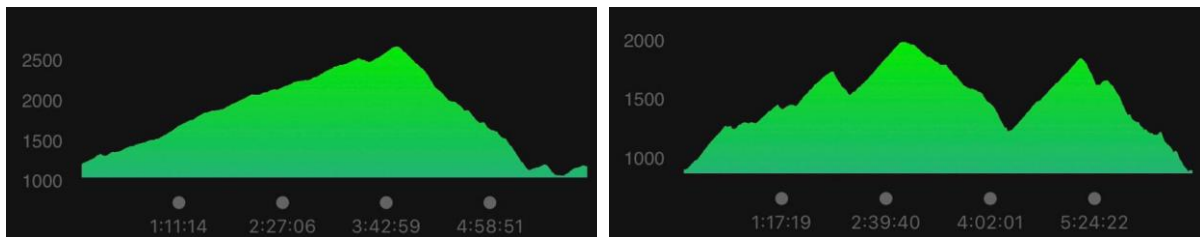


Gondo – Brig – Gondo

Der Doppelmarathon im August 2019

Das EVOrennt Team geht zur Generalprobe: Drei Wochen vor dem grossen Team-Event, dem Transalpine-Run, bietet sich der Gondo Doppelmarathon im Wallis ideal an. 2 Tage am Simplonpass mit 42 km und etwa 2000 Höhenmetern pro Tag: Da können Petra und ich sehen, ob wir gut genug vorbereitet sind.



Am Freitag werden noch schnell die Büros aufgeräumt und die letzten Telefonate geführt – dann geht es los über die Zentralschweiz ins Wallis. Unser Standort ist Brig. Bei sommerlichen Temperaturen sitzen wir auf dem Dorfplatz bei Pasta und Musik und tun alles, damit unsere Kohlenhydratspeicher für morgen gut gefüllt sind.

Erster Tag: Gondo nach Brig



Auf der knapp einstündigen Fahrt nach Gondo regnet es in Strömen und die Wolken hängen tief in den Bergen. So können wir heute unsere Regenausrüstung testen! Etwas unruhig kommen wir am Stockerturm an, der nach der Katastrophe gemeinsam mit dem Rest des Dorfes wunderschön wiederaufgebaut worden ist.

Es ist schon Trubel bei der Startnummernausgabe und wie immer haben wir den Eindruck, dass alle besser vorbereitet sind als wir. Gut, können wir mit dem Startschuss und einer netten und fröhlichen Gruppe bald auf die erste Etappe gehen!



Die Strecke ist wunderschön: Abwechslungsreich und sehr gut lauffar, das macht richtig Spass. Vom Stollen in der Gondo-Schlucht bis zu urigen Brücken und flowigen Trails ist alles dabei. Weil es so viele Wolken und Nebel hat, haben wir zwar nur selten so etwas wie „Aussicht“, aber dafür hat der



Lauf auf den Hochebenen und über die beiden Pässe etwas Geheimnisvolles und ermöglicht mehr „Innensicht“. Alle 5 bis 10 km taucht eine Versorgungsstation auf und wir stürzen uns auf Linzertörtli und



Salzbrezeln. Das liebevolle „Wie fühlst Du Dich? Alles in Ordnung“ tut gut und niemals würden wir anders als mit

„Super, danke, alles prima“ antworten. Was nicht immer der Wahrheit entspricht, aber die Krisen bleiben heute klein. Kurz vor Ende, als gefühlt der Schluss-Spurt fällig wäre, steht noch eine Flussüberquerung an zum Gedenken der Opfer der Katastrophe. Das Wasser geht

uns bis zur Hüfte und wir sind froh, dass die Feuerwehrleute von Brig da sind und Hand reichen. Den Aufstieg vom Fluss ins Ziel verfluchen wir – steil und rutschig und die Füße sind nass – aber im Ziel ist diese letzte Anstrengung sofort vergessen. Rainer verteilt Eiweiss-Riegel und Co und wir machen uns glücklich und zufrieden auf dem Weg ins Zentrum von Brig zu Glace und weiteren Nudeln, Gnocchi und Pizza.



Zweiter Tag: Brig nach Gondo

Beim Aufwachen der erste Check: Alles fühlt sich wider Erwarten gut an, nichts tut weh. Dann der Blick aus dem Fenster: Blauer Himmel. Und der Hotelier hat für uns ein frühes Morgenessen vorbereitet. Besser kann ein Tag nicht beginnen.



Die Schnellsten und die Langsamsten von gestern starten heute eine halbe Stunde früher, Petra und ich im Hauptfeld. Nicholas als der Dritte im Laufteam geht eine weitere halbe Stunde später auf die 28 km Strecke (1400 Höhenmeter). Rainer wird wie gestern erneut wie aus dem heiteren Himmel an verschiedenen Streckenabschnitten auftauchen, um uns



anzuspornen – da kommt uns seine Motor-Renn-Erfahrung doch zugute!

Heute gibt es zwei happige Anstiege, da ist Hochsteigen angesagt. Aber dazwischen gibt es wieder eine wunderschöne sehr gut laufbare Strecke durch eine grandiose Natur, die wir heute anders als gestern auch sehen können.

Am Ende des zweiten Anstieges, etwa bei Kilometer 30 und recht

anstrengend, werden wir von Blasmusik und einem herzlichen „Willkommen“ begrüßt. Uns kommen die Tränen und die Anstrengung ist wie weggeblasen. Dafür gestaltet sich der letzte Downhill durchaus noch anspruchsvoll und ich lege ich ganz am Ende – wie einige andere – doch noch



einmal hin. Leider mitten in die Brennnesseln!



Als erster kommt Nicholas recht erschöpft und früher als erwartet ins Ziel. Er ist die 28 km völlig untrainiert (die Matur ist gerade wenige Wochen vorbei) und viel zu schnell gerannt. Er wird den Lauf noch einige Tage schmerzhaft spüren. Petra und ich kommen gut und noch rechtzeitig vor dem nächsten Regen ins Ziel. Wir ziehen uns hinter unserem Bus an der Schweizerisch-Italienischen Zollstation um und lassen uns dann sehr stolz den Walliser Käse und Wein für unseren 4. und 5. Platz

bei den Frauen überreichen.

Generalprobe bestanden. Wir sind fit für den Transalpine Run!

