

72,2 Kilometer gegen den Schweinehund

Ultralauf | Nach vier Ultraläufen bezwang LT-Gmünd-Obmann Bernhard Bock den gefürchtetsten Klassiker Europas – in 7:47std!

von Petra Suchy

Starten ist Überwindung. Durchhalten ist Erfolg – Ankommen ist der Sieg!“ Das ist nur eines von vielen Mantrien, die Bernhard Bock auf seinen sportlichen Herausforderungen antreiben. Als der erfahrene Marathoni (Bestzeit: 58.55 Stunden) vor zwei Jahren die Ultralauf-Szene für sich entdeckte, bekam er den Begriff mentale Ausdauer für ihn eine neue Bedeutung. Nach zwei 6h-Läufen und zwei „100ern“ sagte sich der Hoheneimer nun am Samstag an der Königsstrecke unter den Ultras heran – den Rennsteiglauf im Thüringer Wald, den härtesten Ultra-Crosslauf Europas.

Null Asphalt, kein gerader Kilometer

Diesen Ruf hat sich der 72,2km lange Traditionslauf durch seine 2.440 Höhenmeter, sein Streckenprofil (4 Anstiege, 17 Downhills) und seine Bodenbeschaffenheit verdient. „Da gibt’s keinen geraden Kilometer, null Asphalt – dafür Wiesen, jede Menge Schotter- und Wurzelpassagen, Steige und Waldwege“, erzählt Bernhard Bock.



Eine mentale Glanzleistung legte Bernhard Bock beim 72,2km langen Rennsteiglauf hin – die letzten 20km trug ihn nur mehr der Gedanke ans Finisher-Leiberl. Foto: privat

Vor allem der Boden habe ihn zermürbt – „den hab ich einfach unterschätzt.“

Um 6 Uhr Früh setzten sich 2.200 Läufer im „Supermarathon“ am Marktplatz im deutschen Eisenach (210m Seehöhe) in Bewegung. 7:47 Stunden später lief Bock dann am Schmiedefelder Sportplatz als 473. bzw. Achter von 25 Österreichern ins Ziel ein. Es war der bisher härteste Wettkampf im Leben des 47-Jährigen. Nach den ersten 1,5km erreichte der Tross den Thüringer Wald. Bock: „Wir passier-

ten keine Ortschaft mehr, sahen keine Anzeichen von Zivilisation, es ging die ganze Zeit nur bergauf und bergab. Die Anstiege, die man nicht laufen konnte, aber auch die steilen Bergabpassagen waren brutal.“

Nach etwa 60 Kilometern hatten die Läufer den höchsten Punkt (ca. 1.000m Seehöhe) erreicht, für den LT-Gmünd-Obmannwar der Knackpunkt aber schon 10km vorher erreicht – da half auch der berühmte Rennsteiger Hafer-schleim, der an den Versorgungspunkten

neben Würsteln und Schmalzbrotten ausgegeben wurde, nicht mehr.

„Das war der härteste Wettkampf meines Lebens.“

Bernhard Bock

„Ich war muskulär am Ende, die letzten 20km hab ich mich nur mehr mental durchgeboxt und mir immer wieder gesagt: Das Finisher-Leiberl holst du dir!“

RANDNOTIZEN



Verletzungspech.

Erich Scharf ist frustriert. Der LTU-Obmannstellvertreter sollte eigentlich voll im Training für seinen Berlin-Marathon im September stehen, seit 14 Tagen ist er aber schon keinen Schritt mehr gelaufen. „Es ist frustrierend – ein Spiegelbild zum Vorjahr, als ich zur gleichen Zeit meinen Ischiasnerv beleidigt hab“, sagt der Waidhofner. Seinen Salzburg-Marathon beendete er noch unter Schmerzen, bei den Cupläufen in Gars und Ottenstein musste er wie in den Vorjahren verletzungsbedingt passen. Scharf: „Die Entzündung ist diesmal aber so hartnäckig, dass ich’s ohne Spritze nicht mehr ausgehalten hab.“ Die nächste Herausforderung steht ihm übrigens in organisatorischer Hinsicht ins Haus: Der LTU lädt am 13. Juni zum 20. Waidhofner Stadtlauf.

