

Getroffen, aber nicht versenkt!

Ich wollte ein Feuerwerk der Emotionen erleben: Ich habe es weit über meine Erwartungen hinaus erlebt, auch ohne die Ziellinie zu überqueren. Eine Woche, nachdem ich in Champex aufgeben musste, akzeptiere ich endlich diese Niederlage, diese große Enttäuschung. Es war bis zu diesem Tag zu schmerzhaft, dieses Abenteuer in die richtigen Worte zu fassen. Heute schulde ich Ihnen allen einen kleinen Bericht über dieses Abenteuer.



In Chamonix bei diesem legendären Rennen an den Start zu gehen, ist ein außergewöhnlicher Moment, eine Atmosphäre und unbeschreibliche Emotionen.



Wenige Sekunden vor dem Start ertönt diese Musik, die allen Läufern Tränen in die Augen treibt: "conquest of paradise".



Ich kann meine nicht zurückhalten, aber was nützt es, ich muss loslassen. Sicherlich ist es für alle der Höhepunkt von wochenlangem Training und vor allem von Opfern! Der Startschuss fällt, die Straßen von Chamonix sind voller Menschen, von überall her kommen Jubelrufe und Anfeuerungsrufe. Ich habe noch nie eine solche Begeisterung erlebt.



Unter diesen Bedingungen ist es schwierig, sich auf sein Rennen zu konzentrieren. Und das ist erst der Anfang, bis zum Fuß des Col du Bonhomme sind überall Leute unterwegs. Les Houches, der Anstieg zum Col de Voza, St. Gervais, Contamines ... Obwohl ich mir vorgenommen hatte, mich von dieser Menge nicht beeindrucken zu lassen, greife ich manchmal auf meine Reserven zurück, um das Tempo etwas zu beschleunigen und auf die Anfeuerungen zu reagieren, allez jean christophe!!! Ich bin zuversichtlich, dass ich mit meinen Gels, Kompotten und Riegeln bis zur nächsten Verpflegungsstelle durchhalten kann, denn ich habe keine Zeit zum Anhalten. In Contamines finde ich mit Mühe meine Freunde Gilbert und Patricia in der Menge der Begleiter. Sie helfen mir, meine noch fast vollen Flachmäner zu wechseln und geben mir einige Gels und Riegel, um meine Ausrüstung zu vervollständigen. Ich ziehe mein langärmeliges T-Shirt für die Nacht an.



In meinem Kopf denke ich bereits, dass dieser Lauf schwieriger sein wird als erwartet, da meine Form nicht außergewöhnlich ist. Aber ich komme auf Abschnitte der Strecke, die ich wiedererkannt habe, das beruhigt mich. Mit der immer dunkler werdenden Nacht und dem Beginn der ersten Schwierigkeiten kehrt Ruhe ein. Der Anstieg zum Col du Bonhomme verläuft gut, auch wenn ich mich nicht mehr so leicht fühle wie bei der Erkundung, trotz

mit Hilfe der Stöcke. Der Abstieg nach Chapieux verlief gut, aber mein Bauch begann sich bemerkbar zu machen. In Chapieux gehe ich an der Verpflegungsstelle vorbei, ohne anzuhalten, denn ein dringendes Bedürfnis führt mich direkt zum Ausgang, wo sich die Toiletten befinden. So viel zu den Crozets, die ich erspäht habe und die mir Appetit gemacht haben. Mit leerem Magen mache ich mich wieder auf den Weg zum Col de la Seigne. Der Anstieg verläuft gut, ich fühle mich zum ersten Mal seit dem Start in Form. Wie mir eine Konkurrentin, mit der ich kurz plaudere, zu Recht sagt: Bei einem Ultra hat man mehrere Leben Es wird kälter und der Wind auf dem Gipfel des Passes zwingt mich, eine winddichte Jacke anzuziehen. Auf dem Weg zu den Kalksteinpyramiden gibt es keine Schneespuren mehr, obwohl diese einen Monat zuvor noch vorhanden waren. Dies erleichtert den Übergang und den Abstieg zum Lac Combal erheblich. Der Tag bricht an und die Landschaft ist wunderschön. Es bleibt nicht viel Zeit zum Betrachten, da der Ort viel Aufmerksamkeit erfordert, um nicht zu stürzen. Wieder einmal verwandelt sich die Verpflegungsstelle am Lac Combal in eine Toilettenpause. Ich schlucke ein paar Stücke Käse, Wurst und Obst, aber nichts wirklich Gehaltvolles. Ich weiß, dass der Rest bis Courmayeur leichter sein wird. Ich mache mir keine Sorgen. Ich erreiche den Grat des Mont Favre und halte ein gutes Tempo bis Check routit. Nur noch ein großer Abstieg bis nach Courmayeur, wo ich mein ganzes Team wiedersehe, Gilbert, pat und taf. Die technische Abfahrt bereitet mir keine Sorgen, ich überhole eine große Anzahl von Konkurrenten, die in steilen Passagen stecken geblieben sind. Ich schaue zum ersten Mal auf die Uhr, ich bin im Zeitplan.



