

Wolfgang Kölli

#42undmehr

blog: <http://zweiundvierzigundmehr.blogspot.co.at/>

facebook: <https://www.facebook.com/wolfgangkoelli/>



Kronen Zeitung Erzberg Adventure Days – ERZBERG RUN – Laufbericht (27.07.2019)



Nach 2017 stehe ich heute zum zweiten Mal am Start des ERZBERG RUN im Rahmen der Kronen Zeitung ERZBERG ADVENTURE DAYS. Meine Teilnahme am Lauf auf den Erzberg kombinieren wir mit einem Familienausflug. Während ich Etage um Etage hochlaufe, werden meine Frau und mein Sohn den Erzberg mit dem Hauly, einem der größten Schwerlasttransporter der Welt, erkunden.

Das Event, das sich in den ersten Jahren auf den Erzberglauf beschränkte, bedient mittlerweile ein breites Spektrum von Adrenalinjunkies.

Der Veranstalter beschreibt auf seiner Internetseite die abenteuerlichen Tage auf dem Erzberg folgendermaßen:

2 Wochenenden. Fünf Bergsportabenteuer.

Mitteleuropas größter aktiver Bergbau öffnet einmal im Jahr seine Pforten und mutiert zur gigantischen Sportarena. An zwei aufeinanderfolgenden Wochenenden im Juli kommen über 4.000 Athleten & Abenteurer, Profis & Amateure aus zehn verschiedenen Disziplinen zusammen.

Die KRONEN ZEITUNG präsentiert Erzberg Adventure Days.
Das größte Bergsportfestival Österreichs.

SPÜRE DEN BERG!

Letzten Samstag und Sonntag kamen die Hindernislauf-Fans bereits voll auf ihre Kosten. Die ROCK@MAN und @WOMAN - Bewerbe wurden ebenso ausgetragen wie der MinCell-VERTICAL IRON SPRINT, bei dem es auf einer Länge von lediglich 180 Metern sagenhafte 92 Höhenmeter zu überwinden galt und die Strecke eine maximale Steigung von 97 Prozent aufwies. Aber auch ein Triathlon der anderen Art lockte unerschrockene Teilnehmer auf den Erzberg. Der CLIMB & GLIDE EISENERZ setzte sich aus den Einzeldisziplinen Laufen, Klettern und Paragleiten zusammen.



Heute geht es nicht ganz so spektakulär, aber nicht minder aufregend zur Sache. Der ERZBERG RUN & NORDIC-WALK steht ebenso wie die ERZBERG MTB CHALLENGE und der RADWANDERTAG am Programm.

Zwei wesentliche Änderungen gibt es gegenüber meinem Antreten im Jahr 2017. Die erste Änderung betrifft die An- und Abreise. Vor zwei Jahren standen Parkplätze etwas außerhalb von Eisenerz gelegen zur Verfügung und die Teilnehmer wurden mit Shuttle-Bussen zum Startbereich gebracht. Das Festzelt war wenige Höhenmeter unter dem Erzberggipfel eingerichtet.

Heuer steht erstmals eine kostenlose Parkmöglichkeit im unmittelbaren Startbereich bereit. Auch der Festivalbereich ist hier aufgebaut. Die Läufer und Walker werden nach der Zielankunft unverzüglich zu Tal befördert. Das hat für den Teilnehmer den Vorteil, bei

der Abreise wesentlich flexibler zu sein.

Die zweite Änderung betrifft die Streckenführung. Der Veranstalter hält sich ob der genauen Streckenführung bedeckt. Es wird lediglich verraten, dass die Streckenlänge rund 13 Kilometer betragen und 600 Höhenmeter aufweisen wird. Ein besonderes Highlight sei das Durchlaufen eines ungefähr 1,2 Kilometer langen beleuchteten Stollens. Wer mich kennt weiß, dass ich kein Fan von engen Räumen und unterirdischen Gängen bin. Aber spannend und einzigartig klingt es allemal.

Schon im Vorfeld zeigt sich die gute Organisation der Kronen Zeitung ERZBERG ADVENTURE DAYS. So wurden vorgestern letzte aktuelle Informationen einschließlich Übersichtspläne, Erklärungen zu Streckenführung und Zeitabläufen in meinen mail account zugestellt. Auch wie man sich bei unvorhersehbaren Zwischenfällen zu verhalten hat ist ebenso wie die Lage der Sammelpunkte beschrieben. Als Beispiel ist ein Stromausfall im Stollen genannt. In diesem Fall sei Ruhe zu bewahren und es dürfe wegen der Verletzungsgefahr nicht weitergelaufen werden. Streckenposten seien vor Ort und würden den Elektriker informieren, der dann wieder Licht ins Dunkle bringen würde. Zum Glück hat mein Smartphone für diesen "worst case" eine Taschenlampen-Funktion, beruhige ich mich.

