

Athleten, Skyrunner, Rekordjäger

Der schnelle Leistungs-Alpinismus unserer Zeit



Text: **Ute Watzl**

Jeder, der mich trifft, fragt als Erstes: Wie schnell warst du?“ Das sagte Ueli Steck 2015 in einem Interview. Der Name des Schweizer Extrembergsteigers stand wie kein anderer für das Klettern in Höchstgeschwindigkeit auf hochalpinen Routen – leicht, schnell und solo. Aber auch kreuzgefährlich. Am 30. April stürzte er bei einer Akklimatisierungstour am Nuptse (7861 m) ab und hinterließ eine fassungslose Fangemeinde.

Wie schnell war ich? Diese Frage treibt Bergsportler heutzutage mehr um als jemals zuvor. Ging es am Berg nicht immer um Freiheit, Naturerlebnis und Abenteuer? Für Ueli Steck war die Antwort klar: „Ich bin nicht auf Abenteuer aus, ich bin Sportler.“ Sein Tun nannte er „athletischen Alpinismus“. Und damit war er Teil eines Trends, den er mitprägte. Mehr denn je sind die Berge heute Sportplatz und Wettkampfarena. Rekorde und Geschwindigkeiten sind fester Bestandteil der Berichterstattung über alpinistische Errungenschaften – „Zahlenalpinismus“, wie Reinhold Messner sagt.

Kilian Jornet stieg zweimal innerhalb einer Woche auf den Mount Everest.

„Junge Bergsportler lieben es leicht, schnell und sportlich“, erklärt das 30-jährige slowenische Klettertalent Luka Lindič das Phänomen, dass außer ihm kaum junge Bergsteiger an den Achttausendern anzutreffen sind. Tagelanges Warten im Zelt auf das passende Wetterfenster gefällt den wenigsten. Der gute alte Expeditionsstil – aufwendig, personalintensiv und vor allem langsam – findet kein mediales Echo mehr. Selbst kommerzielle Expeditionsveranstalter wie Furtenbach Adventures machen Druck. Dank Vorakklimatisierung daheim ▶

Im Laufschrift über die Alpen: »GORE-TEX® Transalpine-Run«

Foto: Harald Wishtaler

in Hypoxiezelten, in denen der Sauerstoffgehalt großer Höhen simuliert wird, soll der Mount Everest als „Flash“-Expedition in nur vier Wochen gemeistert werden. Zeit ist schließlich Geld.

„Wenn heute ein Kletterer zeigen möchte, dass er die Dinge besser machen kann“, sagt Bergsteiger-Legende Kurt Diemberger, „dann zeigt er das durch die Geschwindigkeit des Aufstiegs.“ Ob Stecks Solo-Besteigung der Annapurna in 28 Stunden oder Honnolds Free-Solo-Durchsteigung des „Freerider“ am El Capitan – ohne zügiges Tempo wären Touren wie diese nicht möglich.

Die Aussicht genießen? Vielleicht, aber oft auch nicht. Denn manchmal zählt der Rekord erst, wenn auch der Abstieg in neuer Bestzeit absolviert wird.

Die Beine fliegen über Steine und Schotter hinab, auf Schneefeldern wird gerutscht oder auf dem Hosenboden Fahrt aufgenommen. Trailrunning ist das Spiel mit dem Gelände und den eigenen Grenzen. Immer mehr Rennen werden in den Alpen veranstaltet, in denen Tausende die Berge buchstäblich im Schnelldurchlauf hinter sich lassen und sich – so scheint es – gern freiwillig quälen. „Wöchentlich messen sich Bergläufer in Trailruns, Ultratrails und Ultramarathons“, sagt Julia Conrad. Ihre Agentur Plan B hat 2005 den »GORE-TEX® Transalpine-Run« ins Leben gerufen. Diese Alpenüberquerung im Laufschrift zählt inzwischen zu den Wettkampfklassikern. In diesem Jahr meistern die Zweier-teams auf dem Weg von Fischen im Allgäu nach