Gilbert und Taf warten in den Straßen, die zur Verpflegungsstelle führen, auf mich. Ich freue mich, sie wiederzusehen. Pat hilft mir in dem Bereich, der für die Läufer reserviert ist. Ich wechsle meine Kleidung, um sauber und frisch zu starten. Ich schlucke schnell ein paar Löffel des am Vortag zubereiteten Kompotts, ein paar Stücke Pfannkuchen, und das war's Wir ergänzen meinen Rucksack mit Gels und tauschen meine Flachmänner aus.



Noch eine Toilettenpause, bevor ich mich wieder auf den Weg mache. Taf und Gilbert begleiten mich einige Meter in Richtung der Bertone-Hütte.





Die Hitze beginnt sich deutlich bemerkbar zu machen. Die asphaltierte Straße, die zum steilen Anstieg nach Bertone führt, kommt mir endlos vor. Ich habe keine Beine mehr und habe das Gefühl, nicht voranzukommen. Unruhe macht sich in mir breit, denn ich weiß, was mich auf den nächsten Kilometern erwartet. Meine Sorge ist begründet, denn schon auf den ersten Hängen in Richtung Bertone habe ich große Schwierigkeiten, nichts funktioniert mehr..... Dieser Anstieg verwandelt sich in einen Kreuzweg, ich bin völlig kaputt an meinen Stöcken und komme nur sehr mühsam voran. Ich muss mehrere Pausen einlegen, schlucke mehrere Gels, leere meine Trinkflaschen und habe bald kein Wasser mehr... In der Berghütte Bertone setze ich mich einige Minuten hin, um mich zu sammeln und Kraft zu tanken. Ich denke mir, dass man bei einem Ultra nicht nur mehrere Leben hat, sondern auch mehrere Tote.

Ich muss mich übergeben, der Rest wird sehr kompliziert. Ich denke an meine Kollegen, die in La Fouly auf mich warten, und nehme meinen Weg in schlechtem Zustand wieder auf. Glücklicherweise sind die nächsten Kilometer bis nach Arnouva relativ flach. Ich versuche, mich zu erholen und meine verbleibenden Kräfte zu sparen. Wir haben die Hälfte des Rennens hinter uns und ich bin bereits im Überlebensmodus. Die Verpflegungsstelle in Arnouva ändert nichts, nichts geht vorbei, der Drang, sich zu übergeben, wird noch stärker, die Zweifel in meinem Kopf werden immer größer. Dennoch muss ich unbedingt La Fouly erreichen, wo ich erwartet werde. Ich sammle die wenigen Kräfte, die mir geblieben sind, um den nächsten großen Brocken, den Col Ferret, in Angriff zu nehmen. Viele von uns leiden an seinen überhitzten Hängen. Kein Bereich wird von der Hitze und der Sonne verschont. Jeder zurückgelegte Meter ist ein kleiner psychologischer Sieg. Auf dem Gipfel gibt es nur noch einen großen Abstieg, um nach La Fouly zu gelangen. Auf der Passhöhe gibt es keine Wasserstelle, wir sind alle trocken, ein kleines Rinnsal aus Bergwasser füllt mühsam die Flachmänner. Ich schaffe es endlich, das Tempo in dieser im ersten Teil rollenden Abfahrt zu beschleunigen, der zweite, technisch anspruchsvollere Teil bereitet mir mehr Schwierigkeiten. Es fällt mir immer schwerer, vorwärts zu kommen. In der Ferne zeichnet sich La Fouly ab, es bleibt nur noch ein langes flaches Stück bergab. Nichts geht mehr, ich kann nicht mehr laufen, nur noch gehen und ich merke, dass mein Rücken nachgibt, meine Haltung ist verdreht



In diesem Moment weiß ich, dass mein Lauf zu Ende ist. Taf und Gilbert warten am Eingang von La Fouly auf mich. Ich sehe in ihren

Blicken ihre Besorgnis. Ich halte am ersten Kiosk an, um ein Getränk zu kaufen, denn ich muss schnell etwas trinken. Die Anwesenden waren nicht

in La Fouly erlaubt ist, habe ich nicht die Kraft, mich richtig zu versorgen, die Klarheit hat mich längst verlassen. Ich verbringe noch mehr Zeit auf der Toilette als mit dem Sammeln von Kräften. Am Ausgang der Verpflegungsstelle kommt der Moment, der mich bis dahin durchhalten ließ.



