Von Kobelwies auf den Säntis: Ein Trainingslauf mit besonderen Anforderungen und Würze!

Eine bunt zusammengewürfelte Gruppe "Alpsteinläufer" lief auf Einladung von Roland Segmüller vom Kobelwies via Eggerstanden-Wasserauen-Seealpsee-Mesmer- Wagenlücke auf den Säntis. Dabei hat sich wieder gezeigt, dass nicht nur der Berg, sondern der Aufstieg zum höchsten Gipfel des Alpsteins pure Faszination bedeutet.

Samstag, 6. September 2014 - von Felix Benz

Der grössere Teil der Gruppe, darunter sieben Milas (Roland Segmüller, Berni Litscher, Guido Bischofberger, Andreas Weiler, Markus Halter, Fredy Schmid und Felix Benz), starteten am Samstag, 6. September um 12.00 Uhr beim Schwammlauf-Start in Kobelwies zum schon traditionellen Säntislauf. Bei der Kirche Eggerstanden stiessen noch weitere "Säntisläufer" zur Gruppe, sodass sich total 15 Läufer im schnellen Laufschrift in Richtung Säntisgipfel bewegten. Zwischendurch wurden an verschiedenen Brunnen die Flüssigkeitreserven aufgefüllt. Bis Wasserauen gings ca. 18 km lang relativ flach und schnell vorwärts, nach zwei Stunden war die Endstation der Appenzellerbahn bzw. die Talstation der Luftseilbahn hinauf zur Ebenalp erreicht. Nach Wasserauen erhöhten sich die Steigungsprozente wesentlich. Auf Höhe Seealpsee war der Säntisgipfel für kurz einmal ersichtlich. Doch je höher bzw. je näher die Läufer diesem Ziel kamen, umso dichter wurde der Nebel. Nach einem Halt beim Gasthaus Mesmer respektive nach der Passage der Wagenlücke begann es leicht zu regnen. Doch die Gruppe liess sich wegen dieser Feuchtigkeit von oben und dem fehlenden Weitblick nicht die gute Laune verderben und die schnellsten erreichten mit einer Laufzeit (die versch. Pausen von ca. 45-60 Minuten nicht eingerechnet) von deutlich unter vier Stunden das Gasthaus Alter Säntis bzw. den Säntisgipfel auf 2'502 Meter über Meer. Die Laufstrecke betrug gemäss GPS-Auswertung 27,6 Km, sie beinhalten 2'290 Meter Steigungen und 265 Meter Gefälle. Nach kurzer Verpflegung beförderte die Säntisbahn die Läufergruppe hinunter nach Schwägalp, von wo es mit Autos wieder zurück in Rheintal ging.

Besammlung zum Trainingslauf in Kobelwies

Roland begrüsst seine Trainingspartner

Ab gehts auf der Schwammstrasse Richtung Säntis

Bestes Laufwetter fast auf der ganzen Strecke

Gute Stimmung von A-Z

Brunnen bedeutet kurzer Erfirschungs- und Trinkhalt

Bei der Kirche Eggerstanden

Die Gruppe ist nun vollständig

Abwärtspassage von Eggerstanden Richtung Schwende-Weissbad

Kurz vor Wasserauen

Folklore und Brauchtum: Alpabzug auf der Strasse Wasserauen Richtung Weissbad

Kein Problem für die Säntisläufer auf dem Fussweg

Wasserauen ist erreicht

Am Himmel zahlreiche Hängegleiter

Kurze Pause vor dem ersten grossen Aufstieg zum Seealpsee

SCHLOSS
GARAGE BÜCHEL
SCHLOSS
GARAGE BÜCHEL

Die Spitze des "Feldes" in der Steigung zum Seealpsee

Begegnung mit Gaby und Urs Steigmeier. Sie kommen bereits retour von Ihrem Training

