

Horrortrip für Hartgesottene: 64 Tage jeweils 70 Kilometer

Transeuropa-Lauf von Bari zum Nordkap / Ein Drittel der Teilnehmer gibt auf / Das Wetter ist unbarmherzig

Nordkap (sid) Völlig entkräftet und kaum noch in der Lage, die Arme in die Höhe zu reißen, schleppt sich ein Läufer nach dem anderen ins Ziel. Nach 64 Tagen Dauerlauf und 4485 Kilometern bei grausamen Wetterbedingungen in den Beinen sind auch die hartgesottensten Teilnehmer des Transeuropa-Laufs nur noch froh, endlich die Ziellinie zu überqueren.

„Ein Lauf der Leiden und Emotionen, ein Abenteuer mit Höhen und Tiefen“, sagt Veranstalter Ingo Schulze, der je-

den „Finisher“ im Ziel an seine Brust drückt, über die extremen Anforderungen. Unter seiner Regie quälte sich ein Tross von 68 ausgewählten Ultraläufern aus aller Welt in rund zwei Monaten von Bari bis zum Nordkap, das sind durchschnittlich 70 Kilometer pro Tag. Nur 45 von ihnen erreichten das Ziel, ein Drittel gab vorzeitig auf.

„Du läufst 64 Tage am Limit – eine Riesenanstrengung für Körper und Seele. Da bist du nur noch erleichtert, wenn es endlich vorbei ist“, sagt Achim

Heukemes (Foto), der das härteste Mehrtagesrennen der Welt auf dem 13. Platz beendete.



488 Stunden, 51 Minuten und 11 Sekunden benötigte der Franke dafür. „Mit den jungen Burschen an der Spitze kann ich nicht mehr mithalten, doch für mein Alter war das ganz

passabel“, sagt der 58-Jährige, der vor neun Jahren schon mal in Nord-Süd-Richtung durch Europa gelaufen war.

Stellvertretend für die junge Garde steht Transeuropa-Lauf-Gewinner Rainer Koch, der aus dem Megarennen mit 58 Etappensiegen und einem Durchschnittstempo von knapp zwölf Kilometern pro Stunde eine beeindruckende One-Man-Show machte.

Für die meisten seiner Konkurrenten aus zwölf Ländern ging es jedoch nur ums Ankommen. Stundenlang auf sich

alleine gestellt, kämpften die Läufer mit eisernem Willen in den Weiten Skandinaviens gegen extreme Steigungen, heftige Schneeschauer, eisige Orkanböen und den inneren Schweinehund an. „Die letzte Woche war der absolute Horrortrip“, sagt Heukemes, der für die Qualen auch noch Geld bezahlte.

Wie jeder der Extremläufer hinterlegte er im Vorfeld ein Startgeld von 6000 Euro. Dazu verschliss Heukemes auch noch sechs Paar Laufschuhe und verlor während der Laufs

insgesamt fünf Kilogramm Körpergewicht.

Neben der Witterung stellten Erkältungen, Verletzungen und Stürze die Läufer auf eine harte Probe. „Entscheidend ist ein wacher Kopf, du musst die Konzentration aufrechterhalten“, sagt Heukemes.

Dass das nicht immer gelingt, bekam der ehemalige Fernfahrer am eigenen Leib zu spüren. Beim Versuch, den Deckel seiner Trinkflasche zuzudrehen, stürzte er und zog sich Schürfwunden und Prellungen zu.

Ek 10.7.2009 Seite 34