Doppelter Einsatz.

Philipp Bartl aus Brunn (LTU Waidhofen) hat ein kräftezehrendes Wettkampf-Wochenende hinter sich. Am Samstag absolvierte er in Traun seinen zweiten Triathlon. Am Sonntag startete der 7-Jährige in Ottenstein sowohl im Hobby- als auch im Kinder-2-Lauf. In seiner Altersklasse konnte Philipp den Bronzepokal mit nach Hause nehmen. In Traun erwischte ihn das Regenwetter voll, nach dem Schwimmen wurde die Radetappe gestrichen – es ging also gleich auf die Laufstrecke. In seiner Altersklasse (2005/2006) wurde er Achter. Mit seinem Vereinskollegen und großen Vorbild Joachim Mödlagl trainiert der Youngster heuer noch für zwei Viertelmarathons und den Litschauer Eisenmann. -ps-



EELAUFLAUF OTTENSTEIN, FORTSETZUNG ERGEBNISSE

HOBBYLAUF – 3 km: 1. Julian Hofbauer (Melk) 10:53min, 2. Andi Zöchling 10:58, 3. Daniel Hable 11:31, ..., 5. Andreas Langegger (Litschau) 13:03, ..., 7. Nico Layr (LTU Waidhofen) 13:20, ..., 9. Mario Piringer (Waidhofen) 14:07, ..., 11. Jana Höbarth 14:41, ..., 13. Christian Riener (bd. LT Gmünd) 16:08, 14. Liane Zöchling 16:12, 15. Andreas Schwanda (Waidhofen) 16:18, ..., 19. Philipp Bartl (LTU) 17:03, 20. Karl Prokupek (Waidhofen) 18:45, ..., 21. Veronika Eggenweber (LTU) 19:23, ..., 32. Andrea Katzenbeißer (Litschau) 19:47.

○ **KINDER I (U8) – 300m:** 1. Moritz Gammerrith (Wien) 0:54, 2. Sebastian Höchtl 0:54, 3. Julian Gierer 0:55, 4. Cordula Dangl (LT Gmünd, 1. WU8) 0:56, 5. David Pöll 0:57, ..., 7. Moritz Schäfer (Waidhofen) 1:00, ..., 27. Nadine Steindl (Weitra) 1:18, 30. Juliane Schlerizko (Heidenreichstein) 1:24, ..., 33. Selina Prokupek (Waidhofen) 1:50.

○ **KINDER II (U10) – 380m:** 1. Manuel Steindl (Weitra) 1:04, 2. Julian Mörx 1:07, 3. Alina Preysler 1:08, ..., 5. Lea Weidemann

1:11, ..., 7. Kerstin Zwinz 1:13, 8. Philipp Bartl (bd. LTU) 1:14, ..., 13. Anja Riener (LT Gmünd) 1:22, ..., 17. Barbara Schlerizko (Heidenreichstein) 1:32.

○ **SCHÜLER I (U12) – 1000m:** 1. Patrick Bayer (SCU Gars) 3:55, 2. Thomas Riener 4:15, 3. Lena Rakovsky (bd. LT Gmünd) 4:28, 4. Magdalena Schöller 4:33, 5. Kerstin Preisl (Dynamo Seyring) 4:35, 6. Julian Schmid 4:45, ..., 10. Katharina Bartl (LTU Waidhofen) 5:23.

○ **SCHÜLER II (U14) – 1000m:** 1. Daniel Peschel (Aigen) 3:39, 2. Zeno Eggenweber (LT Gmünd) 3:42, 3. Sebastian Steininger 3:52, 4. Tobias Kröpfel 3:52, ..., 7. Philipp Weißensteiner (LT Gmünd) 4:03, ..., 16. Daniel Holzner (Windigsteig) 6:30.

○ **JUGEND – 3km:** 1. Stefan Mayerhofer (US-KO Melk) 11:08, 2. Willem Schra 12:06, 3. Till Schöchtner 12:16, ..., 7. Fabian Haidvogel 14:28, 8. Alina Haidvogel (bd. LT Gmünd) 14:29.