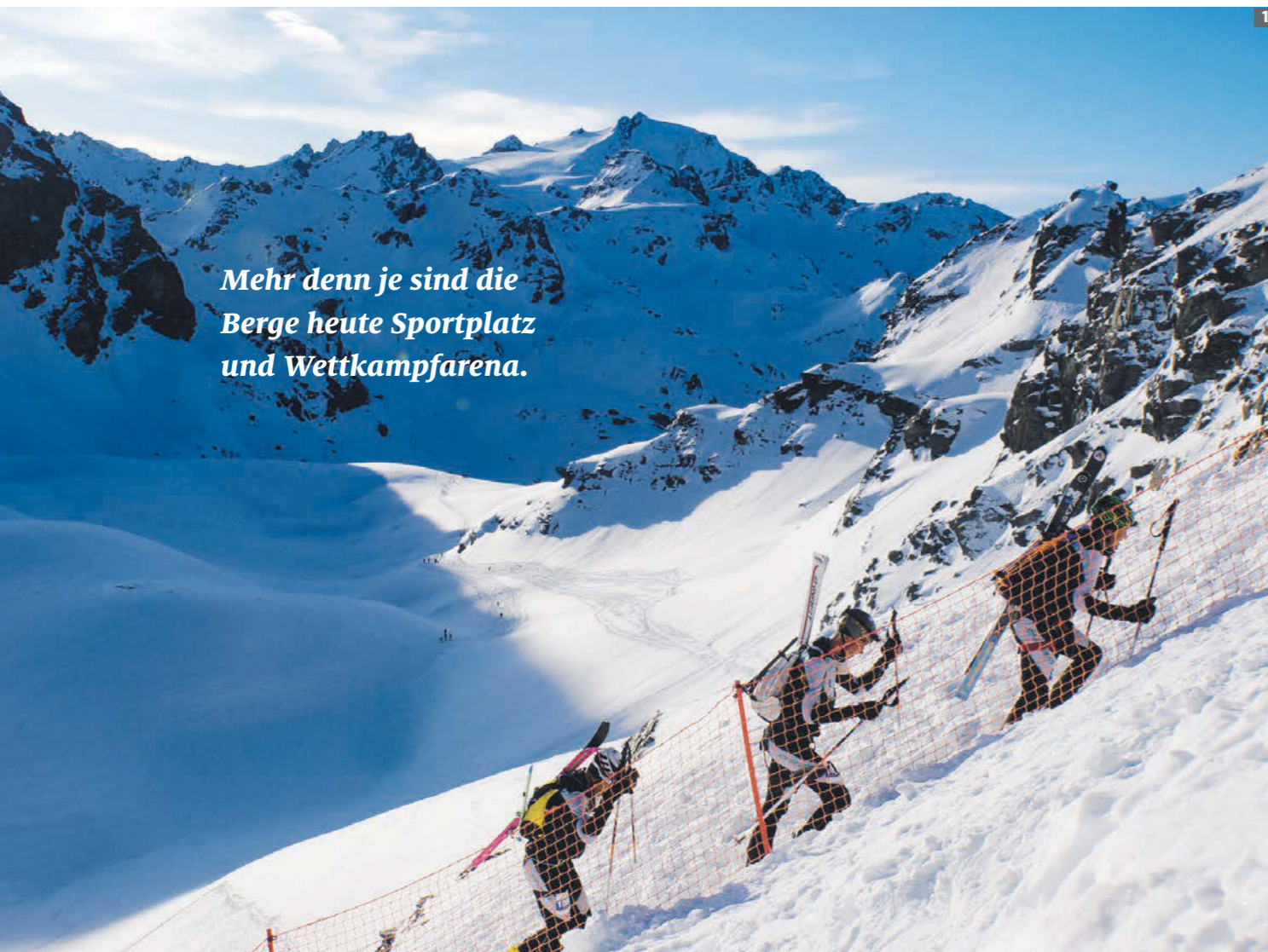
Sulden am Ortler in sieben Tagen rund 15.000 Höhenmeter und 263 Kilometer.

In Deutschland lockt der »Salomon Zugspitztrail powered by Ledlenser« jährlich Tausende Trailrunner an, bei der Ultratrail-Distanz werden 100 km und 5400 Höhenmeter im Aufstieg absolviert. „Seit 2013 haben wir hier stark wachsende Zahlen“, berichtet Conrad. Die Mutter aller Ultras in den Alpen aber ist laut Conrad der »UTMB®« (Ultratrail du Mont Blanc). Er führt auf einer Strecke von etwa 168 Kilometern mit mehr als 9000 zu überwindenden

Trailrunning ist das Spiel mit dem Gelände und den eigenen Grenzen.

