

Transalpine-Run 2011: Das Ziel ist erreicht - Finisher in Latsch - ein unbeschreiblicher Moment!

Der Transalpine-Run gilt seit seiner Premiere 2005 als eine der größten Herausforderungen für Berg- und Trailläufer und hat sich dabei den Ruf einer international besetzten, hoch professionellen und für alle Teilnehmer emotional intensiven Veranstaltung erworben. Nach 2009 ist Felix Benz erneut dabei. In diesem Jahr ist Andreas Jäger aus Marbach sein Laufpartner. Die Strecke: 273 km mit über 15'000 Meter Höhendifferenz, verteilt auf 8 Tagesetappen. Vom Allgäu über den Alpenhauptkamm via Unterengadin ins Südtirol. Die beiden haben diesen Ultra-Etappenlauf absolviert, der Wunschtraum wurde zur Realität: **Finisher TAR 2011! Auf diese Auszeichnung dürfen die beiden stolz sein und im Ziel in Latsch den Erfolg zusammen mit den anderen Finishern gebührend feiern.**

Samstag, 10. September 2011 - von Felix Benz

Vom 3. bis 10. September findet der 7. Transalpine-Run statt, ein Lauf über 273 Kilometer über die Alpen. Am Start in Oberstdorf stehen über 600 Läuferinnen und Läufer. Sie haben auf den 8 Tagesetappen rund 15'000 Höhenmeter zu bewältigen. Hirschegg im Kleinwalsertal, Schruns, Galtür, Scuol, Mals und Schlanders sind die Etappenorte. Das Ziel der "Alpenüberquerung" ist Latsch im Vinschgau/Südtirol. Gelaufen wird in Zweiertteams, die beiden Läufer müssen ständig zusammen bleiben. Mit dabei an dieser sportlichen Herausforderung ist auch ein Duo aus dem Rheintal. Felix Benz aus Heerbrugg ist nach seiner erfolgreichen Teilnahme im Jahre 2009 heuer zum zweiten Mal bei diesem Etappenlauf dabei. Andreas Jäger aus Marbach ist sein Partner. Die beiden schliessen sich der Gruppe der Alpinrunner von Chur an und profitieren von dessen Organisationsstruktur und Erfahrungen. Die beiden passionierten Langstreckenläufer haben sich auf den Wettkampf individuell vorbereitet und freuen sich auf die besondere sportliche Herausforderung. Sie wollen die 8 Etappen in hochalpinem Gelände geniessen und wünschen sich dafür natürlich bestes Laufwetter. Die Aufgabe ist keinesfalls leicht und einfach. Ganz happig ist bereits der zweite Tag mit der Königsetappe über 53 Kilometer und 2'500 Höhenmeter von Hirschegg nach Schruns. Da wird von den Teilnehmern alles abverlangt. Die Läuferinnen und Läufer werden am Sonntag nicht nur erstmals eine Landesgrenze überschreiten, sondern vermutlich auch ihre persönliche Leistungsgrenze deutlich spüren und entsprechende Grenzerfahrungen machen. Der Lohn für die Strapazen sind atemberaubende Landschaften wie die Uina-Schlucht zwischen Scuol und Mals, die Rappenscharte auf der siebten Etappe, der höchste Punkt der Wettkampfstrecke auf 3'012 Meter über Meer, und dann natürlich der Zieleinlauf in Latsch. Diese und andere Highlights bringen unvergleichliche Erlebnisse und Emotionen beim Transalpine-Run

1. Etappe (Samstag, 3. September 11) von Oberstdorf nach Hirschegg im Kleinwalsertal, 27 Km 1'806 Höhenmeter im Aufstieg, 1'496 Höhenmeter im Abstieg

2. Etappe (Sonntag, 4. September 11) von Hirschegg im Kleinwalsertal nach Schruns im Montafon, 53 Km 2'481 Höhenmeter im Aufstieg, 2'913 Höhenmeter im Abstieg

