

SIMM vom 15./16. August 2020 – Ein Erlebnisbericht

Die Idee

An einem nat. OL schaute ich (Elisabeth) wieder einmal die Routen des RADY'S Mountain Marathon (früher hiess dieser Lauf so) an, die zur Ansicht aufgelegt waren. Auf dem Heimweg vom Lauf sprach ich mit Barbara darüber, dass ich gerne einmal einen Gebirgs-OL machen würde. Auch Barbara hatte mit diesem Projekt schon geliebäugelt und so beschlossen wir, es im 2019 zu wagen. Im Frühling 2019 war es wieder spruchreif, aber Barbara musste passen, weil ihr das Gelände nach einer langjährigen Verletzung zu anspruchsvoll war. Sie erkundigte sich sogleich beim Veranstalter über die Austragung im 2020 und erfuhr, dass die Austragung im wunderschönen Prättigau stattfinden würde.

Die Vorbereitung

In den Sommerferien 2020 haben wir uns spezifisch auf den Lauf vorbereitet. Das hiess für uns beide ein paar laaaaaange Wanderungen mit möglichst viel Gepäck. Sogar ein Kartentraining auf einer alten Mountain Marathon-Karte in den Flumserbergen gehörte dazu. An diesem Trainingstag verloren wir «nur» eine Stunde auf unsere Konkurrenten Urs und Annalena (Kategorie Familie ☺), gleiche Bahn wie wir Damen).

Am Vorabend

Um ausgeruht an den Start gehen zu können, reisten wir bereits am Vorabend ins Bündnerland. Wir besorgten uns die Unterlagen und verzogen uns ins Hotel zur Vorbereitung. Auf der riesigen Karte zeichneten wir die Sperrgebiete ein und markierten die Wanderwege mit Leuchtstift, wie es unser Coach Urs empfohlen hatte.

Die Tat

Nach einem ausgiebigen Frühstück bestiegen wir in St. Antönien den Shuttle-Bus zum Vorstart. Für diese Tageszeit (10.00 Uhr) war es noch richtig kalt. Um 10.45 Uhr erfolgte der Start für unsere Kategorie. Direkt nach dem Start mussten alle Teams die Posten gemäss Postenbeschreibung (Angabe von Koordinaten) auf der Wanderkarte einzeichnen. Vor dieser Aufgabe hatten wir Respekt, sie erwies sich aber als relativ einfach. Endlich konnten wir die schweren Rucksäcke schultern und los ging's.

Bis zu Posten 4, respektive zur ersten Pause auf einem Pass, ging es über 700 Höhenmeter bergauf, und zwar nur bergauf. Ein happiger Einstieg, der an die Substanz ging.



Posten 2 vor wunderschöner Kulisse



Unterwegs



Posten 5 am idyllischen Bergsee

Gestärkt mit Landjägern im Bauch (Barbara) und einem grusigen Babybel (Elisabeth) peilten wir Posten 4 an. Eine unglückliche Routenwahl zu Posten 5 kostete uns wertvolle Zeit. Bei Posten 5 erwartete uns der Fotograf, Mitorganisator des Laufes sowie OLKW Mitglied Daniel Vonwiller. Idyllischer hätte dieser Postenstandort nicht sein können (siehe Bild). Leider aber blieb uns keine Zeit diese Idylle zu genießen, wir mussten aufs Gafierjoch auf 2'408 m. Dort angekommen ging das OK des Laufes in eine Beratungsrunde, ob wir die restlichen Posten

überhaupt noch anlaufen dürften. Anmerkung: wir waren zu diesem Zeitpunkt bereits länger unterwegs als erlaubt.

Daniel, der auch vor Ort war, spürte, dass uns eine Weiterführung des Laufs am Herzen lag. So gab er uns grünes Licht und wir konnten Posten 7-9, die in einem wunderschönen Karstfeld (Gafierplatten) lagen, anlaufen.



Gafierplatten – Postenstandorte 7-9

Von Posten 9 bis 11 begaben wir uns auf eine rasante Talfahrt, um nachher nochmals ein alles forderndes Geröllfeld zu durchsteigen (Die blauen Flecken waren noch eine Woche später zu sehen). Bei Posten 12, einem weiteren Kontrollposten, erfuhren wir, dass wir nicht das letzte Team auf der Strecke waren! Freude herrschte 😊

Der Streckenabschnitt zum drittletzten Posten war die Hölle: zuerst alles bergab (300 Höhenmeter) ohne Weg durch hüfthohe Alpenrosenstauden, sodass wir nicht sahen, wohin wir traten. Und so passierte es dann auch, dass Barbara stürzte und sich an einem Stein den Ellbogen aufschlitzte. Das Blut floss in Strömen aus der Wunde! Glücklicherweise rutschte Elisabeth so schnell sie konnte auf dem Hosenboden den Hang hinunter, damit sie erste Hilfe leisten konnte. Es galt so schnell wie möglich einen Druckverband anzulegen. Kaum verarztet, rannte Barbara weiter bergab, denn sie hatte bereits bei Posten 10 realisiert, dass ein Finishen vor dem Zielschluss um 20.00 Uhr möglich war. In der Hitze des Gefechts unterlief ihr prompt noch ein Fehler, der aber glücklicherweise sofort von Elisabeth (der Kontrolle) bemerkt wurde. So korrigierten wir zu Posten 13 und quittierten ihn richtig. Die Posten 14 und 15 erwiesen sich als einfach. Den Zieleinlauf von 600m absolvierten wir im Spurt und siehe da: wir erreichten unser persönliches Ziel und waren ganze 5 Minuten VOR Zielschluss im WKZ 😊.

Direkt nach dem Zieleinlauf mussten wir ein paar Pflichtgegenstände vorweisen. Das OK wollte unsere Stirnlampen (inkl. Ersatzbatterien), den Kompass und die Apotheke (minus Verbandsmaterial) sehen.

Urs und Annalena, die übrigens die gleiche Bahn wie wir absolviert hatten, hatten eine halbe Stunde vor uns das Ziel erreicht und sassen bereits beim Znacht. Für uns galt es das Zelt aufzustellen, uns einigermassen zu waschen, zu kochen und zu essen, damit wir noch vor Einbruch der Nacht in die Schlafsäcke kriechen konnten.



Das Zeltlager



Guten Morgen!



Team Fähnlifrässer vor dem Start

Nach dem Lauf

Direkt nach dem Rennen fand Elisabeth, sie habe es nun miterlebt (vor allem die schlaflose Nacht im Zelt). Barbara meinte, sie könnte sich einen SIMM erneut vorstellen.

Beim Schreiben dieses Berichts jedoch -so aus der Rückblende- war alles nicht mehr so schlimm. Die Score-Kategorie (max.5h pro Tag) käme bei Elisabeth jedoch eher in Frage.

Vielleicht stehen im nächsten Jahr weitere Wiggertaler-Teams auf der Startliste, da sich die Leserinnen und Leser dieses Berichts ermutigt fühlen auch mitzumachen.

Team Teaching Library 😊

Bericht aus «Postengeflüster» Nr. 3 / 26. Oktober 2020 des OLK Wiggertal.