Höhenmetern um das Mont-Blanc-Massiv. Und immer neue Events füllen die Berglauf-Agenda. Von der Stadt Innsbruck ins ewige Eis führt unter dem Motto „urban2glacier“ der »Stubai Ultratrail« (5116 Höhenmeter im Aufstieg und 2554 Höhenmeter im Abstieg auf 60 km Strecke). Und im September startet der »Original Mountain Marathon« (OMM), der in England und Schottland Kultstatus genießt, erstmals in den Alpen.

Es gibt Läufer, denen diese Trailruns nur zum Training fürs Skyrunning dienen, bei dem es noch ►



Mehr denn je sind die Berge heute Sportplatz und Wettkampfarena.

1



Einfach nur schnell unterwegs: die „Flinkfüßer“

Ende 2016 hat sich in der Sektion München eine neue Gruppe gegründet, deren Mitglieder gern schnell und im Laufschrift in den Bergen unterwegs sind: die „Flinkfüßer“. Die Idee zu dieser Sektionsgruppe hatte Marian Beranek.

alpinwelt: Marian, warum hast du diese Gruppe ins Leben gerufen?

Marian Beranek: Ich selbst gehe gern schwierige, seilfreie Touren bis zum 3. Grad und bin dabei recht schnell unterwegs. Leider findet man nur schwer Leute, die da mitgehen. Weil es noch keine Gruppe für Bergläufer und schnelle Wanderer gab, habe ich über das Schwarze Brett der Sektionen München &

Oberland Mitstreiter gesucht und mit diesen später die Gruppe gegründet. Heute sind wir etwa 60 Mitglieder mit neun Gruppenleitern.

Welche Ausbildung habt ihr?

Stefan ist Trainer B Alpinklettern. Die anderen und ich, wir werden uns nächstes Jahr ausbilden lassen zum Trainer C Bergwandern oder Bergsteigen.

Was für Touren bietet ihr an?

Neben dem regelmäßigen Lauftraining an der Isar sind es meist einfache, aber verlängerte Wanderungen mit mehreren Gipfeln wie zum Beispiel vom Spitzingsattel zum Tegernsee über Brecherspitz, Boden-



schneid, Baumgartenschneid und Neureuth. Das Ganze in einer kürzeren und einer längeren Version.

Alles im Laufschrift?

Bergauf marschieren wir zügig. Auf flachen Strecken und bei leichtem Gefälle laufen wir. Wir versuchen, immer zwei Betreuer dabeizuhaben, denn das Leistungsniveau ist oft sehr unterschiedlich. Wir möchten die Gruppe dann aufteilen können.

Welche Voraussetzungen muss man mitbringen, um bei euch mitmachen zu können?

Auf den Laufftreffs kann man gut sehen, ob es passt. Wir laufen etwa 10 km/h auf einer kurzen und einer langen Strecke (10 und 18 km). Das ist nicht allzu schnell. Aber wem die 10 km/h zu schnell sind, dem sagen wir dann, dass es nicht so viel Sinn hat, mit uns mitzugehen.

Was steht im Vordergrund: der Sport oder der Naturgenuss?

Zuallererst die Gemeinschaft. Dann kommt der Sport, und dann erst der Naturgenuss. Wer die Natur genießen möchte, geht anders an den Berg.

Interview: Ute Watzl

Fotos: 1 Ute Watzl 2 Ortwin Thate

Spitzensportler und Hoffnungsträger: Karl Egloff



1

Geht es um Skyrunning und Geschwindigkeitsrekorde an hohen Bergen, fällt meist der Name Kilian Jornet. Dabei wurden zwei seiner Rekorde bereits geknackt – von Karl Egloff. Der in Ecuador aufgewachsene Sohn eines Schweizer Bergführers meisterte den Aconcagua in 11:52 Std. und den Kilimandscharo in 6:42 Std. Zuletzt rannte er auch den Elbrus in Rekordzeit hinauf und hinunter.

alpinwelt: Was ist das zwischen Kilian und dir: Wettkampf oder Spiel?

