

## Bildergalerie:



**Start:** Morgens um 6 schon gute Laune. Die Anspannung wächst und vorne links stehen ca. 10kg Holz, die getragen werden wollen. Der Start musste aufgrund einer Baustelle ans Gymnasium verlegt werden.



**KM 1:** Wer möchte an so einem Tag nicht gleich an so einem See vorbeilaufen. 16 Grad morgens um 6 deuten aber auf einen langen „heissen“ Tag hin.





**KM2:** Noch ist unser Holzmann hoch motiviert und treibt die Mitläufer an



**KM3 :** Die Sonne geht langsam auf, es ist 6:25 und die Stöcke kommen schon zum ersten Einsatz.





**KM4:** Wie an einer Perlenkette zieht sich das Feld den ersten Berg hinauf. Einige ziehen schon die ersten Kleidungsstücke aus. Es wird uns heute definitiv nicht frieren



**KM5:** Überholen ist hier kaum möglich und dieser Teil des Feldes hat es auch nicht wirklich eilig, wir genießen lieber die herrliche Aussicht





**KM 5:** Wenn das nicht als Motivation reicht um mal einen Trail zu laufen, was dann?



**KM 6:** Schritt-Tempo einzuhalten ist heute definitiv kein Problem, oft ist es sogar die maximale Geschwindigkeit. Gut um 7 Uhr spielen in der Regel wenig Kinder in den Bergen an der Strasse.





**KM 7:** Die Einkehr muss noch warten; eigentlich schade, macht aber erst in knapp 2 Stunden auf, das ist zu spät.

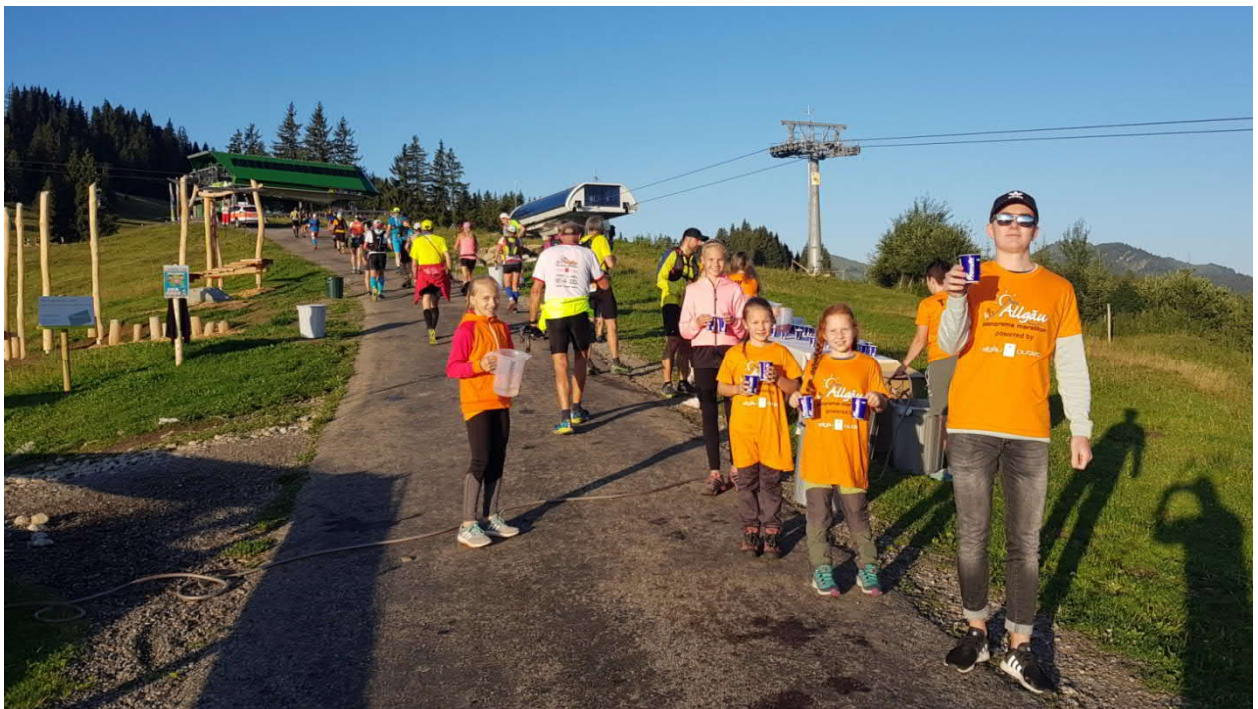


**KM 7:** Kühe gab es heute genügend zu betrachten. Aber wer betrachtet denn wen?





**KM8:** Hoffentlich noch kein Problem nach 12% der Strecke. Noch ist es kühl und teilweise schattig.



**KM 8:** Die erste Getränkestation und sehr freundliche, sehr jugendliche Unterstützer an der Weltcup-Hütte. Es wird langsam warm, aber die Stimmung ist bestens.