Kurz vor dem Seealpsee

Traumhafte Idylle

kurzer Marschhalt

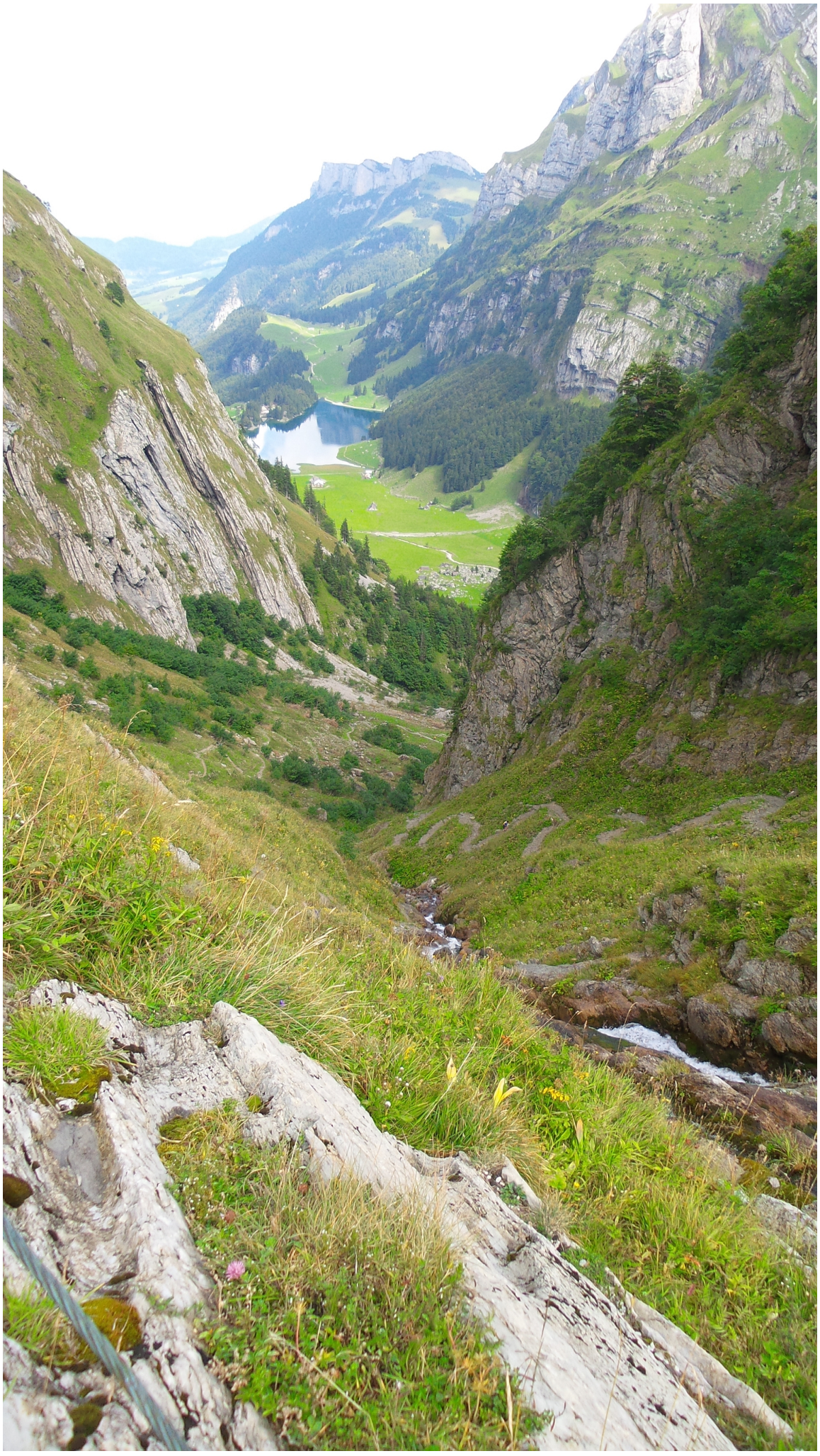
Herrliche Naturschönheit geniessen

Blick Richtung Meglisalp und Mesmer

Weiter gehts Richtung Mesmer

Ein nahrhafter, steiler Trail hinauf zum Gasthaus Mesmer

Blick zurück Richtung Seealpsee



Tierischer Empfang vom dem Gasthaus Mesmer

Eine längere Pause mit Verpflegung in der Gartenwirtschaft Gasthaus Mesmer

Der Durst muss gelöscht werden

Weiter gehts Richtung Wagenlücke und Säntis (im Nebel)

Teilweise sehr hohe Stufen bewirkten ein gewisses "Krampfrisiko"

