen Weg zu gehen!" richtet Andrea Tuffli einen eindringlichen Appell an die inzwischen vieltausend Köpfe zählende Anhängerschar des hochalpinen Laufspektakels.

Und weiß zudem noch einen besonderen Pfeil im Köcher, nämlich die Bewerbung der neuen Königsstrecke T88 für die Ultra-Trail-Weltmeisterschaften 2020.



# Neue Königsklasse beim Swissalpine

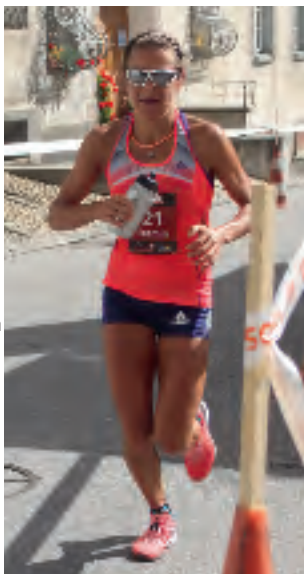
## Das Goldene Buch des Swissalpine Marathon K67/ K78\*

1986	Johannes Knupfer	Susanne Bitzer
1987	Jörg Häger	Maureen Hurst
1988	Charly Doll	Anke Molkenthin
1989	Charly Doll	Leslie Watson
1990	Peter Camenzind	Birgit Lennartz
1991	Peter Camenzind	Enikö Feher
1992	Peter Camenzind	Birgit Lennartz
1993	B.J. van Vuuren	Jaqueline Keller
1994	Jörg Häger	Birgit Lennartz
1995	Jörg Häger	Birgit Lennartz
1996	Peter Gschwend	Birgit Lennartz
1997	Frank Türk	Birgit Lennartz
1998	Peter Gschwend	Birgit Lennartz
1999	Frank Türk	Birgit Lennartz
2000	Grigory Murzin	Birgit Lennartz
2001	Lahcen Ahansal	Birgit Lennartz
2002	Grigory Murzin	Karine Herry
2003	Grigory Murzin	Monica Casiraghi
2004	Mario Fattore	Monica Casiraghi / Maria Bak
2005	Grigory Murzin	Jasmin Nunige
2006	Giorgio Calcaterra	Elizabeth Hawker
2007	Jonas Buud	Elizabeth Hawker
2008	Jonas Buud	Jasmin Nunige
2009	Jonas Buud	Lena Gavelin
2010	Jonas Buud	Jasmin Nunige
2011	Jonas Buud	Elizabeth Hawker
2012	Jonas Buud	Jasmin Nunige
2013	Jonas Buud	Jasmin Nunige
2014	Jonas Buud	Denise Zimmermann
2015	Evgenii Glyva	Jasmin Nunige
2016	Vajin Armstrong	Jasmin Nunige
2017	Tofol Castanyer	Ida Nilsson



Jonas Buud

Jasmin Nunige



\*zwischen 1986 und 1997 betrug die ausgetragene Distanz 67 km.

DAVOS ST. MORITZ  
**SWISSALPINE®**  
**IRONTRAIL** 

***Run / Trail / Hike***

Das einzigartige Laufspektakel

21. – 29. Juli 2018

*[swissalpine.ch](http://swissalpine.ch)*

alphafoto.com

**unique. spectacular. alpine.**

Beim WMRA-Congress in Premana (Italien) wurde Ende Juli 2017 mit Jonathan Wyatt (Neuseeland) der Berglauf-Weltmeister der Jahre 1998, 2000, 2002, 2004-2005 und 2007-2008 zum Nachfolger von Bruno Gozzelino (Italien) als neuer WMRA-Präsident gewählt. Mit dem inzwischen 45jährigen Neuseeländer, der seit vielen Jahren in Val di Fiemme lebt und mit dem erfolgreichen Ski- und Berglaufass Antonella Confortola verheiratet ist, hat der Berglauf-Weltverband einen der tiefsten Kenner der Berglaufszene an die Spitze gewählt, der vor allem in der für den internationalen Berglauf nicht leichten Zeit mit seiner über zwanzigjährigen Erfahrung als Spitzenläufer und Sachwalter des Berglaufes nun in hohem Maße gefordert ist. Die Redaktion des Berglauf-Journals hat drei Fragen an Jonathan Wyatt zu den drängenden Themen dieser Tage gestellt.