Kurzbericht über die 1. und 2. Etappe von Felix Die beiden ersten Wettkampftage sind genau nach den Vorstellungen von Andreas Jäger und mir verlaufen. Allerdings waren die Anforderungen bei der ersten Etappe wegen der grossen Hitze enorm. Trotzdem hatten wir im Ziel keinerlei physische Probleme. Auch die Harmonie von uns beiden war bestens. So macht der Transalpine-Run Spass, so kanns weiter gehen. Unsere Laufzeit: 4:33 Std. - Klassierung: 33. Rang in der Kateg. Master Men (von 83 Teams), Overall Rang 110 (von 312). So starteten wir mit viel Selbstvertrauen zur zweiten Etappe, der Königsetappe. Einen Grossteil des Rennens waren wir umgeben von anderen Alpinrunner-Teams. Die letzten Meter im Zielort Schruns nach einer Laufzeit von 7:59 Stunden waren geprägt von grosser Zufriedenheit. Wir sind damit im 30. Rang klassiert, Overall auf Rang 95. Im Vergleich zum Vortag konnten wir uns etwas verbessern. Aber wichtig ist für uns die Klassierung nicht, das Erlebnis steht Tag für Tag im Vordergrund. Und so bleibt der zweite Tag in bester Erinnerung. Ganz besonders gefreut haben wir beide uns über besondere

Zuschauer aus der Mila: Erwin und Claire Keller und Andreas Pummer liessen sich wie wir von der besonderen Ambiente des Transalpine-Runs begeistern. Für den Applaus unserer Freunde an der Strecke und die Gratulationen im Ziel bedanken wir uns auch ganz herzlich an dieser Stelle.

3. Etappe (Montag, 5. September 11) von Schruns nach Galtür, 42 Km1'870 Höhenmeter im Aufstieg, 971 Höhenmeter im Abstieg - Aufgrund der sehr schlechten Wetterprognosen für Montag hat die Rennleitung am Sonntag entschieden, die Alternativ-Route laufen zu lassen.

4. Etappe (Dienstag, 6. September 11) von Galtür nach Scuol, 40 Km2'339 Höhenmeter im Aufstieg, 2'734 Höhenmeter im Abstieg.

Kurzbericht über die 3. und 4. Etappe von Felix Aufgrund des nasskalten Wetters führte die 3. Etappe durchs Silbertal statt über exponierte Trails auf der Krete. Dieser Entscheid war sicher richtig, der ständige Regen und die morastigen Wege waren alleine schon eine riesige Herausforderung. Mit dem Wetterumschwung und damit verbundenen Streckenänderung konnten Andi und ich sehr gut umgehen. Der Montag war unser Tag. Wir fühlten uns sehr gut und erreichten das Ziel in Galtür nach 5:50 Std an 25. Stelle. Dank dieser Leistung schieben wir uns in der Gesamtwertung auf den 28. Platz vor. Die 4. Etappe startet bei idealen Temperaturen. Andi und ich waren nach dem gestrigen Tag wieder voll motiviert, hatten allerdings schon etwas Respekt vor der grossen Aufgabe. Aber es ging ja in die Schweiz. Mit den Kräften haushälterisch umgehen, war auch bei dieser grossen Etappe mit zwei "Bergen" auf 2'800 Meter über Meer unsere Devise. Und es klappte erneut hervorragend. Wir schieben uns dank dem 24. Tagesrang (78. Overall) erneut um zwei Plätze nach vorne. Vier Etappen und damit die Hälfte der Transalpine-Run ist damit geschafft. Wir sind glücklich, wie es bisher gelaufen ist. Schön wäre es, wenn wir auf dieser Erfolgswelle weiter machen könnten. Der morgige Tag (Mittwoch) ist im Vergleich mit den bisherigen Etappen fast ein "Erholungstag". Wir freuen uns auf die kommenden Aufgaben. Gerne berichten wir dann wieder über das Wesentliche in Kürze.

5. Etappe (Mittwoch, 7. September 11) Bergsprint von Scuol nach Motta Naluns, 6 Km936 Höhenmeter im Aufstieg

6. Etappe (Donnerstag, 8. September 11) von Scuol im Unterengadin nach Mals im Vinschgau, 37 Km1'332 Höhenmeter im Aufstieg, 1'474 Höhenmeter im Abstieg.