Berni die "Lokomotive" im Aufstieg

Teilweise waren als Steighilfen und zur Sicherheit Fixseile montiert

Foto kurz vor der Nebelgrenze

Eindrücklicher Weg durch die Geröllhalde hinauf zur Wagenlücke

Der Säntisgipfel ist in diesem Moment nebelfrei und bald erreicht

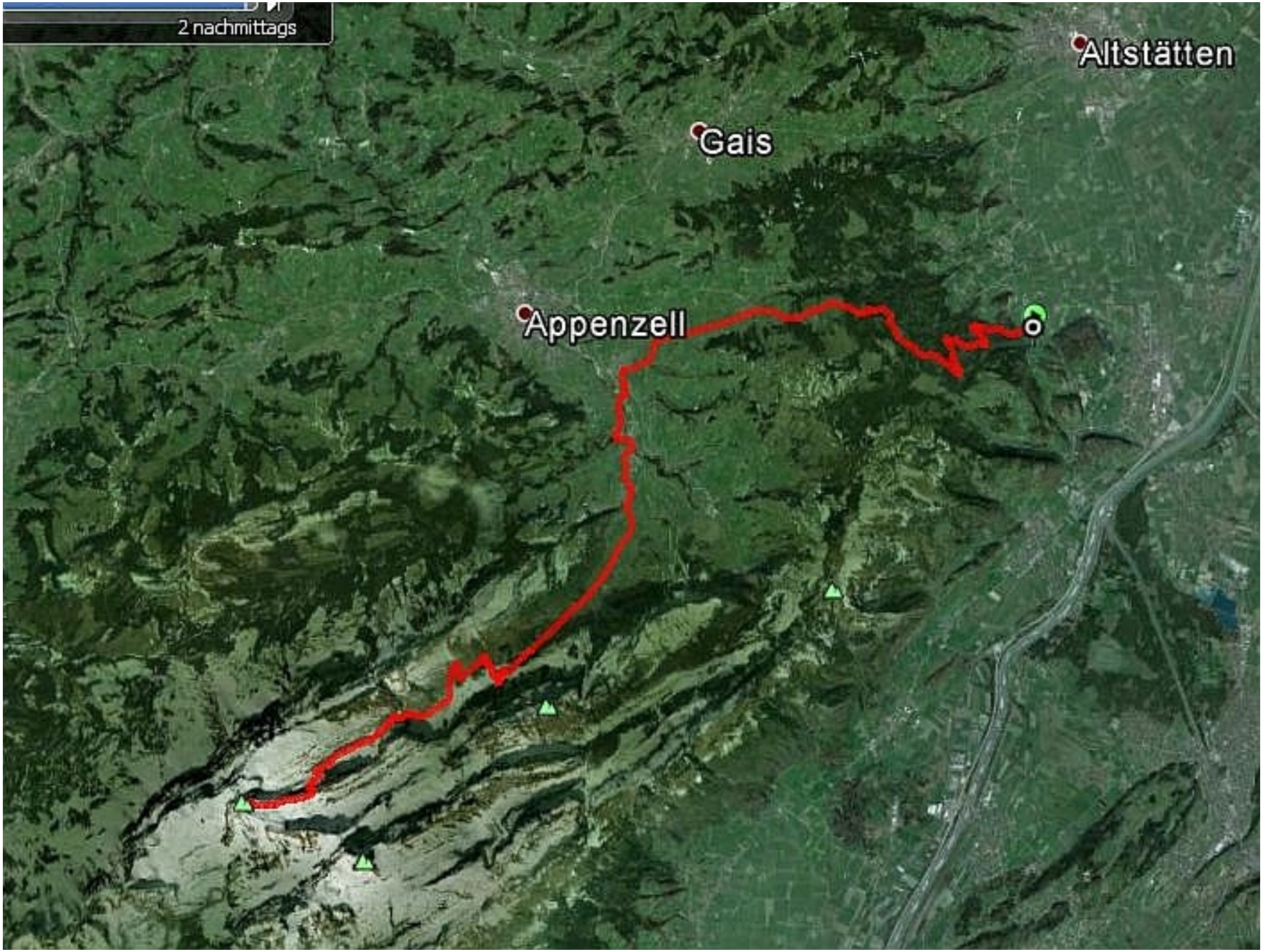