Eisenerz ist aus dem Süden von Graz über die A9 und den Kleinalmtunnel gut erreichbar. Nach 75 Minuten Fahrzeit treffen wir gegen 08.45 Uhr am Parkplatz bei der sogenannten Bohrschmiede am Fuße des Erzberges ein. Lediglich ein paar Minuten Fußweg trennt uns vom Veranstaltungsgelände. Hier findet der Teilnehmer alles, was das Läufers Herz begehrt. Umkleiden, Duschen, Toiletten, eine Musikbühne, das Festzelt mit Speisen- und Getränkeangebot sowie Schalter für die Abholung der Startnummern, für Nachnennungen und für die Ausgabe der Goodies. Flankiert wird der Eingang zum Festivalbereich von zwei riesigen Schwerlasttransportern, die mittels gerichteter Treppe sogar betreten werden dürfen. Die riesigen Haulys mit den gut 2,5 Meter hohen Reifen sind ein begehrtter Hintergrund für Erinnerungsfotos vom diesjährigen ERZBERG RUN.

Ab zur Abholung der Startunterlagen! Es ist ein Privileg, Zugang zum Erzberg zu erhalten. Denn der Erzberg, auf dem seit dem 11. Jahrhundert hauptsächlich Siderit abgebaut und zu Feinerz verarbeitet wird, ist grundsätzlich bergpolizeilich gesperrtes Gebiet. Entsprechend ausformuliert sind die Allgemeinen Geschäftsbedingungen, die unterzeichnet zur Abholung der Startnummer mitzubringen sind.

Unter anderem ist in diesem Papier zu lesen, "dass das Aufenthaltsrecht am Berg auf das ausgewiesene Veranstaltungsareal beschränkt ist, der Rücktransport der Läufer vom Berg ausschließlich in den dafür vorgesehenen Shuttle-Bussen zu erfolgen hat und dass eigenmächtiges Betreten des Geländes außerhalb der Veranstaltungszeiten strengstens verboten ist". Immerhin beläuft oder befährt der Teilnehmer ein aktives Bergbauggebiet, an dem 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche und 365 Tage im Jahr abgebaut wird. Vorzulegen sind außerdem die Online-Anmeldebestätigung sowie die Kopie eines amtlichen Lichtbildausweises.

Für sein Startgeld erhält man neben der Startnummer eine Verpflegung entlang der Strecke, das Ziellabepaket, ein Gutscheineheft (einschließlich einem Pasta-Gutschein, einzulösen im Festzelt), eine Finisher-Medaille, einen Kleidersack samt Kleidertransport zum Ziel, den Shuttle-Transfer vom Erzberggipfel hinunter zum Festzeltbereich und noch einiges mehr. Die Zeitnehmung erfolgt über den PENTEK-timing Chip.

Meine heutigen Zielsetzungen? Für mich steht der Laufgenuss an erster Stelle. Zu oft haben mich ambitionierte Zeitziele auf der Jagd nach persönlichen Bestzeiten über die Laufstrecken hetzen lassen. Heute möchte ich jeden Höhenmeter des Erzberges laufend erklimmen, die Stimmung aufsaugen und die landschaftliche Einmaligkeit genießen. Nebenbei wird der Lauf eine wertvolle Trainingseinheit für mein nächstes sportliches Ziel, die Teilnahme an den österreichischen und steirischen Meisterschaften im Bergmarathon nächstes Wochenende in Kainach bei Voitsberg, sein.



Die Temperaturen sind sommerlich hoch und die prognostizierte Gewitterfront scheint noch in weiter Ferne. Daher habe ich im Kleiderbeutel lediglich ein T-Shirt, ein Handtuch und die Windjacke gepackt. Beschriftet mit meiner Startnummer wird der Kleidersack zum Zielbereich gebracht.

Ich verabschiede mich von meiner Frau und Sohn Sebastian, die sich auf den Weg zum Schaubergwerk, der Sammelstelle für die Hauly-Abenteuerfahrt, machen. Wir werden uns im Anschluss im Festzelt treffen. Insgeheim hoffe ich, meine Familie

während der Hauly-Fahrt am Erzberg zu erspähen.

Noch wenige Minuten bis zum Start! Ich betrete den Startblock und lausche der Moderation. Es ertönt die steirische Landeshymne aus den Lautsprechern, die mir Gänsehaut beschert. Mit einer standesgemäßen Sprengung erfolgt der Startschuss. Der laute Knall hallt durch das Tal und gemeinsam mit rund 650 weiteren Läufern und etwa 350 Nordic Walkern mache ich mich auf den Weg zum Gipfel des Erzberges.

Auf den ersten 3 Kilometern sind rund 150 Höhenmeter zu überwinden. Den Anstiegen weichen immer wieder flache Trassen, auf denen man sich ein wenig erholen kann. Wunderbare Blicke auf das türkis schimmernde Wasser im sogenannten Schlammeich belohnen für den vergossenen Schweiß. Es ist eine Freude, hier zu laufen. Ich mache im Laufschrift einige Fotos. Aus diesem Grund trage ich meine Laufweste. So kann ich mein Smartphone während der Fotosafari gelegentlich verstauen. Aber auch professionelle Fotografen haben sich am Berg platziert. Zwei Tage später wird man die Fotos im Internet im Kleinformat vorbegutachten und bei Gefallen käuflich erwerben können. Für das Fotoservice zeichnet sich Foto Viertbauer aus. Mir persönlich sind die Fotos zu teuer. Für die Hälfte des Preises würde ich vielleicht den einen oder anderen gut gelungenen Schnappschuss kaufen.

