

Pitz Alpine Glacier Trail 2019

Der Pitz Alpine ist ein Berglauf mit unterschiedlichsten Streckenlängen: 15, 30, 45, 60, 90 und 105 km stehen auf dem Programm mit reichlich Höhenmetern, für jeden also eine passende Distanz

Auch ich wollte mich erstmals an einen Berglauf in den Alpen wagen. So meldete ich mich für den P30 (der aber nur gut 28 km lang ist) an. Schon einige Tage vorher reisten wir nach Tirol, damit ich mich fahrradfahrenderweise akklimatisieren konnte. Nach 5 wunderschönen Urlaubstagen in Serfaus ging es dann am 2. 8. nach Mandarfen. Beim Anblick der Berge dort wurde mir ein wenig mulmig. Spätestens beim Abholen der Startunterlagen wurde mir klar, warum man nicht ohne Rucksack starten konnte: Auch für die kurze Distanz über 28 km benötigt man: Regenjacke, Trinkbecher, Tape, elastische Binden, Notfalldecke, Trillerpfeife, Handy und Streckenplan, was auch sehr genau kontrolliert wurde. Trailshuhe mit ausreichend Profil und funktionelle Laufbekleidung wurden ebenfalls einer kritischen Prüfung unterzogen, aber das musste ja zum Glück nicht auch noch in den Rucksack. Zum Glück alles dabei, aber die Unruhe stieg. Um mich ein wenig mit der Strecke und den Markierungen vertraut zu machen, fuhren wir noch mit der Riffelseebahn nach oben, spazierten ein wenig bei herrlichem Wetter um den Riffelsee und machten uns dann auf den Weg zu Fuß nach unten. Doch ein plötzlich einsetzendes Gewitter sorgte noch für einen Sprint downhill, denn bis zum nächsten Unterstand waren es noch knapp 4km. So, jetzt waren meine Trailshuhe schon mal pitschnass. Noch aufgeregter war ich dann am nächsten Morgen. Zeitig gings los und noch im Dunkeln war ich im Startbereich Mandarfen, wo man schon eine Lichterprozession den Berg hochlaufen sah: das waren die P 45 Glacier, die um 5 gestartet waren. Die richtigen Freaks (P60, 90 und P105) waren schon seit 3.30 unterwegs und liefen schon wieder durch den Start-Zielbereich bevor sie sich auf den Weg zum Kaunergrat machten. Nicht gerade beruhigend wirkte die Rettungsaktion mit Hubschrauber, die ich vom Start aus beobachten konnte. Dann das Briefing für die P30 und P15: Verhalten bei Gewitter, Streckenmarkierungen und umsichtiges Verhalten, insbesondere an den schwierigen Wegpassagen. Endlich um 8.30 Uhr fiel der Startschuss. Mein Plan war, in der hinteren Region der ersten Startwelle zu starten, damit die schnellen Läufer vor mir waren und ich nicht zu sehr im Stau beim Weg hoch zum Riffelsee stand. Das klappte nicht wirklich. Die Schnellen waren zwar deutlich vor mir am Weg nach oben, trotzdem war reichlich Stau am Weg aufwärts, so dass man nur wandernd den ersten Abschnitt meistern konnte. Egal: es war ein wunderschöner Weg, das Wetter schien halbwegs stabil zu sein und man sah herrlich ins Pitztal. Kurz vor der Sunnaalm traf ich dann auf meinen Mann, der einige Fotos schoss, dann gings gemütlich um den See, der wunderschön zwischen den Bergen liegt. Weiter führte uns der Weg auf den Offenbacher Höhenweg. Hier ging es auf einem schönen Singletrail stetig bergan mit Blick auf schneebedeckte Berge.