Karl Egloff: Weder das eine noch das andere. Ich habe mit Kilian schon in Chamonix trainiert. Wir haben als Seilpartner den Mont Blanc bestiegen. Er ist ein Kollege, niemals Rivale.

Du lebst in Ecuador, bist dort aufgewachsen. Mit deinem Namen und Aussehen würde man dich eher in der Schweiz vermuten, wo dein Vater herkam. Wo fühlst du dich zuhause?

Im Herzen bin ich Ecuadorianer. Ich habe aber viel Schweizer Kultur im Blut, dank meinem Vater und weil ich acht Jahre in der Schweiz verbracht habe.

Du möchtest alle Seven Summits in Rekordzeit besteigen. Warum?

2014 war ich als Bergführer am Kilimandscharo. Die Träger erzählten mir von einem Weltrekord, den Kilian Jornet dort 2010 aufgestellt hatte, und fragten mich, ob ich nicht versuchen möchte, diesen Rekord zu brechen. Es klappte. So entstand die Idee zu den Seven Summits. Für Sponsoren und Publikum funktionieren diese Berge am besten.

Du warst lange Mountainbikeprofi. Heute bist du Skyrunner. Wie kommt's?

Nach acht Jahren im Mountainbikesport brauchte ich Ende 2012 eine Pause. Ich ging viel bergsteigen, und Freunde luden mich ein, den Rekord am Cotopaxi (5897 m) zu versuchen. Ich bin zwar Bergführer, seit ich 15 war. Aber vom Geschwindigkeitsbergsteigen hatte ich damals keine Ahnung. Doch dann unterbot ich den Rekord um 20 Minuten. Ich war begeistert von der Konzentration, der Planung, vom Training, vom Material.

Was ist dein Ziel? Was treibt dich an?

Ich mache das heute nicht mehr so sehr für mich, sondern für viele, die mich unterstützen. Die anderen Bergführer sagten mir nach dem Rekord am Cotopaxi: „Wir mussten dich erst zwingen, damit du merkst, was wir schon lange wussten: Du bist sehr schnell.“ Ecuador ist nicht unbedingt ein Land voller Spitzensportler. Ich bin heute ein Hoffnungsträger und will das so gut wie möglich machen.

Trailrunning und Skyrunning – ist das auch in Südamerika ein Trendsport?

Seit 2013 boomt es in Südamerika. In Ecuador haben wir jedes Wochenende mindestens einen Wettkampf. Ich kenne keinen besseren Ort. Hier habe ich alles, was ich für mich und meinen Sport brauche: die Höhe, die Distanzen, das Gelände und eine fantastische menschliche Atmosphäre.

Interview: Ute Watzl

technischer und steiler zugeht. Strecken auf über 2000 m Höhe und mit Steigungen von über 30 % kennzeichnen einen „Skyrun“. Die International Skyrunning Federation (ISF) richtet jährlich die Skyrunners World Series aus – 22 Rennen in 11 Ländern zählen darunter, auch das von Kilian Jornet und seiner Partnerin Emily Forsberg höchstpersönlich gegründete »Tromsø Skyrace«. Der Baske Kilian Jornet personifiziert das Skyrunning wie kein anderer. 2015 lief er bei fast allen Weltcup-Entscheidungen der Konkurrenz davon. Für sein Projekt „Summits Of My Life“ jagte er das Matterhorn, den Mont Blanc, den Denali und den Aconcagua in Rekordzeiten hinauf und hinunter. Zuletzt stieg er zweimal binnen einer Woche auf den Mount Everest, in 26 und 28,5 Stunden. Aber auch Kilian ist nicht konkurrenzlos: Der Ecuadorianer Karl Egloff (siehe Interview) kassierte 2014 und 2015 Kilians Rekorde an Kilimandscharo und Aconcagua und stellte kürzlich am Elbrus mit 4:20 Std. eine neue Bestmarke auf. Fürs kommende Jahr hat Egloff sich den Denali vorgenommen. Sein Ziel: Rekorde an allen Seven Summits zu erzielen.