Kurzbericht über die 5. und 6. Etappe von Andreas Der Bergsprint war etwas ganz anderes als die bisherigen vier Etappen. Eine kurze aber sehr intensive Belastung, wer in der Vorbereitung den Schwerpunkt alleine auf die Ausdauer gelegt hat, kam beim Bergsprint an den "Anschlag". Aber am Nachmittag hatten ja alle die Möglichkeit zur Erholung. Felix und ich waren noch unter der Stundengrenze im Ziel und konnten unsere Platzierung behalten. Die Etappe von Scuol nach Mals war landschaftlich mit fantastischen Eindrücken verbunden. Besonders der Aufstieg durch die Uina-Schlucht war überwältigend. Wir überquerten nach diesem Abschnitte zum vierten Mal eine Landesgrenze. Die letzten beiden Etappen liegen im Vinschgau/Italien. Am Schluss der Etappe sahen wir bereits in den Süden Richtung Latsch. Wir werden dort in zwei Tagen erwartet. Trotz ersten kleineren muskulären Wadenproblem bei mir, Felix hat überhaupt keine Ermüdungserscheinungen, werden wir hoffentlich unser grosses Ziel erreichen - Finisher in Latsch! Das Resultat der 6 Etappe stärkt diese Absicht, wir klassierten uns mit einer Laufzeit von 4:36 Std. an 26. Stelle (Overalle 88). Genau an dieser Stelle liegen wir in der Gesamtwertung.

7. Etappe (Freitag, 9. September 11) von Mals nach Schlanders, 37 Km2'063 Höhenmeter im Aufstieg, 2'334 Höhenmeter im Abstieg

8. Etappe (Samstag, 10. September 11) von Schlanders nach Latsch, 30 Km1'807 Höhenmeter im Aufstieg, 1'882 Höhenmeter im Abstieg

Kurzbericht über die 7. und 8. Etappe von Felix Die beiden letzten Etappen verlangte nochmals viel von den

Teilnehmern, die Strecke beinhaltet nochmals alles, was die Faszination Trail-Running ausmacht. Auf der siebten Etappe ging es auf die Rappenscharte, der höchste Punkt der Woche auf über 3000 Meter über Meer. Extrem steil hinauf in weglosem Gelände und gleich wieder hinunter. Die letzte Etappe war dann in Bezug auf die Steilheit wieder etwas moderater, was uns auch während des Laufens ab uns zu einen Blick weg von der Laufstrecke ermöglichte. Das Wetter zeigte sich im Südtirol nochmals von der wärmsten Seite und rückte die unzähligen Naturschönheiten des oberen Vinschgaus ins beste Licht. Für die 7. Etappe benötigten wir 5:39 Std. und bei der Schlussetappe stoppte die Uhr nach 4:21 Std. Damit bestätigten wir unsere Klassierung. Mit einem unbeschreiblichen Glücksgefühl haben wir Latsch mit einer Gesamtlaufzeit von 40 Stunden und 4 Minuten erreicht. In der Masterklasse stehen wir damit auf dem 26. Rang (von 83 gestarteten), in der Overallwertung belegen wir Rang 76 (von 312). Dafür gab es die Finishermedaille, das Finishershirt und eine tolle Finisherparty, an welcher wir den Erfolg gebührend feiern konnten.

Noch mehr über den TAR im Internet

Weitere Informationen, Berichte, Bilder und anderes mehr vom Transalpin-Run sind zu finden auf www.alpinrunner.ch gleich unter diesem

[Link](#)

Und selbstverständlich auf der Homepage des Veranstalters www.transalpin-run.com gleich mit diesem

[Link](#)

Und Ranglisten sind auf www.datasport.com zu finden gleich mit diesem

[Link](#)

