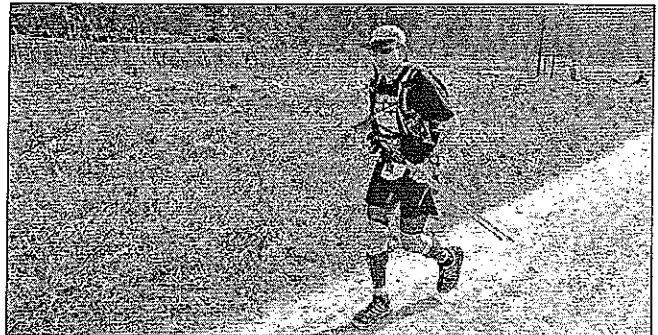


Startliste, wir stehen unter „früh-kurz“ und sind schon wieder als Weicheier enttarnt. „9 Uhr Start - kurze Strecke“ ist der bedeutsame Inhalt dieser Phrase.

Freitag, 10. April 2015 - morgens kurz vor 9 Uhr. Wir stehen auf dem Marktplatz Dietfurt und fiebern dem Startschuss entgegen. Es ist noch morgendlich frisch, die Sonne verspricht aber schon jetzt einen schönen warmen Frühlingstag. Wir sind aufgeregt, alle. Kerstin und Almuth werden uns an den Verpflegungspunkten treffen und mit dem versorgen, was nicht im gelben Drop-Bag oder unseren Rucksäcken steckt. Dann geht es endlich los ins Vergnügen! Der Altmühl folgend, mal nach links und mal nach rechts hoch, raus aus dem Tal und wieder runter werden die ersten 26,5 km und 1.014 hm bis zum VP1 in Riedenburg abgerissen. Unsere Damen am VP versorgen uns ordentlich und weiter geht es in gleicher Manier. Etwas langsamer jetzt, da Aldo leichte Probleme mit der Wärme hat. Der schier endlose Keltenwall führt uns zur Donau hinab, spendet aber angenehmen Schatten und bald schon haben wir die Befreiungshalle im Blick und damit den nächsten VP in Kelheim in greifbarer Nähe. „Auftanken“, aufmunternde Worte hören und weiter geht es. Jetzt aber getrennt, denn Aldo will regenerieren und später wieder versuchen zu mir aufzulaufen. Durch weitläufige Wälder, mit herumliegenden Hinterlassenschaften von Sturmtief Niklas, danach über endlose Feldwege, erreicht mich in Bad Abbach das Dunkel der Nacht. Im Briefing haben wir gelernt, ein rabiater Jagdpächter und ausgewiesener Wanderweg-Feind entfernt auf dem nun folgenden Stück regelmäßig die Wegmarkierungen. Mit dem GPS-Track sollte das kein Problem sein, doch eine glückliche Fügung ließ mich hier auf Gerhard Börner, seines Zeichens Veranstalter des Rennens auflaufen, der den Weg kennt! In seinem Windschatten fliege ich zielsicher in Matting ein. Kilometer 78,5, VP 3 und zugleich die erste Drop-Bag-Station. Schuhe und Socken wechseln, trockenes Shirt anziehen, eine Jacke für die Nacht überwerfen, essen, ein Bier und von Kerstin und Almuth bis zum nächsten Tag verabschieden. Die beiden warten hier auf Aldo, der sein Rennen beendet (Kreislauf, Magen, Darm ... es war leider nicht sein Tag) und zurück zur Unterkunft transferiert wird. Ich erlebe dafür zunächst eine wohl einmalige Bootsüberfahrt über die Donau. Mangels Brücke und Fähre chauffiert die Feuerwehr Matting uns Läufer per Boot ans andere Ufer. Eine echt coole Nummer mit Spaßfaktor!

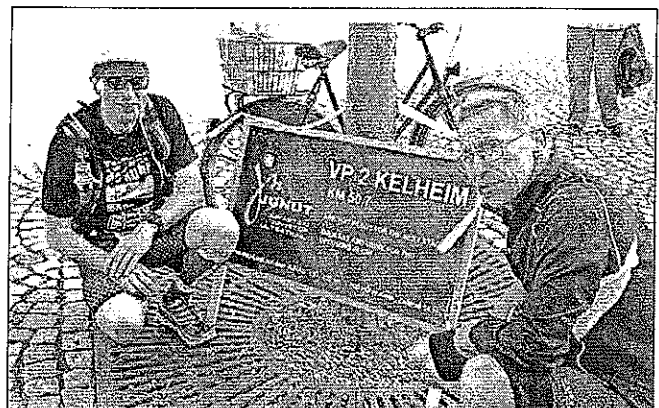


Im Donaudurchbruch bei 47 km.

T-Rexe in Mittelfranken

Da sitze ich mal wieder am Bildschirm und suche, wo ein paar irre Typen ein irres Rennen organisieren. Bei „JUNUT“ bliebe ich hängen: „Jurasteig Nonstop Ultratrail“, die Strecken 239 km mit 7.900 Höhenmetern oder 170 km mit 5.900 Höhenmetern. Der Jurasteig befindet sich in Mittelfranken, grob im Dreieck zwischen Nürnberg, Amberg und Regensburg gelegen und fordert demzufolge für uns auch keine große Anreiselogistik. Wir werden die 170-km-Version unter die Füße nehmen.

