

Glück Auf – 23 Laufkilometer im Bergwerk

25. Februar 2024

ein Bericht von Matthias Schell

Laufen unter Tage? In einem Bergwerk? 500 Meter unter der Erde? So verrückt wie es sich anhört, ist der Kristallmarathon im Salzbergwerk Merkers in Thüringen auch!! Offensichtlich gibt es neben mir noch genügend andere Verrückte, denn die Läufe waren in kürzester Zeit ausverkauft, und das schon im Oktober!

Schon der Einstieg ist spannend. Im Fahrstuhl fahren wir in 90 Sekunden schnell die 500 Meter nach unten, natürlich mit (Fahrrad)Helm. Danach kommt man durch die Luftschleuse, die dafür sorgt, dass die Luft so tief unten erstaunlich gut ist. Hinter der Schleusentür warten bereits die Pritschenwagen, die uns zur großen Halle bringen, wo der Start-/Zielbereich ist. Da dort auch Mountainbike Rennen und Konzerte veranstaltet werden, ist man hier unten auf alles vorbereitet. So wird vor dem Start noch eine Lasershow geboten. Natürlich mit dem Bergmannslied „Glück auf, der Steiger kommt“. An diesem Sonntag kommt aber nicht der Steiger, sondern es zieht rund 650 Läufer ins Bergwerk, um einen Marathon, Halbmarathon oder einen 10er zu laufen.

Für den „Halbmarathon“ sind 7 Runden á 3,3 km zu absolvieren, also etwas mehr als 23 km. Hier unten herrschen das ganze Jahr Temperaturen von rund 21 Grad. Ich kann also im Winter in kurz laufen. Pünktlich um 11.05 Uhr erfolgt der Start, 5 Minuten nach den Marathonis. Nach der ersten Kurve kommt schon der erste knackige Anstieg, der mir unter dem Helm den Schweiß auf die Stirn treibt. Der Stollen ist zwar leidlich ausgeleuchtet, aber die Stirnlampe als Pflichtausrüstung ist schon sinnvoll. Bereits in dieser ersten Runde ist klar, dass die Strecke mit knapp 400 Höhenmetern sehr anspruchsvoll ist. Dafür kommt spätestens nach 2 km eine gut ausgestattete Verpflegungsstelle zur Stärkung. Vor allem die Getränke sind gefragt, denn die Luft hier unten ist ziemlich trocken.

Nach 3 Runden kennt man das Streckenprofil recht genau. Die zwei anspruchsvollen Rampen und die beiden 600 und 300 Meter langen Geraden mit moderater Steigung kosten ordentlich Kraft. Dafür kann man sich bei den Gefällstrecken wieder ein wenig erholen, auch wenn die Muskulatur bergab ebenfalls ziemlich beansprucht wird. Ich staune, mit welchem Tempo mich die besten Läufer überrunden. Das wäre auch mit vorbildlichem Training nicht zu schaffen, welches ich ja eh nicht absolviert habe.

Im Zielbereich wird auf einer Videowand die gelaufene Rundenzahl angezeigt. Insbesondere die Marathonis könnten sonst bei der Zählung ihrer 13 Runden etwas durcheinander kommen. Meine Rundenzeiten bewegen sich um die 21 Minuten und bereits nach 5 Runden bin ich platt. Ich beschließe, auf den letzten beiden Runden die Rampen zu walken, um Kraft zu sparen. Eine gute Taktik, denn die langen Anstiege kann ich durchlaufen. Und so schaffe ich auch die letzten beiden Runden und kann die Zielverpflegung genießen.

Fazit:

Ein außergewöhnlicher Lauf in einer spannenden Umgebung, der schon allein durch die Erlebnisse im Bergwerk sein Geld wert ist. Als Bonus gibt es zum Ausstieg noch eine Fahrt zur Kristallgrotte, die in 800 Meter Tiefe bei 28 Grad wirklich sehenswert ist. Nach 8 Stunden unter Tage bin ich aber dennoch froh, wieder wohlbehalten das Tageslicht sehen zu dürfen. Zumindest ein klein wenig kann ich nachfühlen, was die Bergleute in den Gruben geleistet haben.

Ergebnis

Matthias Schell 2:30 h – 6. AK M60

Bildergalerie



„Hier geht's runter“



Cooler Motto



Fahrt zum Start



Die letzten Meter zu Fuß...



Bis zur großen Start-/Ziel-Halle



Start der 10 km-Läufe



Hinein ins Dunkel....

16. Kristallmarathon – 500 Meter unter der Erde bei 21 °C						
Pl.	Rd.	SN	Name	Letzte R.	Zeit	Wettb.
(94.)	5 / 7	560	Jürgen Muth	22:19	1:45:58	HM
(95.)	5 / 7	536	Matthias Schell	21:24	1:45:59	HM
(92.)	5 / 7	554	Frank Krommrei	23:56	1:45:30	HM
(93.)	5 / 7	633	Marco Bernhard	22:50	1:45:48	HM
(91.)	5 / 7	525	Stefan Bachmann	21:20	1:45:17	HM
(21.)	5 / 7	642	Juliane Hill	21:21	1:45:17	HM
(22.)	5 / 7	683	Nicole Hobein	22:08	1:45:51	HM
(25.)	5 / 13	37	Dörte Schwalbe	23:11	1:50:47	M
(141.)	5 / 13	208	Ralf Methling	21:13	1:50:08	M
(58.)	6 / 13	164	Philipp Gleißner	18:18	1:50:13	M
(3.)	6 / 7	729	Sandra Weißbach	18:02	1:45:27	HM
(90.)	5 / 7	676	Torsten Krause	22:49	1:45:12	HM

Nach jeder Runde gibt es Ergebnisse und die absolvierten Runden



Die Verpflegung ist prima, die Helfer super freundlich



Endlich geschafft



Nochmal 300 Meter tiefer...



...zur Kristallgrotte



Nach 8 h unter Tage