

# Achensee Lauf

04. September 2022

ein Bericht von Mathias Schell



Nach der Ausschreibung hat der Achensee-Lauf einiges zu bieten: eine rund 23 km lange Strecke, ein einmaliges Panorama am Ufer des Achensees, ein abwechslungsreiches Laufterrain mit Asphalt-, Schotter- und Waldwegen und ein Höhenprofil mit herausfordernden Anstiegen. Das macht neugierig und reizt natürlich zu testen, ob die Realität halten kann, was der Werbeblock verspricht. Um es vorweg zu nehmen: die Veranstalter haben nicht übertrieben.

Der Regen der Nacht hatte rechtzeitig aufgehört. Die 650 Starter frieren noch. Aber rechtzeitig zum Start in Pertisau kämpft sich die Sonne durch den Nebel und gibt den Blick auf die umliegenden Berge frei. Schon nach dem ersten Kilometer kommt man auf den Uferweg des Achensee und das bleibt auch für die restlichen 22 Kilometer so. Die Strecke führt Richtung Maurach an das Südufer des Sees und nach 4 Kilometern auch durch den Strandbereich der Atoll-Therme. Von dort aus geht es am Ostufer entlang nach

Achenkirch, immer die Berge vor Augen, in denen die letzten Nebelreste hängen. Das malerische Panorama verleitet zu einem Fotostop. Die 10 Kilometer bis Achenkirch sind flach und einfach zu laufen.

An der Nordseite des Sees nehme ich noch eine kleine Stärkung an der Labestation, denn schließlich warten ja noch die versprochenen herausfordernden Anstiege. Zurück am Westufer beginnt der Trail Teil mit 300 Höhenmetern. Kurze, aber scharfe Anstiege wechseln sich mit ebensolchen Abstiegen ab. Treppen hoch und wieder runter, teilweise mit Drahtseilen gesichert. Und neben den steil abfallenden Felsen immer der türkis schimmernde See. Wenn es nicht so anstrengend wäre, könnte man die traumhafte Landschaft genießen.



Erst ab der idyllisch gelegenen Gaisalm ist der schwierigste Teil geschafft und es folgt ein schöner Trail durch den Wald. Aber auch hier ist noch Vorsicht angesagt, um nicht über die Äste und Steine zu stolpern. Die letzten beiden Kilometer sind dann wieder eher gemütlich auf dem Wanderweg zurück nach Pertisau.

## **Fazit:**

Wenn man einen Urlaub am Achensee plant, dann sollte man diesen Lauf unbedingt mitnehmen. Der gut organisierte Lauf mit einem wirklich sehenswerten Panorama bietet wirklich alles, was man sich von einem Landschaftslauf wünschen kann.