**KM 12:** Einer der typischen Durchgänge, der erste Anstieg zum Weiherkopf zieht sich sehr lang hin.



**KM 13:** Auf dem Weiherkopf ist der erste lange Berganstieg geschafft. Peter treffe ich auch dort oben. Die ersten knapp 1000 Höhenmeter sind abgehakt.





**KM 16:** Kurz vor der ersten Vollverpflegung geht es nochmal kernig den Berg hoch. Nachdem es die letzte beiden KM doch eher gediegen bergab ging.



**KM 17:** Der Athlet sollte keine Angst vor Kühen haben, das könnte bei diesem Trail problematisch werden (siehe auch KM 60). #55789 war aber völlig entspannt.





**KM 19:** Grasgehren, die erste Vollverpflegung ist in Sicht und deckt voll die Erwartungen ab.



**KM21:** Für alle die lieber Pferde anschauen, auch die gab es in voller Schönheit zu betrachten



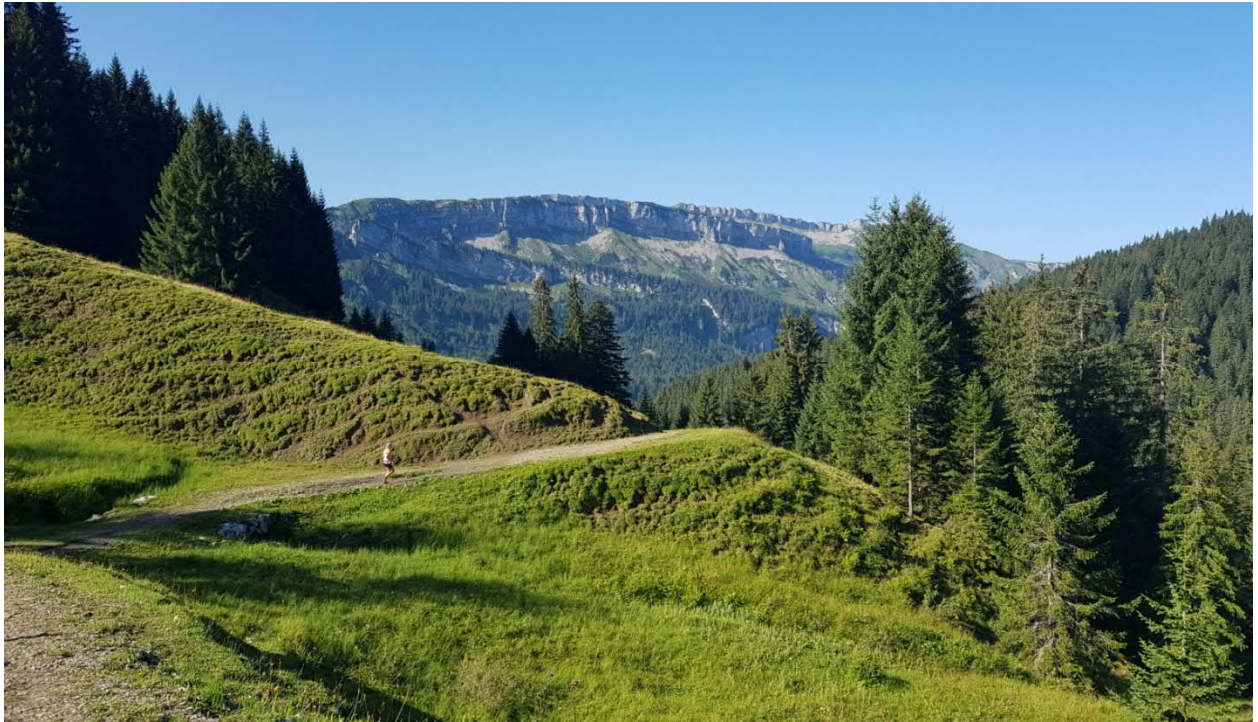


**KM22:** Auf herrlichen Pfaden geht es zur Alpe Dinjörgen. Dort trennt sich die Marathon und Ultrastrecke



**KM 23:** Bisher läuft alles bestens und das Wetter ist ein Traum!





**KM26:** Am Bergpanorama vorbei geht es Richtung Kleines Walsertal. Die ganze Gegend sieht aus wie ein gepflegter großer Golfplatz. Gemähte Wiesen, saftiges grünes Gras und nirgends Abfall.



**KM 30:** Jetzt kommen die attraktiven Alternativangebote. Die Bank wäre ganz nett und noch netter ein kühles Getränk in der nahen Gastätte, leider in der falschen Richtung. Noch ist der Geist und Körper stark und widersteht der Ablenkung.





**KM 32:** Am Hörnlespass wird wieder „voll“ verpflegt. Ich nehme von allem etwas und vor allem Cola, kalt und super lecker.



**KM 33:** Immer wieder diese andächtigen Alternativangebote.





**KM35:** Ritzlern liegt hier schon rechts hinter/unter den Läufern. Der zweite Berg zur Söllereckbahn ruft auch diese Steigungen sind teilweise sehr beachtlich.



**KM 37:** Auf dem Weg zur Söllereckbahn teilen wir uns den Weg mit Kühen, Touristen und dem einen oder anderen Hund. „Shared economy“ so muss es sein.