

B.C. 2017 – die abwechslungsreiche . Kalt- Hart- Schön!

Ein Bericht von Christian Seefeld

Im Oktober 2016 fasste ich den Plan, mich für die Brocken- Challenge 2017 zu bewerben. Gehört hatte ich schon einiges über diesen Lauf und da ich den Brocken von meinem zuhause aus quasi täglich sehe (oder sehen könnte , wenn das Wetter es immer zuließe), war es für mich klar, dass ich diese Challenge irgendwann angehen muss. Große Hoffnungen, als Erstling einen Startplatz zu bekommen hatte ich nicht, umso größer war meine Freude, als die e-mail mit der Zusage kam – und dann auch noch mit meiner Wunschstartnummer 74 (Geburtsjahr).

Gleichzeitig fing aber jetzt auch die Nervosität an von Woche zu Woche zu steigen, da ich zwar schon 2 Ultras (Rennsteig und Ottonenlauf) und etliche Marathons hinter mir hatte, aber noch nie einen so langen Lauf im Winter.

Glücklicherweise lernte ich genau in dieser Zeit Karsten Fiebig aus Langelsheim kennen, der die BC schon zweimal gefinisht hatte und mir Mut machte, sowie mir wertvolle Tipps bezüglich der Ausrüstung gab (warum Spikes/ Yaktraks nicht bei den Pflichtausrüstungsgegenständen stehen, ist mir schleierhaft! Dank Karsten hatte ich welche dabei).

So ging es am 10.2. mit der DB nach Göttingen, wo die wirklich sehr kultige Einführungsveranstaltung stattfand. Danach fühlte ich mich auch mental vollkommen fit für die Herausforderung. Dank Heiner Köhler und seinen netten Mitbewohnern hatte ich auch ein ruhiges und bequemes Nachtlager, so dass ich am 11.2. gut ausgeruht am Startort am Rande des Göttinger Waldes eintraf.



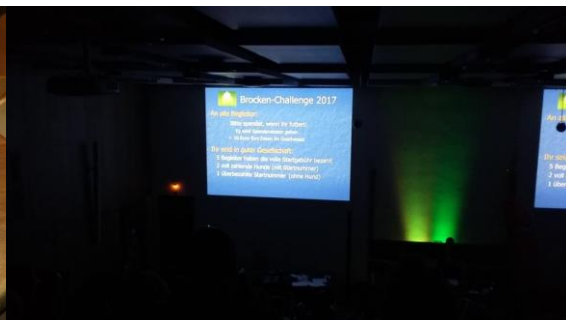
Im Zug



Das Raumwunder



Die Ausrüstung



Die Einführungsveranstaltung

Dort gab es ein reichhaltiges Frühstücksbuffet mit sehr leckerem Kaffee (alle Verpflegungsstationen auf dem Lauf waren übrigens komplett vegan bestückt/ alles war sehr lecker mit einer Ausnahme (meiner Meinung nach) aber dazu später) in einer tollen Atmosphäre im festlich beleuchteten alten Tanzsaal. Eine freudige Aufregung war überall bei den Läufern zu spüren. Überhaupt ist die Ultralaufszene sehr nett und familiär. Im Gegensatz zu meinen Erfahrungen bei Städtemarathons wie z.B. Berlin oder Hamburg, wo sehr viel Ellenbogenmentalität und Ehrgeiz vorherrscht, wird man hier von allen offen aufgenommen. Das war mir auch schon bei den anderen beiden Ultras aufgefallen.