Die Wege sind breit und auf dem meist feinsteinigen Untergrund ist gut zu laufen. Ich trage meine Trailshuhe. Die Inov-8 Trailtalon 290 sind heute eine gute Wahl. Der Kilometer 4 ist beinahe flach. Immer wieder sichern Mitarbeiter des Veranstalters exponierte Stellen ab und verhindern ein Verlassen der offiziellen Laufstrecke. Zuschauer gibt es hier nicht.

Nach gut 4 Kilometer ist die erste Verpflegestelle eingerichtet. Es stehen Wasser, Iso und Bananen zur Labung bereit; kredenzt von freundlichen Helfern.



Kilometer 5 weist wieder einige Höhenmeter auf, die Kilometer 6 bis 9 verlaufen durchgehend flach, teilweise sogar leicht fallend. Bei Kilometer 7,5 führt die Laufstrecke in den Stollen. Der Tunnel ist vorerst nicht allzu breit und Leuchtmittel erhellen die Strecke in regelmäßigen Abständen. Dazwischen ist die Ausleuchtung jedoch dürftiger als erwartet.

Teilweise ist es so dunkel, dass man den Untergrund nicht erkennt und unwissend in die eine oder andere Schlammfüße tappt. Mancherorts tropft es von der Decke. Ein unerwartet auftauchendes Skelett oder eine Puppe, die wohl Annabelle darstellen soll, lässt es Angsthäsen kalt über den Rücken laufen. Die letzten paar hundert Meter belaufen wir in einen breit ausgebauten, asphaltierten Stollen. Am Ende des Tunnels erreichen wir wieder die Verpflegestelle, an der wir bei Kilometer 4 gelobt worden sind.

Von nun an steigt es kontinuierlich. Immerhin fehlen auf die angekündigten 600 Höhenmeter noch zwei Drittel. Die Wege werden nun ein wenig schmaler, die Serpentinaugen enger. Vor zwei Jahren tauchte ich in die Nebeldecke ein. Heute werden die Strapazen mit toller Sicht belohnt.

Gut 2 Kilometer vor dem Ziel kann an der Labestelle noch einmal Energie getankt werden. Ich fühle mich nach wie vor recht gut und trabe in konstantem Tempo weiter den Erzberg empor. Aus der Ferne sind Kuhglocken zu hören. Zuschauer machen nach Schweizer Vorbild damit Stimmung. Ein paar Kehren später komme auch ich in den Genuss von anfeuernden Worten. Sogar mit Livemusik werden wir Läufer wenige Kehren vom Gipfel verwöhnt.

Es geht dem Ziel entgegen. Der Weg wird nun zusehends steiler und mir schwinden allmählich die Kräfte. Vor zwei Jahren war hier das Festgelände errichtet. Heute stehen hier lediglich die Busse für den raschen Abtransport bereit.

Ich habe noch zwei Kehren vor mir. Zuschauer säumen den Weg, der Moderator kündigt die Ankunft der Wettkämpfer an und es herrscht eine hervorragende Stimmung. Schlussspurt! Steil empor gehen die letzten Meter. Ich mache noch ein paar schnelle Laufschriffe und bin nach 1 Stunde und 23 Minuten im Ziel, das sich auf rund 1450 Meter über dem Meeresspiegel befindet. Ich bin auf der "Etage 26 - 7. Horizont", wie der Gipfel des Erzberges genannt wird, angelangt und habe mich an 152. Stelle von 659 gestarteten Läufern klassiert.

Laut meiner Garmin-Laufuhr war die Strecke letztendlich 13,5 Kilometer lang und wartete mit 560 positiven Höhenmetern auf. Ich erhalte die sehr wertig gefertigte Finisher-Medaille um den Hals gehängt und eine Flasche Wasser wird mir gereicht.



Ich hole mir den Kleiderbeutel und ziehe mir ein frisches Shirt über. Das Labesackerl steht auch bereit und beinhaltet einen leckeren Müsliriegel, eine Dose Red Bull - Cola (leider gar nicht mein Geschmack), eine Flasche Wasser sowie einen Apfel. Ich steige in den Shuttle-Bus und 20 Minuten später treffe ich am Festgelände ein.

Hier erhalten wir Teilnehmer gegen Vorlage des Gutscheinheftes noch ein paar Goodies. Im noch sehr leeren Festzelt labe ich mit einer Pasta und einem leckeren Hopfensaft die leeren Speicher auf.

Ich kontaktiere meine Familie und wenig später machen wir uns gemeinsam auf den Heimweg.

Fazit: Dem Teilnehmer erwartet beim Erzberglauf die einmalige Gelegenheit, den größten Tagbau Österreichs belaufen zu dürfen. Die Organisation ist einwandfrei. Die Verpflegung ist ausreichend, die Verpflegestellen sind gut positioniert, die Helfer freundlich. Als Belohnung erhält der Teilnehmer auf knapp 1500 Meter Seehöhe eine wertige Finisher-Medaille.