Trail Running Trilogy 1. Juni 2019 Garmisch-Partenkirchen

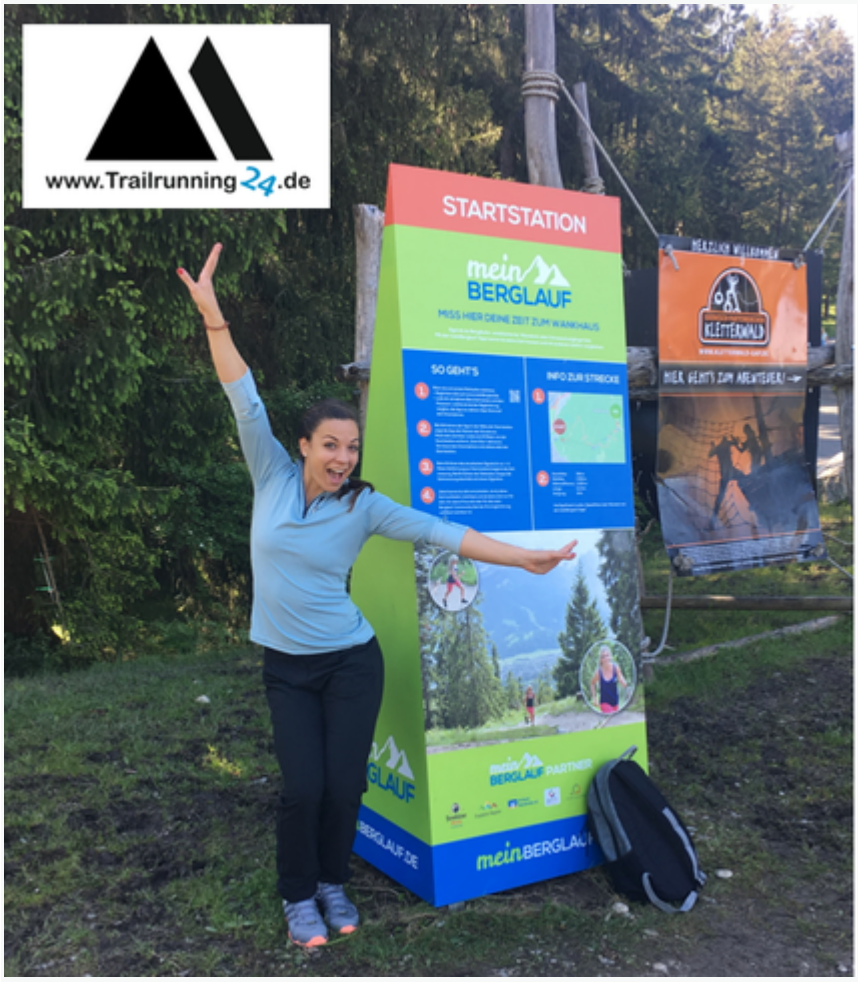


Foto: Julia Hartung - bei der Trail Running Trilogy

Regen, Regen, 10 Grad - ach und Regen - so sah der Mai in Bayern aus... Und so blieb leider auch ich nicht von der Erkältungswelle verschont und wurde pünktlich zu DEM Trail Running Event in Garmisch-Partenkirchen krank.

3 Berge, 2.350 Höhenmeter und knapp **15 Kilometer** - so stand es schon seit Monaten auf meinem Wettkampfplan.

Die **Trail Running Trilogy** fand am 1. Juni statt und bot wunderschöne Trails von **3x3 Stunden** auf den **Wank**,

Eckbauer und den **Kreuzeck.**

So wurden in den Tagen zuvor sämtliche Hausmittel ausgepackt, um mich wieder aufzupeppeln, um das Laufevent eventuell doch noch rocken zu können. Also trat ich die Reise nach Garmisch gemeinsam mit meiner Laufpartnerin Susi trotz Erkältung am 31. Mai an. Abends ging es noch zum Athletenbriefing ins Sport-Quartier an der Olympiaschanze, wo hochmotivierte

Läufer warteten und ein ausgesprochen netter Veranstalter nochmal alle Streckendetails erläuterte. Anschließend haben wir uns mit einer großen Portion Nudeln - in herrlichem Bergpanorama - gestärkt und sind früh zu Bett, um fit für den nächsten Tag zu sein.

