

# Abenteurer Gigathlon 2011

Autorin: Corinne Grieder

Am vorletzten Freitagnachmittag ging's auf ins Wallis (dank dem Lötschberg-Basistunnel ein Katzensprung von Basel aus): vom 1.- 3. Juli fand der Gigathlon 2011 statt! Bereits in Bern waren auffällig viele Leute in Laufschuhen und Trainingskleidern unterwegs. Ihre Rennvelos, Bikes und Inlines wurden so gut verstaут, dass schliesslich in Spiez die Zugtüren gar nicht mehr aufgingen (Sitzplätze hatte es sowieso keine mehr). Zum Bersten voll waren die Regionalzüge von Visp nach Turtmann. Kein Wunder, wenn rund 4'500 Gigathleten an den gleichen Ort zum Basicamp in Turtmann und Leukerbad müssen- es geht los!

Nachdem wir eingeecheckt und die Zelte aufgestellt hatten, fand um 20 Uhr die Eröffnungsfeier statt. Zu diesem Zeitpunkt wurden nochmals die einzelnen Strecken vorgestellt. Am Samstag: 33km/50Hm Inlines, 59km/2000Hm Rennvelo, 3km Schwimmen, 14km/1600Hm Laufen und 31km/1440Hm Bike. Am Sonntag: 19km/750Hm Inlines, 55km/1450Hm Bike, 3km Schwimmen, 40km/1050Hm Rennvelo, 15km/1560Hm Laufen und nochmals 68km/1211Hm Rennvelo. Die Abenteuerreise führte total über 340km und 11'111 Höhenmeter! Der Gigathlon kann alleine als Single, zu zweit als Couple oder zu fünft in einem Team of Five absolviert werden. Ich durfte in einem 5er-Team die Laufstrecken in Angriff nehmen. Etwas Respekt hatte ich schon von den beiden Strecken, vor allem die Höhenmeter und die dünne Luft auf 3000müM machten mir Eindruck...

Am Samstagmorgen ging's los nach Crans Montana, wo ich um 12.55Uhr von der Schwimmerin abgelöst wurde und endlich losrennen durfte! Gleich zu Beginn rannte man eine zwar kurze aber sehr steile Strecke hinauf bis es dann allmählich „flacher“ wurde bzw. die Steigung stetig war und ich so einen guten Laufrhythmus finden konnte. Nach 2.5km kam bereits der 1. Verpflegungsposten, wo ich jedoch durchlief und erst bei Kilometer 6.5 einen Becher Wasser nahm, da es doch sehr heiss war und man (noch) schwitzte. Ungefähr bei Kilometer 9 aber musste ich meine leichte Windjacke anziehen (es war im Übrigen Pflicht auf beiden Strecken am Samstag und Sonntag einen Regenschutz mitzutragen! Andernfalls hätte es eine Zeitstrafe von 60' für das Team gegeben!), da es merklich kühler wurde und zudem ein kalter Wind ging. Bei Kilometer 10 war der letzte Verpflegungsposten, wo ich nochmals Wasser und zusätzlich eine Bouillon nahm. Denn für die anschliessenden 4 Kilometer musste man seine Depots nochmals auffüllen, da diese recht anspruchsvoll waren und teilweise über Schnee-, und Geröllfelder führten (ich hätte vielleicht besser noch ein Stück Riegel oder einen Gel genommen)...Nach 2:31:04, 14km und 1600Hm kam ich dann oben auf der Plaine Morte an. Was für ein Gefühl, dass man es geschafft hat...! Lange Zeit zum Ausruhen hatte ich jedoch nicht, da ich mit der Gondel wieder runter nach Crans Montana fahren und den Chip an den Biker übergeben musste. Um 20.00Uhr war dann dieser auch wieder zurück in Turtmann- Tag 1 war schon vorbei.

Am Sonntagmorgen war bereits um 06.00Uhr Tagwache; zur selben Zeit war der Massenstart der Inliner, der, wie auch schon am Vortag, mit einigen Stürzen von sich reden liess. Ich holte meinen Zmorge- und Lunchsack und dann ging's um 07.22Uhr auf den Zug nach Zermatt. Nach rund 1.5 Stunden waren wir dann dort und hatten noch gut eine Stunde bis zum Sammelstart um 10.45Uhr. Mit einem Kollegen ging ich zuvor noch etwas einlaufen und versuchte meine müden Beine zu aktivieren.

Bereits zu diesem Zeitpunkt dachte ich mir, dass ich wohl auf den 15km zu kämpfen haben werde...Ok, um 10.45Uhr dann der Start: während die vordersten wie Zäpfchen davon rannten, habe ich mich bewusst zurückgenommen. Denn der erste Kilometer war dieses Mal flach (ok, dass ich allzu schnell losging, war rein kraftmässig sowieso nicht möglich) und ich habe dann ein gutes Tempo gefunden, so dass ich bergauf bis Kilometer 3.5, wo es wieder flacher wurde, alles „rennen“ (also einfach nicht marschieren ☺) konnte. Die Strecke war wunderschön! Praktisch die ganze Zeit über hatte man das Matterhorn vor Augen und die Natur mit Bäumen, Blumen, Bergen und den tollen schmalen Wegen mit Wurzeln und Steinen war grossartig! Da die Strecke sehr abwechslungsreich war und man sich wirklich konzentrieren musste, wo man hintrat, kamen dann bald auch schon Kilometer 9, 11 und 13, wo man ein letztes Mal verpflegen konnte. Wieder kurz angehalten und etwas getrunken, nahm ich die letzten 2 Kilometer in Angriff. Nun merkte ich mit jedem Meter, dass die Luft dünner und dünner wurde, meine Kraftreserven aufgebraucht waren und meine Konzentration nachliess...So musste ich mich dann die letzten 500m regelrecht ins Ziel hinauf schleppen, bis ich dann auf 3089müM (der höchste, je an einem Gigathlon angepeilte Punkt) auf dem Gornergrat das Ziel erreichte- yes!! Die Aussicht von dort oben hinunter ins Tal und auf das Monterosa-Massiv und die Gletscher war phänomenal! Doch auch wenn ein solches Panorama gefehlt hätte, hätte mich gleichwohl ein glückliches Gefühl überkommen, dass ich es geschafft habe (ein Typ kam auf mich zu und umarmte mich mit Tränen in den Augen- einfach nur froh und dankbar, dass auch er dort oben ankam ☺). Mit der Gornergratbahn ging es dann in dreiviertel Stunden wieder runter nach Zermatt (wofür ich hinauf 2:39:04 hatte...), wobei die Zeit bei der Zielankunft auf dem Gornergrat gestoppt wurde. Dort übergab ich schliesslich dem Rennvelofahrer den Chip, der zurück nach Turtmann fuhr. Das ganze Team lief dann zusammen ins Ziel, was auch nochmals ein ganz cooles Gefühl war ☺ Rückblickend waren es zwei bzw. drei geniale Tage: wir hatten tolles Wetter, die (Lauf)strecken waren aussergewöhnlich schön (obwohl ich zeitweise schon etwas an meine Grenzen stiess) und auch die Stimmung untereinander im Team und mit den anderen Gigathleten war super- ein echtes Erlebnis!! Und es war bestimmt nicht mein letzter Gigathlon...



Zieleinlauf in Turtmann



Laufstrecke Zermatt-Gornergrat