

Ein harter Brocken

13. Oktober 2018

ein Bericht von Matthias Schell

Der Brocken ist mit 1.142 m Norddeutschlands höchster Berg und dementsprechend firmiert der HGL (Harz-Gebirgslauf) als Norddeutschlands schwerster Marathon. Der Dichter schrieb dort ins Gipfelbuch: viele Steine, schwere Beine, Aussicht keine, Heinrich Heine. Zu DDR-Zeiten noch als höchster Berg der Welt verulkt, weil es im militärischen Sperrgebiet keiner bis ganz nach oben schaffte.

Gestartet wurde auf einer Wiese namens Himmelpforte. Kein Wunder, da wir uns in Hasserode befanden (die Biertrinker wissen, was ich meine). Rund 800 Marathonis waren in den Wernigeroder Vorort gekommen und wollten den Brocken rocken. Neben dem Marathon wurden auch ein Halbmarathon sowie Wander- und Nordic Walking-Wettbewerbe angeboten.

Die ersten 8 km liefen wir in ständigem Auf und Ab durch angenehm zu laufende Waldwege. Danach ging es raus aus dem Wald und rein in den Nationalpark Harz bei Ilsenburg. Das Kurpark Hotel organisierte den ersten Verpflegungspunkt (VP). Schon dort gab es den berühmt-berüchtigten warmen Haferschleim (Porridge) - für einen süddeutschen Läufer eher eine gewöhnungsbedürftige Läufernahrung. Noch verschmähte ich diese ostdeutsche Spezialität.

Der eigentliche Aufstieg zum Brocken beginnt in Ilsenburg und folgt dem Heinrich Heine-Weg entlang des Gebirgsbachs Ilse. Über den Ilsestein müssen in der Walpurgisnacht die Hexen auf dem Weg zum sagenumwobenen Brocken (oder Blocksberg) vorbeifliegen. Mit Fliegen hatte der Lauf aber auf dem anstrengenden Anstieg zwischen KM 12 und 13 leider gar nichts gemein. Dafür wurden wir mit



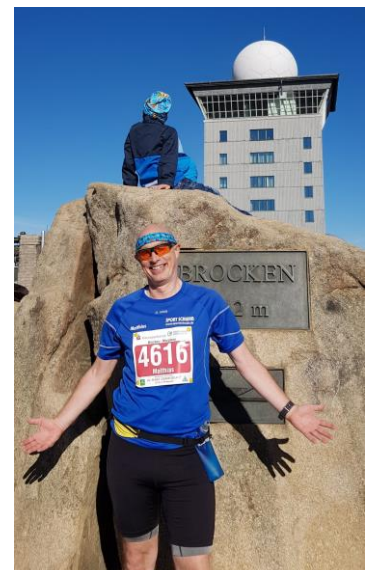
einem tollen Blick auf den Gipfel entschädigt. Nicht eine Wolke am Himmel. Gar nicht schlecht für einen Berg, der 300 Tage im Jahr in Wolken gehüllt sein soll.



Beim VP Stempelbuche wurde dann der Haferschleim marktschreierisch wie bei einer Tankstelle vor der Autobahn angepriesen: "Letzter Schleim vor dem Brocken. Vorher gibt es den nüscht mehr." So geködert musste ich einfach zugreifen. Und er schmeckte erstaunlich gut. Bei KM 16 bogen wir in den DDR-panzergeprüften Kolonnenweg, eine gelochte Betonstraße, ein.

Beim VP Eiserner Tisch werden normalerweise Schutzjacken für die ansonsten stürmische Gipfelüberquerung ausgegeben. Heute blieben diese im Schrank. Dafür hatte der VP kulinarisch viel zu bieten. Vielleicht hätte ich doch auf das Malzbier und die Pfefferminzplätzchen verzichten sollen. Eine magenschonende Mischung sieht auf jeden Fall anders aus.

Kurz danach war der Anstieg auf den Brocken geschafft, deutlich unterhalb des Zeitlimits von 3 Stunden. Mit 18 Grad dort oben (Mitte Oktober!) war das sicherlich der wärmste Brockenlauf, den es je gab. Bei dieser Postkartenansicht durfte das ein oder andere (Gipfel)Foto nicht fehlen. Die Aussicht über den Harz war aber auch traumhaft! Aber irgendwann musste man ja schließlich weiter laufen. Von da an ging's bergab. Auf der Asphaltstraße kamen uns Horden von Touristen vom Brocken-Bähnle entgegen, die sich bestimmt über die Verrückten mit der Startnummer wunderten.



Beim VP Knochenbrecher (einfach putzig, diese Namen) gab es die bei dieser Hitze willkommenen Getränke - und natürlich auch wieder den unvermeidlichen Schleim, den ich dieses Mal aber vorsichtshalber stehen ließ.

Es wurde immer heißer (die Bottwartaler wissen, was ich meine) und ich war froh, dass es ab KM 23



wieder in den Wald ging. Dem Glashüttenweg folgte der Hexenstieg (was denn sonst?), der gut sichtbar am Streckenrand ausgeschildert war. Das permanente Bergab-Laufen ging mit der Zeit doch ganz schön auf die Knochen. Sogar die Bauchmuskulatur machte sich unangenehm bemerkbar (auch wenn ich dachte, ich hätte keine). Und so war ich ganz froh über die kurzen Anstiege bei KM 32 und 36. Ein traumhafter Ausblick auf den Harzwald und Wernigerode machte noch einmal Laune, bevor mich KM 39 mit einem steilen, steinigen und sonnigen Abstieg vor die letzten koordinativen Herausforderungen stellte. Die letzten beiden KM zum Ziel an der Himmelpforte waren auf weichem Waldboden dagegen wieder gut zu laufen. Jetzt

brauchte ich dringend ein Kaltgetränk, natürlich aus Hasserode....

Fazit:

Ein toller Landschaftslauf bei traumhaftem Wetter mit super, wenn auch ungewohnter Verpflegung machten den Lauf zu einem echten Erlebnis.

Ohne dem Dichter zu nahe zu treten:

Wetter hell, Sonne grell, selten schnell, Matthias Schell.