Doch leider half nicht mal unser Lieblings-Bergsong “Holz” als Wecklied, um mich wieder fit zu bekommen. Und so haben wir uns entschieden, uns einen Teil der Strecke zumindest in gemächlichem Tempo anzusehen. Los ging’s also am ersten Junitag bei strahlend blauem Himmel und 18 Grad am Kletterwald unterhalb der Wankbahn auf 780 Metern. Hier wurden die Läufer gleich mit einem steilen Anstieg gefordert. Es folgten immer mal wieder kurze flachere Passagen zum Regenerieren, aber die langen Steigungen hatten es dennoch in sich. Zum Glück war der Untergrund relativ eben - wir liefen lange Zeit auf Teer oder Kieswegen - und so war das erste Drittel zumindest technisch nicht anspruchsvoll. Vorbei an Kuhherden und Bachläufen gab es immer wieder etwas zu sehen und es wurde nie langweilig.

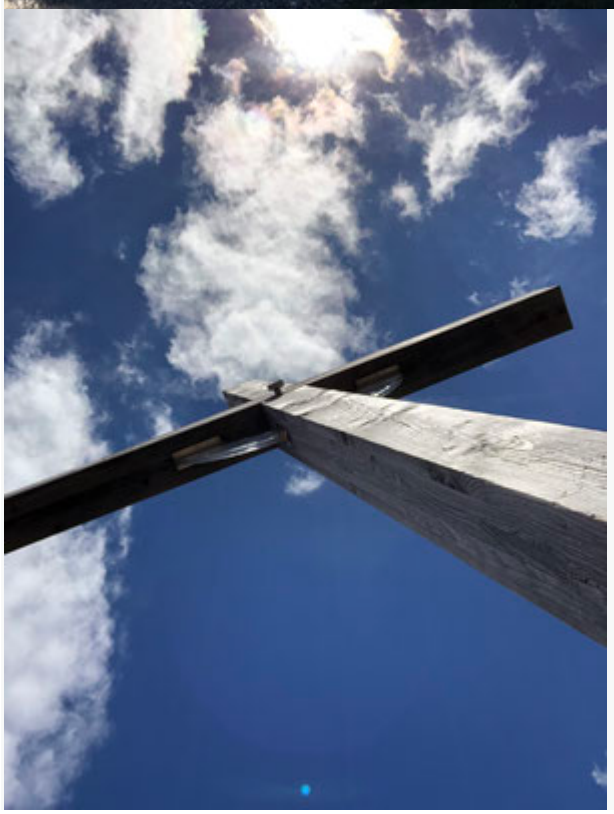
Rund um die Mittelstation der Wankbahn warteten dann längere flache Passagen sowie ein herrlicher Ausblick auf uns.

Aber nur nicht zu früh freuen! Es galt noch rund 600 Höhenmeter zu erklimmen. Und wie stand es so schön auf den Wegweisern des Veranstalters?

"Du kriegst keine Luft mehr? Dann schnauf schneller!"

Also ließen wir das Flachstück hinter uns und kämpften uns durch zahlreiche Kehren und unebenes Gelände bergauf.

Dabei wurden wir ab und zu von ein paar Mitläufern überholt, die wir zumindest anfeuerten, wenn wir an diesem Tag schon selbst nicht alles geben konnten. Der Trail hatte es mit Geröll, Stufen und großen Wurzelstücken wirklich in sich. Der Weg wollte einfach nicht enden und der Magen meldete sich nun auch schon zu Wort. Aber nicht nur wir kämpften uns nach oben, sondern auch die Temperaturen kletterten erbarmungslos aufwärts und erreichten bereits 25 Grad. Also nicht nachdenken, sondern einfach immer weiter laufen ...



Eine knappe halbe Stunde später erreichten wir dann endlich das Ziel oberhalb der Bergstation der Wankbahn.

Hungrig, aber glücklich waren wir froh, die Strecke zumindest als flotte Wanderer mitgemacht zu haben.

Wenn die beiden anderen Strecken auf den Kreuzeck und den Eckbauer nur halb so schön sind, so werden wir nächstes Jahr mit Sicherheit wieder an der Startlinie stehen und dann auch diese beiden Garmischer Berge erklimmen.

Diesmal hat die Vernunft gesiegt, nächstes Mal wird dann wieder gerockt. ;)

Bericht & Fotos: Julia Hartung