Strecke 1. Etappe



Die Alpinrunner sind in diesem Jahr mit 8 Teams am Transalpine-Run am Start



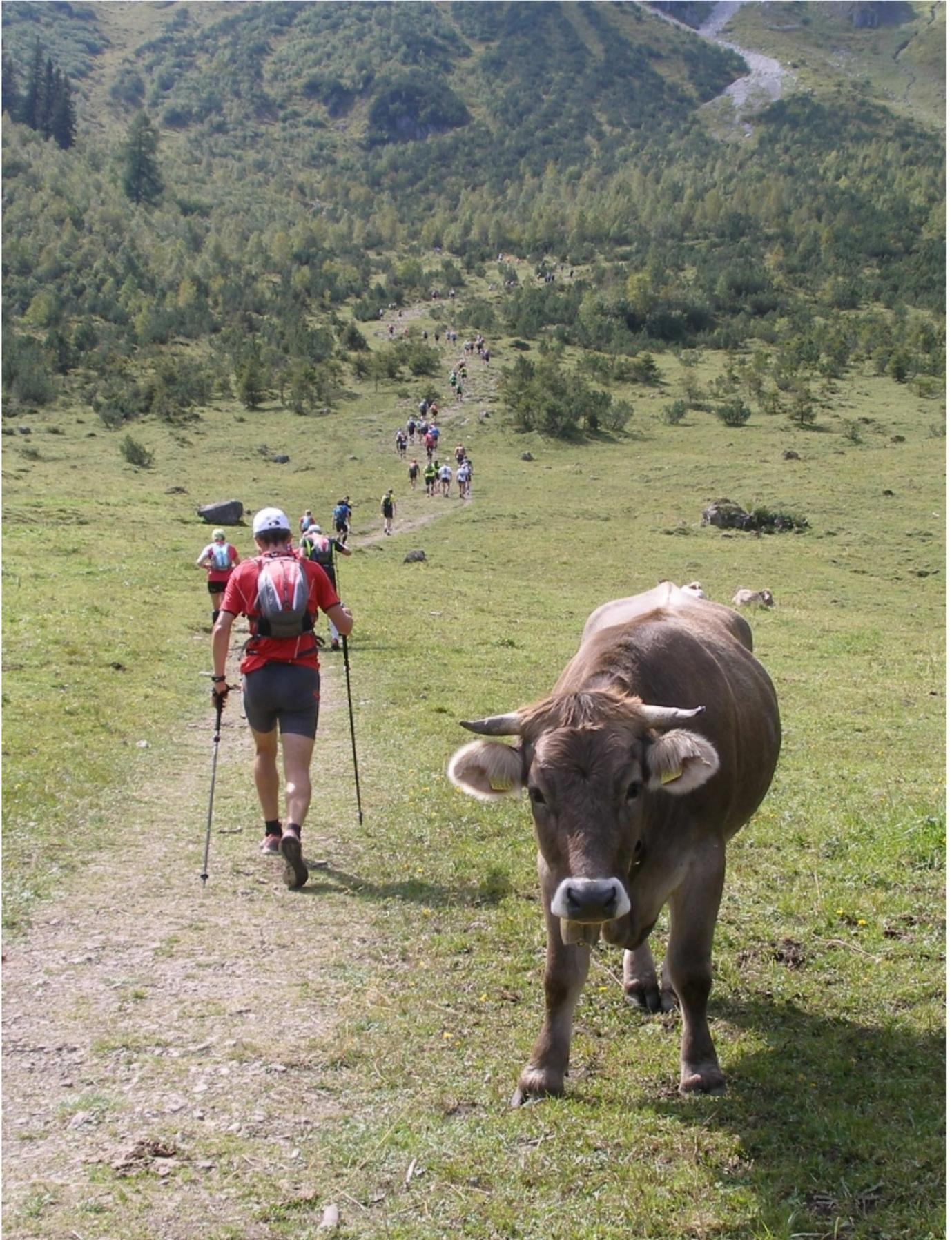
Alpinrunner 7 : Andreas und Felix vor dem Start



Kurz vor der ersten Verpflegung



Es ist ein besondere Tag auf dieser Alp, wenn der TAR auf Besuch kommt



Hirschegg, Zielort der 1. Etappe im Blick



Ein kurzer Fotostopp der beiden



Ein kühles Bier, natürlich alkoholfrei, der verdiente Lohn nach der „Hitzeschlacht“ der ersten Etappe