***Jonathan, zu allererst herzlichen Glückwunsch zur Wahl als WMRA-Präsident. In einer nicht ganz einfachen Zeit hast Du als früherer Weltklasseathlet Mut gezeigt und möchtest Verantwortung für die Gestaltung des internationalen Berglaufes übernehmen. Kannst Du uns in einigen Stichworten die für Dich vordringlichen Aufgaben nennen, die Du gerne in den ersten Schritten angehen möchtest?***

Für mich hat die Kommunikation mit den Läufern, aber auch mit den Veranstaltern und der Industrie Priorität. Wir müssen vor allem die Meinungen der Athleten in die Strategie des Councils einbinden. Ziel ist unter anderem einen attraktiven Weltcup aufzubauen, mit dem wir eine größere Zahl von interessierten Athleten erreichen können und der spektakulärer als bislang ist. Mit besonders attraktiven Rennen und angesagtesten Austragungsstätten wollen wir zeigen, wie attraktiv Berglaufen ist. Der WMRA World-Cup kann hierbei ein wichtiger Meilenstein auf diesem Weg sein.

Vom Topläufer zum WMRA-Präsident:  
jonathan Wyatt



# Bettmeralp

...the better alp.

## 33. Aletsch-Halbmarathon Bettmeralp

Sonntag, 24. Juni 2018



33 Jahre Berglauftradition warten auf Sie  
inmitten des UNESCO  
Welterbes Jungfrau Aletsch

### Die Fakten

21,1 km, 1050 Höhenmeter  
Start auf 1950 m.ü.M  
Ziel auf 2650 m.ü.M



### Die Highlights

Natur pur, am längsten Gletscher der Alpen,  
unendliche Weitsicht über die Walliser Alpen  
Herausforderung Bergwelt  
und Sie mittendrin



Lassen Sie sich von der Kraft dieses  
einmaligen Sporterlebnisses begeistern.  
Sie werden nicht mehr davon loskommen -  
versprochen!

Weitere Infos: Tel. +41 (0)27 928 58 58  
info@aletscharena.ch  
www.aletsch-halbmarathon.ch

Wichtig ist auch eine noch engere Zusammenarbeit mit der IAAF, die uns seit Jahren auch finanziell unterstützt. Es gilt, die Weltmeisterschaften in einem Format anzubieten, das zeigt, wie attraktiv das Berglaufen ist. Wenn Berglauf eine Chance hat, zu einer olympischen Sportart zu werden, dann ist dies der einzige Weg, den wir einschlagen müssen. Natürlich gibt es noch eine Menge mehr zu tun...

*Nach unserer Auffassung befindet sich der internationale Berglauf in einer Identitätskrise. Mehr und mehr rücken nicht zuletzt durch mediales Interesse unterschiedlich akzentuierte Trailevents in den Vordergrund. Vom klassischen Berglauf nimmt man hingegen kaum etwas wahr, zumal sich viele traditionelle Läufe heute bereits Trails nennen und auf dieser neuen Welle mitschwimmen möchten. Es ist zunehmend schwer, der Sportöffentlichkeit klar zu machen, dass es sich hier um zunächst zwei verschiedene Dinge handelt. Wäre es nicht an der Zeit, die Landschaftsläufe im alpinen Bereich unter einen Hut zu bringen, ggf. auch unter gemeinsamer Führung?*

Deine Frage ist etwas widersprüchlich. Einerseits sagst Du, dass Trail Running und Berglaufen mehr und mehr überlappen, einige Bergläufer versuchen sogar, sich Trail zu nennen. Andererseits sagst Du, das Trail Running und Berglauf komplett unterschiedlich sind. Wir können nicht in der Vergangenheit leben. Trail Running hat sich unter der International Trail Running Association ITRA zu einer Geschäftsmarke entwickelt.

Für mich ist es wichtig, mehr Menschen abseits der Straße zum Laufen in der Natur zu bringen. Von dieser Warte aus kann dies nur positiv zu sehen sein. Ob das Laufen dann als Trail Running oder Berglauf klassifiziert wird, das sollte vom Terrain abhängig sein. Ich persönlich habe keine Bedenken, dass bisherige Berglauf-Events als Trailläufe firmieren. Wir haben sowohl Trailläufe als auch Bergläufer unter dem Schirm der nationalen Verbände.