Das Treffen mit meinen Kollegen, die gekommen waren, um mich anzufeuern.



Ein Hauch von Freude, Sauerstoff und Glück, der mir wieder Kraft für einige Dutzend Meter gibt. Es ist magisch, sie wieder zu finden!



Nach ein paar Minuten, die ich mit ihnen verbracht habe, um mich zu bedanken, ein paar Umarmungen und Fotos zu machen, mache ich mich wieder auf den Weg nach Champex, wo ich wirklich hoffe, mir die Zeit zu nehmen, um wieder gesund zu werden.



Aber der Weg nach Champex ist noch lang. Keine technischen Schwierigkeiten, aber so kompliziert, wenn nichts mehr geht. Ich lege mich mehrmals auf die Seite, aber es hilft nichts, ich werde immer müder. Ich weiß, dass es schon ein Wunder wäre, wenn ich Champex erreichen würde. Der Aufstieg von Issert nach Champex ist wie ein neuer Everest, es ist wieder dunkel, ich halte mich an meinen Stöcken fest, sobald ein Hang vor mir auftaucht. Wie können normalerweise so einfache Wege so kompliziert werden! An der Verpflegungsstelle in Champex angekommen, gehe ich direkt zum Zelt der Physios und hoffe, dass sie ein Wunder bewirken können. Mein Rücken ist total durcheinander, ich kann nicht mehr gerade stehen. Taf gesellt sich zu mir, gibt mir einen Teller Nudeln und packt meinen Rucksack für den nächsten Schritt. Ich kann immer noch nichts essen, nur ein paar Bissen, die ich nicht hinunterschlucken kann.



Ich möchte mich hinlegen und ein wenig schlafen. Ich lege mich hin und schaffe es, ein paar Minuten zu schlafen. Ich mache mich ohne Überzeugung wieder auf den Weg nach Trient. Mir ist kalt, ich kann mich nicht aufwärmen, ich gehe ein paar Kilometer und muss mich schon wieder völlig erschöpft hinlegen. Es hat keinen Sinn, unter diesen Bedingungen weiterzumachen, es liegen noch so viele Kilometer und so viele Schwierigkeiten vor mir. Ich drücke die Daumen, dass ich auf meinem Weg einen Kontrollpunkt finde. Umkehren, um nach Champex zurückzukehren, ist für mich unmöglich. In der Ferne sehe ich Lichter, zwei Freiwillige sind auf dem Posten und bieten mir an, mich mit dem Auto nach Champex zurückzubringen, um meine Aufgabe zu melden und meine Freunde zu treffen. Ich bin sehr traurig, aber auch erleichtert, dass das Martyrium ein Ende hat. Mein Abenteuer endet in diesem hübschen kleinen Dorf, 40 km vor dem Ziel. Ich habe nicht einmal mehr genug Wasser in meinem Körper, um zu weinen. Meine Freunde, die nach zwei schlaflosen Nächten ebenfalls so müde sind, spenden mir Trost, aber das vorherrschende Gefühl ist das einer riesigen Verschwendung, für die ich in diesem Moment keine Gründe finden kann. Ich hatte so sehr von der Freude geträumt, mit ihnen die Ziellinie in Chamonix zu überqueren. Aufgeben war ein Wort, das ich nicht kannte und das ich meinem Wortschatz hinzufügen muss. Mein Körper ist von diesen 135

Kilometern und 8000 Höhenmetern geschunden.

d+, aber es ist in meinem Kopf, dass die schmerzhafteste Erinnerung an diesen Abbruch bleiben wird. Vielleicht wird mich das in Zukunft stärker machen. Die Wunde ist noch nicht ganz verheilt, doch ich muss meinen Blick auf das nächste Ziel richten: die Diagonale der Verrückten.

Ich verspreche, dass ich bald auf diese Prüfung zurückkommen werde....



Danke meine Freunde, meine Kollegen, mein Arbeitgeber Affidea, ihr wart alle außergewöhnlich!

Ein besonderer Dank geht an Patricia, Gilbert und Taf, ohne die nichts möglich gewesen wäre!

Danke an meine Angehörigen, dass sie die vielen Opfer, die ich ihnen auferlegt habe, ertragen haben.

Vielen Dank an alle Freiwilligen, die bei dieser Veranstaltung dabei waren.



In Liebe: Jean Christophe