

# 1. Brixen Dolomiten Marathon

Samstag, 03. Juli 2010

Südtirol (I)

Start: 8:30 Uhr

2010

in Brixen



Brixen Dolomiten Marathon, das klingt sehr verlockend!



... ein internationaler Bergmarathon eben ...



... da geht es dann von Bauernhof zu Bauernhof ...

Diesen ersten echten Bergmarathon hier in meiner Heimat Südtirol, den musste ich einfach unterstützen, wo es nur ging.

So begann ich schon im Vorfeld, früh Werbung zu machen, wo es mir nur möglich war, so z.B. über Internet. Auch bei vielen Marathonläufen verteilte ich Handzettel. Mir war dieser Marathon sofort sehr ans Herz gewachsen und so verbreitete ich sehr viel positive Stimmung.

Aber wie erging es mir als Läufer dabei? Wenn da nur nicht die vielen Höhenmeter wären! Wie konnte ich diese persönliche Herausforderung meistern? Würde ich es auf die Plose, den Brixner Hausberg, schaffen? Ich hatte ja bis jetzt noch nie einen Marathon aufgegeben und habe es weiterhin nicht vor.

Aber jetzt, nach 156 Marathons, schlief ich in der Nacht vor dem großen Tag so, als ob ich den ersten Marathon vor mir hätte. Ja, so ist Marathon, keiner ist gleich, jeder ist ein neues Abenteuer! Schon am Freitag bei der vorbildlich organisiert und durchgeführten Pastaparty hatte so jeder seine Zweifel.

Am Samstag starteten wir, 210 Einzel- und 37 Staffelläufer, im Herzen von Brixen, am Domplatz, bei schon recht warmen Temperaturen. Meine Devise war, nur die Ruhe bewahren, nichts überstürzen, den Kopf benutzen. Ich hatte diesmal, wie schon beim Graubünden-Marathon, die Kamera mitgenommen, um meine



... über Almen und Weiden und dann ins Gebirge ...



... das Ziel vor Augen ...

... auch wenn ein wenig länger unterwegs ...

... es hat Spaß gemacht ...



Das lohnenswerte Ziel auf der Plose mit Ausblick auf die Geislerspitzen

Eindrücke auch bildhaft festzuhalten.

Das Motto der Veranstalter „von der Stadt auf den Berg“, lässt sich eindrucksvoll durch das tolle Panorama mit allen Sinnen nachvollziehen. So nahm ich mir auch die Zeit, mich während des Laufes mit anderen Läufern und den vielen fleißigen Helfern ein wenig zu unterhalten. Vor allem den freiwilligen Helfern bekundete ich meine Anerkennung für die vorbildliche Unterstützung, die wir erfuhren. Wenn ich dieses, an einem Strang ziehende Organisationsteam sehe, kommt Freude auf:

Das ist eine Botschaft von und für Südtirol!

Davon zeugt auch der Umstand, dass im Ziel jeder Finisher von den Organisatoren persönlich begrüßt und beglückwünscht wurde.

Auch für die Zuschauer, die Fans, die vom Start zum Ziel wollten, gab es neben der Seilbahn einen Shuttledienst, der sehr gut funktionierte.

So nun aber zurück zum Lauf: 204 Einzelläufer und alle Staffelläufer haben es dann letztendlich geschafft, das Ziel zu erreichen. Notwendig und gut war es allerdings, dass das Limit auf 8 Stunden angehoben wurde. Die effektiven

Höhenmeter habe ich mit meiner GPS-Stoppuhr herausgemessen. Letztendlich waren es genau 2380 Höhenmeter, die wir bewältigt hatten!

Beachtet man dazu noch die enorme Wärme, ist dieser Bergmarathon um einiges schwieriger als z.B. Zermatt, Jungfrau oder Liechtenstein.

Aber mit einer guten, gezielten Vorbereitung ist dieser Lauf zu schaffen.

Die Beine werden es einem sicherlich danken, denn Muskelkater ist nach einem Bergmarathon eher ein Fremdwort.

Ich hoffe, dass dieser eindrucksvolle und von den Läufern stark emotional empfundene Lauf einen festen Platz in der Berglaufszene bekommt.

In irgendeiner Form werde ich deshalb auch in Zukunft meinen Teil beitragen.