Am Start



Das Frühstück

Pünktlich um 6.00 Uhr ging es dann los. Da ich natürlich die Empfehlung der Veranstalter, die Spikes gleich am Start unter die Schuhe zu schnallen, mit Nichtachtung gestraft hatte, stand ich nach ca. 1 km mitten im dunklen Göttinger Wald auf einem komplett spiegelglatt vereisten Weg und mühte mich ab, im Schein der Stirnlampe die Spikes über meine Schuhe zu ziehen, was beim rechten Schuh tatsächlich drei Versuche brauchte. Danach war ich erstmal allein auf weiter Flur unterwegs, machte mir aber deswegen keine großen Gedanken. Dass hier die meisten schneller wären als ich, war mir im Vorfeld klar und ich schlug ein gemütliches Tempo an, mit dem ich mir vorstellte, gut durchzukommen. Nach ein paar Kilometern wurde es hinter mir sehr hell, weil sich ein Fahrradbegleiter (übrigens: Hut ab, vor allen, die sich trauten bei diesen Streckenverhältnissen die BC auf dem Drahtesel zu begleiten!) näherte. Ein netter Mann fuhr neben mich und sagte, er wolle mir nur mitteilen, dass er das Besenrad sei, das die Wegweiser wieder einsammelt.

Das beflügelte meine Schritte doch um einiges, so dass ich bereits 20 Minuten später einige andere Läufer überholt hatte und schließlich auf eine kleine Gruppe traf, mit der ich ein ganzes Stück zusammen lief. In dieser Gruppe war auch Norbert Hasewinkel aus Alfiter in der Eifel, der mich dann bis ins Ziel begleiten sollte. Norbert ist ein sehr erfahrener Läufer, der schon viele Ultras gemacht hat, von denen mir schon allein die Namen Respekt einflößen, unter anderem auch den UTMB.

So trabten wir dann relativ gemütlich in etwas über 5h 30min. den Marathon bis Barbis, wobei uns der Gesprächsstoff nicht ausging. Wie das bei so langen Läufen ist, kommen einem dabei die tollsten Ideen,

zum Beispiel die Gründung eines 3- Marathon- Clubs als „niedrigschwellige“ Alternative zum elitären 100-Marathon- Club oder auch das kreieren von frei erfundenen Finisher – Shirts wie das der „Wupper-Challenge“ mit 1,3km Strecke und sagenhaften 30 Höhenmetern (wegen der Brücke).

In Barbis gab es Bratwurst! Vegane Bratwurst!! Die brauche ich wirklich nicht, dann lieber keine Bratwurst (aber das ist natürlich nur meine ganz persönliche Meinung). Lag mir noch viele Kilometer später schwer im Magen. Die restliche Verpflegung war einsame Spitze, insbesondere die Brownies (ja, liebe Damen am VP, wir wissen jetzt, dass es kein ordinärer „Schokokuchen“ war) an VP 😊 Verpflegungspunkt) 2 oder 3 (so schnell verliert man da den Überblick, wenn man so lange läuft).



Mit Norbert auf dem Weg nach Barbis

Ab Barbis ging es dann kontinuierlich hoch in den Harz, zunächst auf ziemlich glatten Forstwegen. Da wo die Spitzenläufer wahrscheinlich nur so hochfliegen, fanden Norbert und ich einen guten Mix aus abwechselndem schnellem Gehen und langsamem (na gut: sehr langsamem) Traben. Bis zum VP am Jagdkopf, der zu unserer großen Freude trotz viel Schnee besetzt werden konnte, zog sich das ganz schön hin und warum dieser Part als Entsafter (1) bezeichnet wird, wurde schnell klar. Nach einer kurzen Stärkung dort unterlief uns der einzige kleine Navigationsfehler, da wir – leider von der Crew des VP unbemerkt nicht den steilen Weg nach halblinks nahmen, sondern rechts abbogen. Da uns nach ca. 500 Metern auffiel, dass doch erstaunlich wenig Fußspuren auf unserer Strecke waren sind wir vorsichtshalber zurück zum VP Jagdkopf und wurden von dort wieder in der richtigen Richtung losgeschickt. Spätestens da war natürlich an einen Sieg nicht mehr zu denken (Hahaha!).