WMRA ist derzeit damit beschäftigt, mit Hilfe des Internationalen Leichtathletik-Verbandes IAAF und der ITRA an einem Format mit dem Ziel zu arbeiten, eine gemeinsame WM auszurichten, bei der alle Top-Athleten bei der gleichen Veranstaltung an den Start gehen können. Wichtig ist, dass wir auf diesen Zusammenschluss vorbereitet sind. Dies beinhaltet aber auch zugleich eine Hoffnung in Richtung Olympische Spiele oder Commonwealth Games. Ich würde es auch positiv sehen, wenn es in der Zukunft nur noch einen Verband für Sky/Trail/Berglaufen gibt.

Es ist einfach zu sagen, dass sich der Berglauf in einer Identitätskrise befinde. Richtig ist sicherlich, dass nur wenig Geld in Marketingaktivitäten investiert wurde. Das ist auf jeden Fall etwas, was wir künftig stärker bearbeiten werden. Für mich sind Berglauf-Weltmeisterschaften sehr wichtig, denn hier können Athleten für ihr Land an den Start gehen. Das ist für den Landschaftslauf etwas Einzigartiges und muss bei allem, was wir künftig tun, erhalten bleiben.

Radsportlern begehrte Kurs über 12,3 km und 940 Höhenmetern lässt sich freilich nicht ohne Vorbereitung laufen, schließlich beträgt die Laufdauer zwischen einer und eineinhalb Stunden. Und bedingt neben einer guten Allgemein-Ausdauer auch ein gehöriges Maß an Kraftausdauer, schließlich geht es auf der durchweg asphaltierten Strecke eher stetig bergan, die steilen Rampen der Alpen sind im Schwarzwald eher selten. Der Streckenrekord zum Kandel ist inzwischen dreißig Jahre alt und liegt bei 48:39 – eine Messlatte, die zumeist an der Spitze schon um mehrere Minuten verpasst wird.

„Die älteren Läufer laufen nicht gerne bergab“, stellt Marion Freider-Schaffrik fest. Ein Argument, das eigentlich für die traditionellen Bergläufe sprechen dürfte. Doch die treuen Stammgäste werden weniger, aber dies eher demographisch begründet. Die an Landschaftsläufen interessierten jüngeren Läufer sind dem Trend entsprechend eher trailmäßig unterwegs. Nicht zuletzt, weil es im Trend liegt und hipp ist. Schließlich zeigt uns die Sportindustrie den Trend der Zeit an, coole Werbung verspricht Abenteuer und Herausforderung.

Dennoch verspricht ein Trail-Event längst nicht einen starken Teilnehmerandrang. Dies musste mit den ersten Gehversuchen auch der berglauf-erfahrene TV Unterharmersbach erfahren. Der zunächst parallel zum Brandenkopf-Berglauf durchgeführte TrailRun21 entwickelt sich stetig und lässt als eigenständi-



Schnappschuss vom TrailRun21

ge Veranstaltung hoffen. „Wir können nach den ersten beiden Austragungen sagen: Tendenz steigend!“ Und Alfred Siegesmund weiß plötzlich ein Läuferklientel am Start, das den Parcours beim Brandenkopf-Berglauf nie bewältigt hätte. „Das sind Läufer, die haben Spaß an der Natur und Spaß bei diesem Veranstaltungsprofil“. Die organisatorische Arbeit ist durchaus ein Mehrfaches, das weiß Alfred Siegesmund leidvoll zu berichten. Dennoch setzt der erfahrene Macher im Harmersbachtal auf die Schiene Trail. Nach 15 Auflagen und zuletzt 110 Teilnehmern war man 2017 beim Brandenkopf-Berglauf trotz Finale des Schwarzwald-Berglauf-Pokals mit dem Latein am Ende und hat das Ende einer Veranstaltung beschlossen, die mit deutschen Meisterschaften sowie Europa- und Weltmeisterschaften der Mastersläufer weit über die Region hinaus einen beachtlichen Bekanntheitsgrad erreicht hatte.

