

## 24 Kehren zum Ziel – der Stilfserjoch Marathon

19. Juni 2017

ein Bericht von Ralf Frey

Manchmal ergeben sich Gelegenheiten an einer Gelegenheit. So lag an der Ausgabe der Startunterlagen beim Jungfraulauf 2016 die Ausschreibung für den 1. Stelvio Marathon (Stilfser Joch). Als wir uns einen Berglauf für das Jahr 2017 suchten, rückte der Stelvio Marathon sehr schnell an die erste Stelle. Es fanden sich noch einige Mitläufer/innen und nach kurzer intensiver Planung traten wir am 16.06.2017 den Weg nach Prad am Stilfser Joch an. Der Verkehr war überschaubar, so dass wir schon am frühen Mittag bei bestem Wetter unsere Startunterlagen in Empfang nehmen konnten.

Ein sehr gutes Abendessen und ein frühes Frühstück waren die letzten Vorbereitungen für den Lauf. Der Samstag begrüßte uns mit wolkenlosem Sonnenschein, was die Vorfreude weiter steigen ließ.

Als Wettbewerbe stehen ein Marathon und ein 26 km Classic Lauf zur Wahl. Der Classic Lauf findet in getrennter Wertung als Lauf- oder (Nordic) Walking Wettbewerb statt. Unser kleines Grüppchen deckte alle Disziplinen ab.



Im Startbereich erwartete uns eine Menge gut gelaunter Läufer und nicht weniger gut gelaunter Helfer. Insbesondere die Helfer waren über die gesamte Strecke freundlich, hilfsbereit und immer bestens gelaunt, was den Spaß im Wettbewerb weiter erhöhte.

Nach dem Start hatten die Marathonläufer zunächst 16 km im Tal zurückzulegen. Die Strecke führte leicht hügelig durch die Apfelfelder der Region, bevor wir nach einer Wende in einem idyllischen Dörfchen entlang eines Flüsschens angenehm beschattet nach Prad zurückliefen. Damit waren die ersten 100 der insgesamt 2300 Höhenmeter bewältigt und wir bogen auf die Strecke der Classic Veranstaltung ein.

Danach begannen 19 km Strecke, die uns auf die Stilfser Joch Passstraße führen sollten. Trampelpfade, Waldwege, Steilstücke, Geröll und Gras boten abwechslungsreichen Untergrund. Die Strecke wurde garniert von traumhaften Ausblicken und weiteren 1500 Höhenmetern jeglicher Steilheit.

Vor dem Einbiegen auf die Passstraße befand sich das einzige längere Gefälle. Aber dieses Gefälle war an einigen Stellen schon unangenehm steil und damit anspruchsvoll. Die letzten 7 km und 700 Höhenmeter der Strecke erläuft man sich auf der Passstraße umgeben von toller Landschaft. Meine Befürchtung dieser Teil der Strecke könnte langweilig sein, war völlig unbegründet.

Silvia Ellwanger war wieder einmal bestens in Form und bewältigte die Strecke als schnellste der Gruppe. Rolf Schwarz war mit leichten Problemen gestartet, schaffte es aber trotzdem souverän als Zweiter ins Ziel, gefolgt von Lucia und mir. Jürgen erreichte im Classic Lauf ebenfalls sicher das Ziel und brachte ihm die Erkenntnis ein, dass ein Lauf im Gebirge oft auch gehen bedeuten kann.

Besonders erwähnt sei die Leistung von Petra und Herbert Schläfer. Petra verletzungsbedingt mit Trainingsrückstand und Herbert der Laufen nicht sportlich betreibt, brachten die 26km mit 2200 Höhenmetern ebenfalls gut gelaunt und erfolgreich hinter sich.

Fazit: Was bleibt ist ein Lauf, der sich vor den großen Läufen in den Alpen nicht verstecken muss und mir mit schöner Strecke, perfektem Wetter und gut gelaunten Ausrichtern in Erinnerung bleiben wird.

## **Ergebnisse**

### **Marathon**

| Platz | Platz AK | Name             | Zeit     |
|-------|----------|------------------|----------|
| 145.  | 3.       | Sylvia Ellwanger | 05:48:44 |
| 249.  | 12.      | Rolf Schwarz     | 06:28:53 |
| 259.  | 8.       | Lucia Kurfess    | 06:33:23 |
| 260.  | 50.      | Ralf Frey        | 06:33:23 |

### **26 km**

| Platz | Platz AK | Name          | Zeit     |
|-------|----------|---------------|----------|
| 47.   | 8.       | Jürgen Michel | 03:48:15 |

### **Walking 26 km**

|                  |          |
|------------------|----------|
| Petra Schläfer   | 06:46:58 |
| Herbert Schläfer | 06:47:32 |