Donnerstag, 9. April 2015 - wir holen in Dietfurt an der Altmühl unsere Startunterlagen ab. Die 239-km-Männer und -Frauen bekommen graue Drop-Bags, wir 170-km-Leute gelbe. Ich fühle mich als Weichei in der Übermacht der Grauen und lasse das gelbe Teil schnell in meinem Rucksack verschwinden. Ein Blick in die



Versorgungspunkt 2 nach 51 km

Samstag, 11. April 2015, 00:23 Uhr - ich sitze am warmen Kachelofen im Naturfreundehaus Schönhofen. Kaffee, Cola, Tee und ein Weizen, dazu Brote, Wurst und Kuchen wandern durch meine Kehle. Es geht mir phantastisch, obwohl ich das letzte Teilstück ob der beschwerlichen Waldwege ordentlich verflucht habe. Aber weiter geht es. Der Mond schiebt sich langsam ans Firmament. Einsam geht es über nicht enden wollende Waldwege nach Pielenhofen. Kalt wird es auch. Endlich, die „Klosterwirtschaft“ in Pielenhofen an der Naab-Brücke, VP 5. Hier gibt es ein warmes Stüppchen. Das gibt unglaubliche Kraft und besiegt die Müdigkeit. Und wieder raus... Wenige Kilometer weiter ein Verhauer, die Schilder sagen „so lang“, das GPS „anders lang“! Ich vertraue dem GPS, stehe 500 m weiter im Niemandsland. Auf dem Rückweg kommt mir ein Läufer entgegen, auch ein GPS-Vertrauer. Seinen Verhauer kann ich wenigstens verkürzen. Noch einmal die Naab überquert, dann verschluckt mich wieder ein Wald für gefühlte Ewigkeiten, bevor mit dem ersten Morgenlicht der VP 6 in Dallackenried ins Blickfeld kommt. Mehrere Tassen Kaffee und reichlich Cola bringen mich zurück ins Leben und auf den Jurasteig, der jetzt richtig Spaß macht. Die wärmende Sonne und die malerische Landschaft des Vilstals lassen das Herz höher schlagen und die Beine laufen quasi von allein. Der Weg bis zum VP 7 zieht sich dahin. 21,9 km können so... lang sein! Doch kurz vor 11 Uhr liegen wir uns in den Armen. Kerstin, Almuth und der halbwegs erholte Aldo versorgen mich in der Drop-Bag-Station Schmidmühlen.

138,5 km sind vollbracht, nur noch schlappe 31,5 km stehen mir bevor. Während die „früh- und spät-langen“ Läufer ein Schläfchen im Sportlerheim einlegen, mache ich mich wieder auf die Piste. An der Lauterach entlang geht es in stetem auf und ab, auf teils von Forstfahrzeugen zerfahrenen Wegen nach Hohenburg zum VP 8. Bevor ich meinen Magen mit herrlich warmen Kartoffelbrei und Gerstensaft füllen darf, erfahre ich noch richtig Schmerzen! Wer schon einmal nach 151 gelaufenen Kilometern über eine Leitplanke klettern musste, kann das nachvollziehen! Aber das Ziel ist ja schon fast in Sicht und schnell geht es weiter. Die Waldwege sind weiterhin nicht so toll und auf den Feldern pfeift, vor allem während einiger kleiner Regenschauer ordentlich der Wind. Im Anstieg auf den Rechenfels verfluche ich Gerhard Börner, Gott und die Welt. Dabei verhaue ich mich noch einmal um gut 500 m und auch die vermutlich wirklich schöne Aussicht von hier oben will ich nicht genießen. Runter ins Ziel, in die Ortschaft Kastl, ist die Devise! 18:30 Uhr, nach 33:30:00 Stunden auf den Beinen habe ich es geschafft. Platz 21 von 38 Finishern auf der Kurz-Distanz. Zwei Stunden später sitzt unsere Jurasteig-Expedition im „Bräutoni“ in Dietfurt. Essen vom Porzellanteller, wohltemperiertes Bier aus dem Glas, ein, zwei, drei... „Fränkische Hochmoorgeiste“ lassen die tollen zwei Tage angemessen ausklingen. Nach 23 Uhr siegt die Müdigkeit, ich falle ins Bett und in einen narkoseähnlichen Schlaf.

Sonntag, 12. April - Die Sonne lacht ins Zimmer. Meine Füße sehen nach Hobbit aus. Ich passe aber halbwegs schmerzfrei in meine Schuhe. Der Rücken knarzt ein wenig, treppauf und -ab ist es etwas beschwerlich, aber ich fühle mich sauwohl! Gemeinsam laufen wir zum Zielbereich und schauen uns an wie die Typen, die mit den grauen Drop-Bags, ins Ziel kommen. Melanie und Steffen Kohler zum Beispiel - wahre Helden, die zudem mit ihrem Lauf noch Spenden sammelten! Tief beeindruckt beschleße ich 2016 auch ein solch graues Exemplar mein Eigen zu nennen! Mehr Infos und viele Bilder wie immer unter www.t-rex-team.de

(Dino)