Durch die Aufgabe namhafter Bergläufe sind attraktive Säulen beim Schwarzwald-Berglauf-Pokal weggefallen – die Verantwortlichen um Marion Freider-Schaffrik und Alfred Siegesmund haben aus der Not eine Tugend gemacht und einen Relaunch auf breiter Front durchgeführt. Der Schwarzwald-Berglauf-Pokal 2018 präsentiert sich nicht nur frisch angemalt im neuen Kleid, sondern auch mit inzwischen zwei Wertungsläufen, die stark traillastig sind. Neben den „Traditionalisten“ wie dem Kandel-Berglauf, dem Hundseck-Berglauf, dem Tote Mann-Berglauf und dem Belchen-Berglauf sind mit dem TrailRun21 in Zell am Harmersbach und dem neu integrierten Roßkopflauf in Heuweiler zwei Trailläufe integriert. „Wir haben im Schwarzwald zwar Berge, doch wir wollen offen für die Trail-Bewegung sein“, formuliert Marion Freider-Schaffrik das neue Gewand des Schwarzwald-Berglauf-Pokals, der künftig griffig auch unter dem Kürzel SBP firmieren soll.



Trail-Idylle im Schwarzwald

Ein großformatiger Katalog präsentiert die sechs Events im Schwarzwald-Berglauf-Pokal, herausgegeben von der Arbeitsgemeinschaft der SBP-Veranstalter. Unter der Federführung von Siegesmund Design entstand ein klares Profil der Veranstaltungsserie, die übrigens 2018 ins 32. Jahr der Durchführung geht und von Bühlertal bis hinab nach Schönau reicht und somit die komplette Schwarzwaldregion abdeckt. Kurz und prägnant werden dabei die Eckdaten aller Veranstaltungen präsentiert, alle Einzelheiten dann natürlich auf den jeweiligen Seiten der Events. Für alle SBP-Startfreudigen gibt es übrigens eine Flatrate, die Meldegebühren sparen hilft und bei einer Vorabanmeldung zugleich den Startplatz für alle sechs Wertungsläufe sichert. Wenn das kein Service ist!

NATUR PUR &  
TRAUMHAFTE AUSSICHTEN



2018

NEUS - B - F

SCHWARZWALD  
BERGLAUF  
POKAL



2x TRAIL  
4x BERGLAUF

[schwarzwald-berglauf-pokal.de](http://schwarzwald-berglauf-pokal.de)



In einer **Umfrage des Onlineportals marathon4you** wurde der Rennsteiglauf in der Einschätzung unter 11.862 Lesern nun bereits zum vierten Mal in Folge zur Nummer eins unter den Marathonveranstaltungen gewählt. Die Thüringer Kultveranstaltung verteidigte damit ihre Spitzenposition vor dem Jungfrau-Marathon und dem Frankfurt-Marathon, der als Vorjahreszweiter auf Rang drei hinter zwei Landschafts- bzw. Bergmarathonläufen zurückgefallen ist. Ansonsten dominieren die Stadtmarathonläufe mit Hannover, Hamburg, Luzern, Berlin, Münster und Köln. Der Zermatt-Marathon ist als Zehnter unter die Top 10 eingezogen. Mit dem Allgäu Panorama Marathon (21.), Brixen Dolomiten Marathon (29.), Schwarzwald-Marathon (36.), Hartfüßler Trail (42.), Rothaarsteigmarathon (44), Transruinalta (46.) und dem Stelvio Marathon (50.) sind weitere anspruchsvolle Landschafts- und Bergmarathons gelistet. Zurückgefallen in der Gunst der Läufer ist der Swissalpine in Davos, der 2017 lediglich auf Rang 53. platziert ist.

In Österreich führt der Linz-Marathon erneut die Rangliste vor dem Salzburg-Marathon und dem Drei Länder am Bodensee-Marathon an. Der Montafon-Arlberg-Marathon rückt von Rang neun auf sechs vor und liegt damit vor dem Karwendelmarsch und dem Kaisermarathon (Tour de Tirol).

In der Schweiz verteidigte der Jungfrau-Marathon seine Spitzenposition, gefolgt vom SwissCityMarathon Lucerne, dem Zermatt-Marathon, dem Zürich-Marathon, den Bieler Laufftagen und dem malerischen Transruinalta, der auf Rang sechs vorgerückt ist. Siebter ist der Swissalpine vor dem Eiger Ultra Trail, dem Glacier 3000-Marathon und dem Lausanne Marathon.