Jetzt folgte der Part, der Entsafter 2 genannt wird und der einem wirklich viel Kraft aus den Beinen zieht. Spätestens hier wurde auf einigen Passagen klar, was die Veranstalter am Vorabend bei der Streckeneinführung mit „Beachvolleyballfeldern“ meinten. Durch verharschten Tiefschnee zu stapfen in den schon ca. 150 Leute vor einem – leider sehr unregelmäßig verteilte und tiefe- Löcher getreten haben ist nach rund 55km in den Beinen schon etwas mehr als nur eine durchschnittliche Anstrengung. Unfassbar für Hobbyläufer wie mich ist es, dass die Top- Leute, die die BC in unter 7,8 oder 9 Stunden laufen, anscheinend auch solche Passagen richtig LAUFEND absolvieren können.

An dieser Stelle meine Gratulation an die Sieger Florian Reichert bei den Männern (wieder mal) und Nicole Keßler bei den Frauen!

An den ganz schwierigen Stellen bekam ich von Norbert zur Motivationssteigerung Fruchtgummis, wie ich sie so noch nie gegessen hatte. Mit Cola- Geschmack, rund, groß, super fruchtig und einfach nur oberlecker! Leider hab ich sie bisher weder in den einschlägigen Supermärkten noch im Internet finden können. Ich warte nun sehnsüchtig auf die e-mail von Norbert mit den Bildern, die er mir schicken will, da

ich seine mail- Adresse nicht habe, nur er meine. Dann kann ich ihn fragen, wo es die gibt! Nie wieder Ultra ohne die Dinger! (Nachtrag: es waren diese hier:)



Apropos nie ohne die Dinger: gleiches gilt, wie oben schon erwähnt für Spikes oder ähnliches! Leider waren die, die ich nach Besuch mehrerer Sportgeschäfte in Braunschweig ergattern konnte, nur suboptimal. Erstens waren die Spikes nur unter dem Vorfuß angebracht, was bergauf sicher sinnvoll, auf Bergabpassagen aber eine echte Herausforderung ist, zweitens sind mir die Dinger etliche Male mitten im Lauf vom Schuh abgeflogen. Das Wiederanziehen wird im Laufe der Kilometer nicht einfacher!! Da muss ich wohl vor dem nächsten langen Winterlauf nochmal in was vernünftiges investieren. Aber das ist ja das schöne bei solchen Läufen: die Lernkurve geht stetig nach oben.

Ab Km 63 (VP Lausebuche: Braunlager kennen das, nicht wahr Thomas?) befanden wir uns wieder halbwegs in der Zivilisation. Ich war auf den 21km davor von Barbis bis hierher echt überrascht, wie wild und einsam der Harz sein kann. Für das nächste Teilstück bis Königskrug wurde uns empfohlen, den zwar vereisten aber relativ flachen dafür 1,5 km längeren Wanderweg zu nehmen. Wir entschieden uns aber trotzdem für den Trail durch ein weiteres „Beachvolleyballfeld“, weil wir komfortable 40- 45 Minuten vor dem Zeitlimit lagen und uns sagten: wenn schon Challenge, dann auch richtig! Die Entscheidung entpuppte sich im Nachhinein als völlig richtig, da dieser Trail nach nur knapp 1 km wieder auf den normalen Weg traf.

Auf den folgenden Streckenabschnitten bis Oderbrück (letzte Kontrollstation vor dem Anstieg zum Gipfel) konnten wir dann in herrlicher Winterlandschaft auf gut präparierten Wanderwegen an der Loipe entlang (Nein, WIR haben NICHT die Loipe zertreten!) das letzte Sonnenlicht dieses doch schon sehr langen Lauftages tatsächlich nochmal teilweise laufend statt gehend genießen.