Andreas zusammen mit dem schnellen Damenteam der Aplinrunner



Strecke der 2. Etappe von Hirscheegg nach Schruns



Andreas vor einem Wasserfall



und hier am Spullersee



Die letzten Meter der 2. und längsten Etappe vor Schruns



Claire und Erwin Keller erwarteten Andi und Felix an der Strecke und im Zielraum



Andi und Felix mit Erwin im Ziel der Königsetappe



Strecke 3. Etappe Schruns-Galtür



Regen praktisch den ganzen Tag



Das Ziel Galtür im Blickfeld



Strecke4. Etappe Galtür-Scuol



Fütscholpass mit Gletscher, die Grenze Oesterreich-Schweiz



Blick hinunter ins Unterengadin



Kühler Kopf bewahren



Ziel erreicht in Scuol



Abkühlung im Brunnen



Strecke 5. etappe, Bergspring Scuol - Motta Naluns



Einzelstart der Teams



Zieleinlauf Motta Naluns



Ehrengast Jonathan Wyatt lief auch hinauf



Strecke 6. Etappe Scuol - Mals



Andi lies sich vorsorglich seine linke Wadenmuskeln tapen



Allegra illa Val d'Uina

Informationen und Hinweise für Mountainbike-Fahrer
Infuormaziuns ed indicaziuns per bikers



1 Sie befahren nun eine anspruchsvolle Strecke. Gute Fahrtechnik erforderlich!
Vus as rechattais sün üna via pretenziusa, chi pretenda buna tecnica!



2 Achten Sie auf Fussgänger, Gegenverkehr, und Fahrzeuge.
Attenziun als peduns, trafic e veiculs.



3 Nehmen Sie Rücksicht auf Wanderer (Glocke obligatorisch).
Tour resguard als viandans (brunzina obligatorica).



4 Steigen Sie bei gefährlichen Passagen vom Mountainbike ab (Tragen oder Stossen).
Pro passaschas privlusas chaminar cul bike (portar o stumplar).



5 Jegliche Haftung wird abgelehnt. Befahren der Strecke auf eigene Gefahr!
Nus nu surpigliain ingüna responsabilità.



Wir wünschen Ihnen eine erlebnisreiche Fahrt im beeindruckenden Val d'Uina! Cumün da Sent e Sent Turissem
Nus giavüschain bler giodimaint illa inposanta Val d'Uina!

Eindrucklich, der Weg in den Fels geschlagen



Hier gilt Überholverbot





Andreas überspringt eines der vielen Bach-Hindernisse



Kurz vor Mals, Ziel der 6. Etappe. Bereits im Blickfeld weiter südlich, Schlanders und Latsch



7. Etappe, es geht von Mals über die Rappenscharte auf 3900 Meter über Mer nach Schlanders



Entlang Waalwegen



Ab und zu war auch Laufschrift möglich



Extrem warm auf den ersten und letzten Kilometern



Steil bergan, teilweise weglos, hinauf auf das Dach der Tour



Motivationspritze



8. Etappe, von Schlanders, über die Göflaner Scharte, nach Latsch



Zum letzten Mal: Startkontrolle



Hinauf zur Göflaner Alm, vorbei am Marborbruch



Aufstieg zur Göflaner Scharte ...



..... in Einerkolonne



Ein herrlicher Tag: Blick vom Kreuzjöchl Richtung Süden bzw. Ziel



Latsch, das ersehnte Ziel, im Blick



Die letzten Kilometer, ohne Halt beim Bierkeller



Durch die herrlichen Obstplantagen



Gleich ist das Ziel erreicht



Andi auf dem letzten Kilometer



Im Ziel! Die Finishermedaillen wurden den beiden bereits übergeben, das Shirt folgt am Abend an der Party



Alle 8 Teams der Alpinrunner haben das Ziel erreicht.



Die letzte und grösste Verpflegungsstelle beim TAR 2011 war an der Finisherparty



Das Frauenteam der Alpinrunner durften bei der SE aufs Podest



Dann wurden sie verteilt, die begehten Finishershirts