Der Berg: 2'502 Meter Faszination

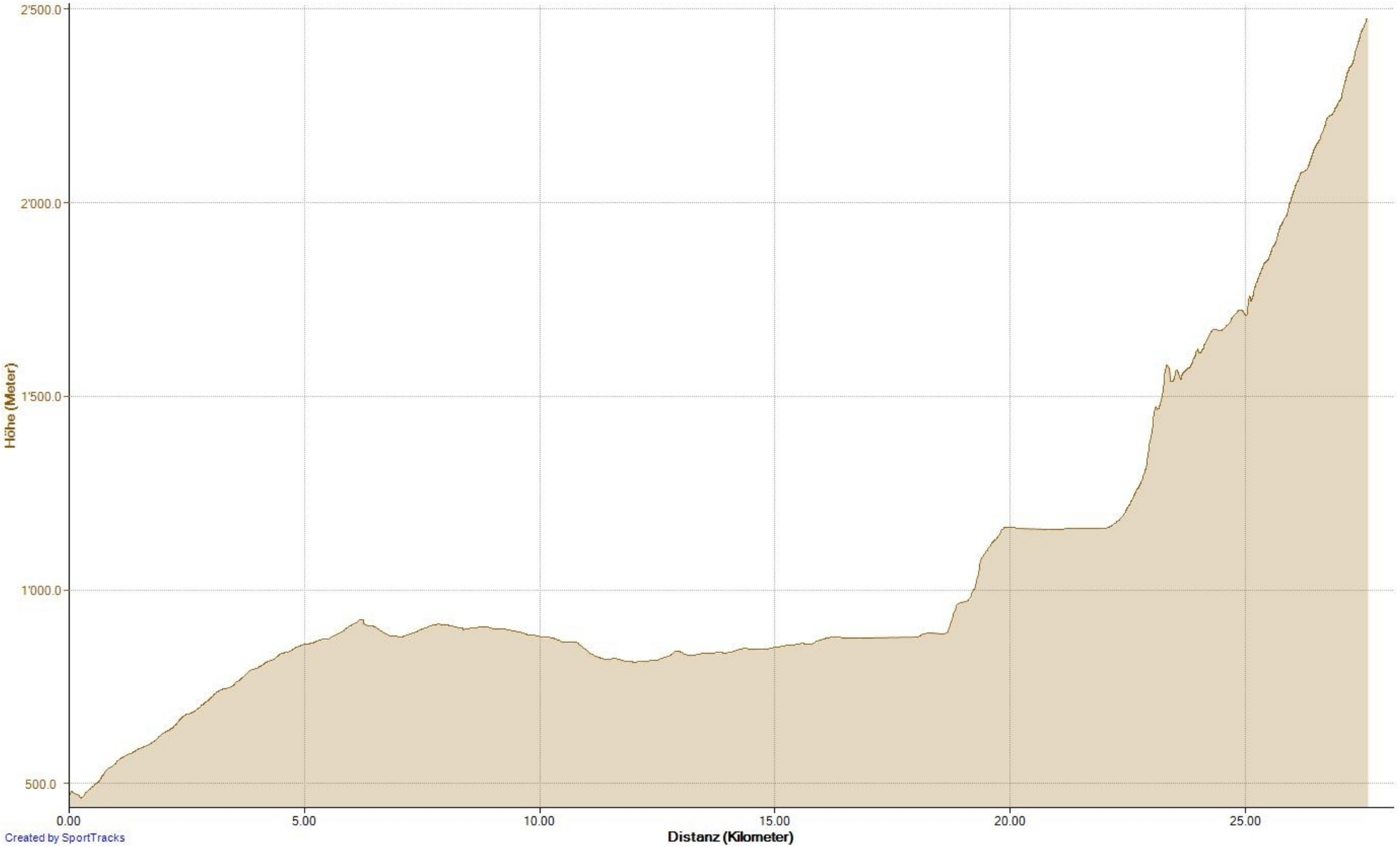
Keine Besucher draussen auf der Aussichtsplattform beim Alten Säntis

Ein paar wenige Alpsteinblicke waren dann doch noch möglich

Steinböcke gab es nur im Ausstellungsraum auf dem Säntis zu sehen

Stercke auf Satelittenbild



Strecke auf Strassenkarte

Höhenprofil