Ein Schneefeld war zu überwinden, was aber recht einfach gelang. Immer wieder blieb ich stehen und schoss das ein oder andere Foto. Nach einer Kehrtwendung ging es dann auf der Höhe zurück Richtung Riffelsee. Hier hatte ich erwartet, dass ich ganz gut laufen konnte, denn der Weg führte ohne großen Höhenunterschiede weiter. Aber das war ein Irrtum: Zum einen ging es recht steil neben dem kleinen Weg herunter, teilweise waren Moränen



abgegangen, so dass mir klar wurde, dass ich doch nicht 100 % schwindelfrei war. Vor allem aber gab es auf dem Weg jede Menge Steine. Für mich eine Riesenherausforderung, denn das Laufen erforderte hohe Konzentration und Koordination. Das hatte ich völlig unterschätzt und auch vorher nie geübt. Dafür wurde man aber mit einem herrlichen Blick auf die Tiroler Bergwelt belohnt und so genoss ich den Lauf, obwohl mir

klar war, dass ich mein Ziel, in 4.30 anzukommen, keinesfalls schaffen konnte. Bald trafen wir wieder auf die P15, um gemeinsam mit ihnen die Strecke auf dem Fuldaer Höhenweg fortzusetzen. Obwohl es zwischendurch immer mal ein wenig regnete zogen die Wolken immer wieder fort und man blickte auf die Gletscherwelt der Tiroler Berge.



Traumhaft. Das musste man einfach genießen. Auch dieser Teil des Weg wies nur wenige Höhenmeter auf, aber er forderte wieder meine ganze Konzentration: Welcher Stein war fest, welcher lose, welchen konnte ich nehmen, damit ich danach mit meinen kurzen Beinen auch auf einem weiteren Stein Halt fand. Auch einige Bachdurchquerungen rangen mir Konzentration ab. Schließlich reichte es, wenn ich nur nasse Füße hatte. Eine Komplettdusche wollte ich unbedingt vermeiden, dafür waren die Temperaturen (ca. 7 °C) dann doch nicht geeignet. Bis auf einige kleinere Ausrutscher verlief alles prima. Allerdings zitterte ich schon vor dem Streckenstück, an dem auch die Bergrettung

stand. Im Briefing wurde gesagt: gefährliche Wegstrecke, mit Seilen gesichert, aber ihr als Sportler schafft das schon. Na, ja, mal sehen, ob er recht hatte. Dann sah ich die Seile, mit der die Felspassagen gesichert waren. Meine Ängste waren völlig unbegründet. Es waren mehrere hundert Meter am Seil zurückzulegen, teilweise steil nach oben. Aber der Alpenverein hatte auch noch Stahlstufen in den Felsen geschlagen, so dass dieser



Streckenabschnitt für mich wirklich sehr einfach zu schaffen war. Oben angekommen hatte man den höchsten Punkt erreicht. Ein

wunderbarer Blick auf den Taschachferner und die Berge belohnte uns für die Anstrengung. Danach ging es leider wieder steil und super steinig nach unten, später etwas gemütlicher bergab zum Taschachhaus. Dort erst mal Pause, Trinkbecher aus dem Rucksack suchen, Trinken, Essen fassen, ein paar Worte mit den anderen wechseln, die P60 und P105 bewundern, die schon viele Stunden länger unterwegs waren. Alle Utensilien wieder im Rucksack verstauen und dann hieß es; nur noch bergab. Erst recht steil und steinig, die letzten 5 km nur noch über einen leicht zu laufenden Schotterweg. Wie schön, mal richtig zu laufen. Dafür war der Blick auf die Alpen jetzt nicht mehr so spektakulär. An der Taschachalm sorgten dann einige Zuschauer für die Motivation und Kraft, die letzten Kilometer ins Ziel zu laufen. Und endlich war es geschafft. Nach 5.00.30 erreichte auch ich das Ziel und war nicht mal die letzte (von den P30). Ein traumhaft schöner Lauf, mit wunderschönen Ausblicken, besonders auf dem Fuldaer Höhenweg. Allerdings hat er mir einiges abverlangt, gerade was die Konzentration und Koordination angeht. Gerne würde ich auch dort den P45 Glacier laufen, aber da muss ich wohl erst mal eine Einführung für das Laufen auf Gletschern machen. Vielleicht dann im übernächsten Jahr.