Während die sommerlichen Ultratrails in Europa noch vergleichsweise jung sind, gibt es im Winter traditionsreiche Skitouren-Rennen. Das Skibergsteigen, mit jedem Jahr beliebter, bewirbt sich deshalb als Olympische Disziplin für die Spiele 2022. Das älteste Rennen ist die Patrouille des Glaciers (PDG). Erstmals 1943 vom Schweizer Militär ausgetragen, um die Einsatzfähigkeit des Heeres im Krieg zu testen, ist die PDG heute ein Kulturrennen. Noch immer messen sich dabei jedes zweite Jahr militärische Drei-Mann-Patrouillen aus allerlei Ländern auf dem 100 km langen Gletscherparcours mit 6000 Höhenmetern. Mit Düsenjäger-Flugshow zur Siegerehrung in Verbier dient das Rennen als große Werbeveranstaltung für die Schweizer Armee.

Die Pierra Menta in Frankreich, gegründet 1986, ist mit vier Tagesetappen und 10.000 Höhenmetern im Zweierteam vermutlich das härteste, der Trofeo Mezzalama im Monte-Rosa-Gebiet (seit 1975) das höchstgelegene Rennen. In Deutschland ist der „Jennerstier“ in Berchtesgaden mit 1600 Höhenmetern das herausragende Event für Skibergsteiger und Austragungsrennen für die vom Deutschen Alpenverein veranstalteten Deutschen Meisterschaften.

Skibergsteiger erreichen bei der Abfahrt zwar in der Regel keine extremen Geschwindigkeiten, doch es geht auch ganz sportlich: Der Schweizer Freerider



2

Jeremy Heitz heizte für sein Projekt „La Liste“ die spektakulärsten Flanken von den Gipfeln mehrerer Viertausender mit bis zu 120 km/h hinab – nachdem er sie aus eigener Kraft erklommen hatte. Deutlich schneller sind die 255 km/h, die der Italiener Ivan Origone 2016 im Geschwindigkeitsskifahren im französischen Vars bei 98 % Gefälle aufgestellt hat. Dieser Rekord kommt dem Geschwindigkeitsrekord auf zwei Rädern schon sehr nahe: Mit dem Rennrad wurden schon 270 km/h gemessen, im Windschatten.

Weniger maximal schnell, dafür maximal anstrengend sind Radrennen wie die »TOUR Transalp«, die von Sonthofen in sieben Tagesetappen über 19 Alpenpässe führt und dabei 865 km sowie 18.195 Höhenmeter überwindet, der Öztaler Radmarathon, ein Klassiker seit 1982, oder das elitäre »Race Across the Alps« (nur 60 Fahrer, 14.000 Höhenmeter auf 540 km in 32 Stunden). Zum 30. Mal schon ging im Juli der traditionelle »Maratona dles Dolomites« an den Start. Und wer mag, kann nonstop entlang der grenznahen Straßen einmal durch Österreich radeln – beim »Race Around Austria« (2200 km, 30.000 Höhenmeter).

Zahlen über Zahlen. Was zählt, sind Zeiten, Strecken und Höhen, jedenfalls in der Berichterstattung. „Die Medien machen es sich leicht“, sagt Hervé Barmasse, einer der großen Abenteurer unserer Zeit. „Die Dimension eines Abenteurers, eine komplizierte Route oder den alpinen Stil zu erklären, ist eben nicht so einfach wie über Rekordzeiten zu berichten.“ ■

Tourentipps: ab Seite 38

1 Karl Egloff bei seinem Rekordlauf am Elbrus

2 Nach 100 Kilometern und 5400 Aufstiegshöhenmetern endlich im Ziel!

3 Für ein Bad im See bleibt beim »Transalpine-Run« leider keine Zeit.



Ute Watzl (42) ist freie Journalistin und Bloggerin in München. Als Mutter zweier Kinder und Familiengruppenleiterin der DAV-Sektion München ist sie viel mit Kindern, aber genauso oft allein in den Bergen unterwegs.



3

Was zählt, sind Zeiten, Strecken und Höhen, jedenfalls in der Berichterstattung.

Fotos: 1 Karl Egloff 2 Kevin Trautman 3 Harald Wishtaler