VP Lausebuche



Winteridylle bei Oderbrück

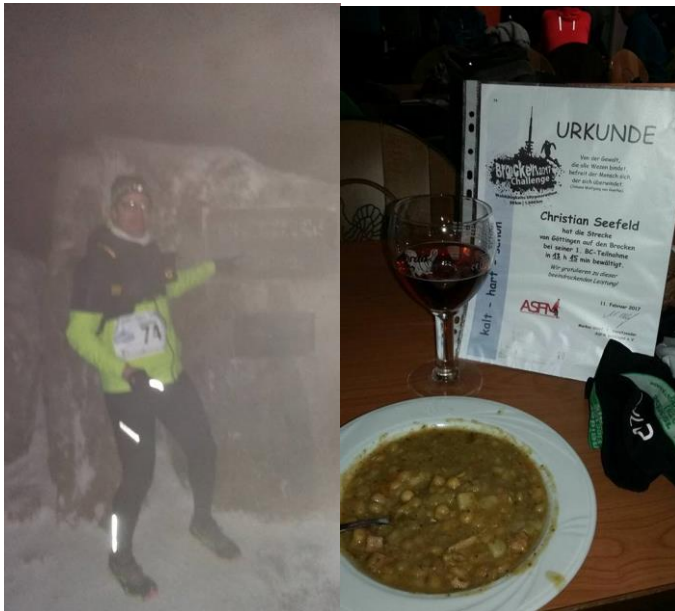
Um kurz vor 18 Uhr ging es dann im Licht der Stirnlampen los zum finalen Anstieg auf den Brockengipfel. Auf diesem Stück kam uns dann kurz nach dem dreieckigen Pfahl Norberts Begleiterin entgegen, die wir schon in Barbis kurz getroffen hatten. Sie versicherte uns, es sei jetzt gar nicht mehr weit und anstrengend, da sie ja die Strecke vom Gipfel gerade heruntergekommen war. Das war aber auch das Problem bei der Sache: nach oben zieht sich das schon noch ein ganzes Stück.

Aber schließlich gingen wir ziemlich kaputt und sehr glücklich um 19.15 nach 13 Stunden und 15 Minuten unter dem Zielbanner hindurch (von einem kurzen Zielsprint auf den letzten 100 Metern haben wir dann doch Abstand genommen, da ja der Sieg eh schon weg war, s.o.) . Die BC war (fast) bewältigt.

Beim anschließenden Fototermin am Brockenstein merkte man dann ziemlich schnell, welcher Kälte man in den letzten Stunden ausgesetzt war. Sobald man nicht mehr in Bewegung ist, kühlt man sofort extrem aus.

Also schnell rein zum Goethesaal, wo man von den schon angekommenen Läufern mit großem Beifall begrüßt wurde. Das ist dort bis zum letzten eintreffenden Läufer so und zeugt von dem Respekt und der schon oben erwähnten familiären Atmosphäre unter den Ultraläufern! Bereits auf dem letzten Anstieg auf der Brockenstraße waren uns immer wieder Läufer entgegengekommen, die schon wieder auf dem Weg nach unten waren und die uns ohne Ausnahme anfeuerten und Mut machten.

Nach zwei Tellern der wohl leckersten Erbsensuppe, die ich je gegessen habe, einem guten Bier und einer warmen Dusche und einer herzlichen Verabschiedung von meinem treuen Begleiter Norbert, ging es dann warm eingepackt auf den letzten Teil dieser Challenge: den sicheren Abstieg vom Gipfel.



Auf dem Gipfel

Erbsensuppe

Gegen 22.00 Uhr saß ich dann endlich im warmen Auto meines Freundes Thomas Frede (ganz lieben Dank!), der mich in Oderbrück abholte, mit einem Fahr Bier ausstattete und sicher zuhause in Immenrode absetzte.

Abschließend möchte ich mich nochmal bei allen bedanken, die mir dieses einmalige (???) - man wird es sehen) Abenteuer ermöglicht haben: den Organisatoren vom Verein AFSM e.v. für die unglaublich gute Logistik, Karsten Fiebig für die Tipps und das Mut machen, Heiner Köhler für die tolle Übernachtungsmöglichkeit und die leckeren Nudeln, Norbert für die fortlaufende Motivation und die gute Laune während des Laufs (weiß nicht, ob ich es ohne ihn geschafft hätte!), Thomas Frede fürs abholen und natürlich meiner tollen Familie für die Zeit, die sie mir immer wieder für solche Abenteuer zugesteht und für das Ertragen meiner Launen im Vorfeld.