

 zurück

 Druckansicht

 versenden

 vorlesen

Badische Zeitung vom Samstag, 4. August 2007

"Man muss ein bisschen verrückt sein" ☆

BZ-INTERVIEW: Mario Heimpel lief zum ersten Mal beim Swiss Alpine Marathon 78,5 Kilometer



WEHR/DAVOS (ywe). Der Swiss Alpine Marathon K 78 in Davos ist der größte Ultraberglauf der Welt: 78,5 Kilometer geht es über Stock, Stein und 2320 Höhenmeter. 1200 Läufer waren am 28. August in der Schweiz am Start, unter ihnen Mario Heimpel vom TV Wehr. Nach fünf Teilnahmen beim K 42 war dieser Lauf seine K 78-Premiere. Yvonne Weik hat mit dem Laufverrückten gesprochen.

BZ: Ihr erster Ultramarathon, und das trotz Verletzung. Wie war's denn in den Bergen?

Mario Heimpel: Gut war's, und ein großes Abenteuer. Ich bin ja ganz bewusst langsam gelaufen. Beim K 42 hätte das gar nicht funktioniert, da wäre ich trotz Verletzung volles Tempo gelaufen. Aber es ging gut, und die letzten beiden Stunden hab ich gemerkt, dass sogar noch mehr drin gewesen wäre.

BZ: 78,5 Kilometer, 2320 Höhenmeter. Wie hält man das denn überhaupt durch?

Mario Heimpel(FOTO:
BZ)

Heimpel: Einen eisernen Willen muss man haben, und natürlich sehr viel Training. Jeden zweiten Tag gehe ich laufen, am Sonntag um sieben Uhr morgens hoch nach Herrischried. Die erste Hammersteigung beim K 78, die kommt ja erst nach 50 Kilometern. Da muss man schon

ein bisschen verrückt sein.

BZ: Und wie haben Sie sich auf der Strecke gestärkt?

Heimpel: Sehr viel getrunken. Sicher 10 Liter, und alles wieder raus geschwitzt. Vielleicht war das sogar ein bisschen zu viel. Ansonsten gab's noch drei Alpinbrötli, so eine Art Weißbrot mit Zutaten.

BZ: Weil das Rennen so schwierig ist, soll es an der Strecke zwei Ärzte geben.

Heimpel: Ja, die geben dir die Hand, schauen dir in die Augen. Die sehen sofort, ob man auf dem Zahnfleisch geht. Im Notfall können sie dir eine Infusion geben, und wenn gar nichts mehr geht, dann kommt der Hubschrauber. Autos können da oben nicht fahren.

BZ: Nach 9:42:51 waren sie als 344. im Ziel. Kann man sich da richtig freuen, oder tut einem einfach nur alles weh?

Heimpel: Nein, ich hatte keine Schmerzen. Ich bin ja locker gelaufen. Klar hat man seine Krisen und flucht schon mal: "Du Idiot, was machst du hier". Aber das sind kurze Augenblicke. Am Ende ist man stolz auf sich, und das zählt.

BZ: Am 26. Juli 2008 ist der nächste K 78. Sind Sie wieder am Start?

Heimpel: Wahrscheinlich ja. Vielleicht muss ich im Organisationskomitee helfen. Aber wenn ich gut trainieren kann, dann will ich meine Zeit korrigieren.

Anzeige

 schliessen  Druckansicht  versenden  oben