Der **Sächsische Mt. Everest Treppenmarathon** ist eine seit 2005 existierende Extremsportveranstaltung auf der Spitzhaustreppe in Radebeul-Oberlößnitz. Nach der Deutschen Ultramarathon-Vereinigung (DUV) ist der Lauf „der schwerste und größte Extremtreppenlauf der Welt“. Dabei sind 39.700 Stufen zu bewältigen, was einer Höhendifferenz von 8.848 m (und 84,390 km) entspricht. Andreas Allwang schaffte 2014 diese Distanz in 13:26:53 Stunden, Antje Müller 2015 in 16:16:56 Stunden. Seit 2015 wird dieser Lauf als 24-Stunden-Lauf durchgeführt. Die Rekorde halten hier wiederum Andreas Allwang mit 156 Runden (13.800 Höhenmeter) und Ulli Baars mit 121 Runden (10.703 Höhenmeter). Neben rund 100 Einzelstartern werden 60 bis 80 Teams in verschiedenen Wertungen (Dreierseilschaft, Elf Freunde, Touriweg) Jahr für Jahr erwartet. Vergleichbar ist dieser Extrem-Ultralauf mit den 11.674 Stufen auf der längsten Treppe der Welt entlang der Niesenbahn. Wer sich also das Mt. Everest-Abenteuer nicht leisten mag (oder kann), der darf sich weitaus kostengünstiger in Radebeul in Grenzgebiete begeben.

Bei den **Red Bull 400** werden die härtesten 400 Meter zurückgelegt. Aber keineswegs im ebenen Terrain, sondern die angesagtesten Sprungschancen der Welt aufwärts, im Schnitt 200 Höhenmeter „bergauf“. Die österreichische Weltmarke startete im Rahmen einer einzigartigen Serie auf der Hochfirstschanze in Titisee-Neustadt die **ersten Weltmeisterschaften**. Red Bull rief – und 765 (plus 228 Staffelläufer) kamen zu dieser außergewöhnlichen Herausforderung! Und die Sieger? Der mehrfache türkische Welt- und Europameister Ahmet Arslan setzte sich in 3:31,1 Minuten knapp gegen den früheren Berglauf-U20-EM-Zweiten und inzwischen zur Weltelite im Skibergsteigen zählenden Anton Palzer (3:32,9) und den Österreicher Jakob Mayer (3:35,4) durch. Weltmeisterin wurde die Japanerin Yukari Tanaka nach ihrem Sprint in 4:54,2 Minuten vor der Slowakin Katarina Lovrantova (5:02,4) und dem deutschen Rad-Profi Sarah Mittelberger (5:21,0).

Wachstum ist das Credo von Red Bull. Das gilt auch für dieses außergewöhnliche Spektakel. So werden nach 13 Rennen im vergangenen Jahr heuer gleich 17 Rennen auf den angesagtesten Sprungschancen der Welt durchgeführt. Neben den Weltmeisterschaften im Vier-Schanzen-Tournee-Ort Bischofshofen finden die weiteren Rennen im Red Bull 400 in Sapporo, Lahthi, Copperpeak, Almaty, Chaykovskiy, Trondheim, Predazzo, Whistler Mountain, Courchevel, Titisee-Neustadt, Harrachov, Zakopane, Planica, Park City, Engelberg und Sotschi statt. Die WM-Generalprobe in Bischofshofen gewannen im Vorjahr Anton Palzer und Andrea Mayr.

SCENE

TERMINE

# 30. INTERNATIONALER SCHLICKERALMLAUF

ÖSTERREICHISCHE BERGLAUF STAATSMEISTERSCHAFT  
4. TELFER WIESENRUN UND ASVÖ KINDERLÄUFE

**28. & 29. Juli 2018**  
Telfes im Stubaital



Infos und Anmeldung:  
[www.schlickeralmlauf.com](http://www.schlickeralmlauf.com)

**stubai**

Foto: Robbie Simpson: © Michael Ripberger / Sportbilder-Karlsruhe



Tiroler Tageszeitung

