

Ultra-Trailrunning: Ex-Kicker Markus Schroth und die 8.000 Höhenmeter

Markus Schroth wurde 2007 mit dem 1. FC Nürnberg Pokalsieger. Heute ist der 45-Jährige begeisterter Ultratrail-Läufer. Nachdem dieses Jahr etwas schwer zu planen ist, haben Markus und seine Frau Petra ihren eigenen Ultratrail-Lauf organisiert. Wie es den beiden dabei erging, könnt ihr im Interview nachlesen.



Helden des Laufsports: Wie seid ihr auf die Idee gekommen, diesen Ultratrail zu organisieren?

Markus Schroth: Wir haben in den letzten fünf Jahren 13 Ultratrails erleben dürfen und jeder von ihnen war für uns beide ein einzigartiges Erlebnis. Nachdem uns im Frühjahr klar wurde, dass in diesem Jahr sehr wahrscheinlich keine größeren Laufveranstaltungen stattfinden werden, wir aber einen längeren Lauf machen wollten, hatten wir die Idee unseren eigenen Ultratrail zu veranstalten. Unter dem Motto „Ich bin die Kraft“ das bedeutet für uns Eigeninitiative zeigen, die Dinge selber in die Hand nehmen und etwas Eigenes erschaffen, haben wir dann unsere Strecke entworfen und die Logistik organisiert. Es hat uns so viel Spaß gemacht, dass wir dann auch noch Lust dazu hatten T-Shirts und Start- und Zielbanner zu entwerfen und produzieren zu lassen.

Wie zeitintensiv war hierbei die Planung?

Petra Schroth: Anfang Juni haben wir begonnen und am 19. August war der Start. Markus hat zunächst mit Hilfe der Karte einen ersten Entwurf der Strecke gemacht und mit diesem sind wir dann raus ins Gelände. Von Anfang Juni bis Mitte August haben wir dann jede Möglichkeit genutzt in den Karwendel zu fahren und die Strecke zu testen. Dabei hat sich die Strecke vom ersten Entwurf bis zu der Strecke, die Markus am Ende gelaufen ist an einigen Stellen nochmal ziemlich verändert. Eine Stelle war z.B. wegen Holzfällarbeiten längerfristig gesperrt, beim Versuch eine Alternativlösung zu finden musste er zwei Alternativen ausprobieren, beide bis kurz vor der Stelle wo er wieder auf die geplante Route kommen sollte, aber es gab keinen Durchgang. Erst die dritte Variante hat geklappt. Das Ganze hat dann am Ende mitten im Gewitter sechs Stunden länger gedauert als geplant.

Markus: Von Anfang an war klar, dass Petra mit ihrer Unterstützung, Verpflegung und Logistik einen ganz wichtigen Part hat, ohne den der Trail für mich in dieser Form nicht möglich gewesen wäre. Mein Rucksack war dabei trotzdem noch bis auf Anschlag gepackt, da es Streckenabschnitte gab, die mit dem Auto nicht zugänglich waren und ich teilweise lange alleine unterwegs war und mich selbst versorgen musste. Petra war dabei über einen ganzen Tag und vor allen die ganze Nacht durchgehend unterwegs, damit ich an unseren Verpflegungsstationen Flüssigkeit nachtanken und auch was Warmes essen konnte.

Beim Lauf selbst, warteten 122 Kilometer und 8000 Höhenmeter auf dich! Wie war es?

Markus: Für mich war es ein gigantisches Erlebnis. Wir waren bereits letztes Jahr schon öfters im Karwendel unterwegs. Petra kannte das Gebiet schon besser, sie hat da schon einige Zeit mit dem Rad und auf Skitouren verbracht, für mich war das meiste neu und ich habe die Schönheit dieser Landschaft und der Berge dort entdeckt. Mir hat es dieses Jahr dann unheimlich viel Spaß gemacht mit Unterstützung von Petra in relativ kurzer Zeit ein doch sehr großes Gebiet zu erkunden und gleichzeitig eine eigene Route für einen Ultratrail zu stecken. In dieser Phase bin ich die Strecke immer nur Abschnittsweise gelaufen, deshalb war es für mich spannend und eine echte Premiere das Ganze dann am Stück zu laufen. Die Strecke ist von der Länge und den zu absolvierenden Höhenmetern sehr anspruchsvoll. Mit dem Wetter hatten wir großes Glück so dass ich die Strecke bei besten Bedingungen laufen konnte. Insgesamt eine traumhafte Runde durch den Karwendel mit vielen landschaftlich wunderschönen Abschnitten. Z.B. dem Ochsenbodensteig zum Wörnersattel, der Soiernspitze mit den Soiernseen, der Lamsenspitze im glühenden Morgenrot, der Trail unter der den Laliderer Wänden und das Karwendeltal raus nach Scharnitz.

Lust auf mehr?

Markus: Mir hat es großen Spaß gemacht einen Ultratrail selbst zu entwerfen und zu organisieren und dabei ein Gebiet in kurzer Zeit sehr intensiv kennen zu lernen. Es war für mich eine ganz besondere Erfahrung meine eigene Route zu entwerfen und diese auch alleine zu laufen. Ich kann mir gut vorstellen dies an einer anderen Stelle zu wiederholen.

Petra: Für mich ist es immer ein gigantisches Erlebnis Tag und Nacht bei so einem Rennen in meiner Funktion dabei zu sein, ich habe ja schon so Ideen im Kopf auch mal ins nichteuropäische Ausland zu gehen.



Im Fernsehen gibt es das Ganze auch bald zu sehen, richtig?

Markus: Der Bayerische Rundfunk hat uns während des gesamten Laufs mit einem Kamerateam begleitet und an ausgewählten Stellen Aufnahmen gemacht. Das war Klasse! Teilweise habe ich mit einer kleinen Kamera auch selbst gefilmt. Gesendet werden die Bilder über unseren Ultratrail in der bekannten Bergsteiger Sendung Bergauf- Bergab. Der Ausstrahlungstermin steht momentan noch nicht fest. Wir sind selbst schon neugierig und sehr gespannt wie der Film werden wird.



Das Interview ist auch auf www.heldendeslaufsports.at zu finden.