

Dirk Obermüller, #52, GER (2017)

Einige behaupten, ich hätte das nur für das Siegerbier (eigenes Austria eXtreme Bräu!) getan, andere Stimmen behaupten gar ich hätt's mit dem ein oder anderen Bier im Kopf getan... Nö. Ich dacht mir 125 Startplätze, was soll schon schief gehen. Ging schief. Im November meldet mein Postfach: Du bist dabei!!!!

Was hat mich wirklich gereizt? Ein familiärer teamorientierter Wettkampf in einer Wahnsinns Landschaft.

Schwimmstart war morgens früh um 4:30h bei noch völliger Dunkelheit. Einzige Orientierung waren die Begleitkanus sowie die blinkenden Bojen alle 300m. Geschwommen wurde in der 16 Grad "warmen" Mur, dem Hausfluss von Graz. 200m gegen die Strömung bis zur ersten Wendeboje, 1800m mit der Strömung und wieder zurück. Gefühlt war die Strömung garnicht so schlimm. Nur beim seitlichen Blick während der Atmung auf die Bäume am Rand denkste - ich stehe... Aber auch das ging vorbei und ich nach 1:17h aus dem Wasser.

Hier kommt zum ersten Mal mein " Betreuerstab" zum Einsatz. Einer hilft beim Neo ausziehen, der nächste schmiert schon fleißig Sonnenmilch und der dritte reicht Frühstück. Alles so gewünscht und vor allem erlaubt! Der Veranstalter hat nur diverse Kontrollstationen, aber keine Verpflegung auf der gesamten Strecke. Dafür ist allein der Betreuer vom jeweiligen Athleten verantwortlich.

Fertig und rauf aufs Rad. 188km mit 3800hm. 4 Pässe sind zu bewältigen. Die ersten 40 km sind schön flach zum einrollen, dann geht's los. Der Gaberl. Lässt sich aber gut fahren. Die Mahnung des Veranstalters allerdings immer im Hinterkopf - nicht überziehen, da kommt noch was! Kommt. Die nächsten beiden Berge gehen auch noch super. Mein Team steht ca alle 6 km am Rand. Getankt wird Wasser, ISO, ein Kuss und mächtig Applaus! Echt geil! Jeweils ein Betreuerfahrzeug pro Athlet ist auf der Strecke. Gekennzeichnet mit Aufkleber und Fähnchen am Auto. Und damit Anfeuerung auch durch die anderen Teams praktisch auf der gesamten Strecke. Denn auch hier gilt - miteinander. Dann kommt er, der Grund der Mahnung. Das Beste zum Schluss. Der Sölkpass. Haben sich die anderen drei Pässe echt gut fahren lassen, der nicht. Die letzten 6km zum Gipfel sind richtig schön steil und es gibt nicht eine flachere Passage zum erholen. Egal. Durchkämpfen und bestimmt nicht schieben wie manch anderer Starter. Oben angekommen, Freude!!!! Phototermin, Verpflegen und Vorfreude auf die letzten 20km bergab hin zur Laufwechselzone. 10 davon schön

Serpentinen runtersausen, 10 mit leichtem Gefälle hin zur Sölkalsperre. Aber was ist das - ich trete wie blöd, es geht bergab und der Tacho zeigt Tempo 25, dafür aber 150 Puls. Sch... Gegenwind! Also nochmal bisschen rausnehmen, brauch die Beine ja gleich noch zum Laufen! 44km. Mein Team ist schon wieder vor Ort und hat die Wechselzone perfekt eingerichtet. Lasse mir ordentlich Zeit, trinken trinken trinken, das Thermometer zeigt mittlerweile 32 Grad! Die ersten 10km laufe ich allein. Oder wandere. Denn neben gelegentlicher horizontaler Ausrichtung der Laufstrecke geht's gefühlt eigentlich nur bergan oder bergab. 1900hm rauf, 1092 runter. Sehne mich schon bald nach meinem DreiDreamTeam. Bin schon ganz schön gar. Da. Endlich. Verpflegung. Kaltes Wasser ist schon was köstliches. Innen wie außen. Bis zum nächsten Stop 5km weiter begleitet mich Birgitt laufend. Ablenkung. Tut gut. Wieder Pause und weiter. Nächster Stop 11km weiter. Birgitt ist wieder dabei. Für mich das schwerste Teilstück. Erst viel Asphalt, leicht bergan kein Schatten und 34 Grad. Dann Wald, dafür aber nur bergauf. 5km lang. Erste Gedanken als Aufhören kommen mir in den Sinn. Aber Birgitt quatscht mich weiter. Dann, km 25, der Veranstalter, mitten im Wald mit Brühe! Was für ein Hochgenuss!!! Unglaublich wie lecker so ein Töpfchen Brühe sein kann! Und beflügelnd. Weiterlaufen bis km28 und damit dem verpflichtenden Einstieg von Mirko. Nur noch 17 km, allerdings auch noch Schlappe 1100hm. Die ersten 12 km vergehen wie im Flug. Bergan wandern wir, flach und runter wird gelaufen. Unvermittelt, 400m vor uns, Carola, winkend. Freue mich riesig, heißt aber auch leider das wir das schlimmste noch vor uns haben. Der Typ an der folgenden Kontrollstelle zieht uns irgendwie den letzten Zahn. Nur noch 4,5km, aber 500hm. Unsere Blicke sprechen Bände. Aber was hilft. Aufhören ist jetzt nicht mehr. Zeitpolster ohne Ende im Rücken. Also los. Bergwandern. 10/12 Meter, Pause, weiter. Und dann taucht Sie irgendwann das erste mal auf. Die Südwandhütte am Dachstein. Letzter Kontrollpunkt 1,5km vorm Ziel, von dort nur noch bergab ins Ziel. Motivation pur. Zwar noch weit weg, aber greifbar.

Endlich oben angekommen zieht dann zu guter Letzt noch ein Gewitter rein. Plötzlich ist es praktisch Nacht. Also Jacken und Stirnlampen an und ab ins Ziel. Die Talstation der Dachsteinbahn. Man kann sie schon sehen. Und noch viel cooler - hören! Wie g..!! Was machen die einen Lärm! Dicke Kuhglocken sind echt der Hammer! Geschafft!!!! Freudentränchen, Caro herzen, Team umarmen und nicht mehr loslassen. Mega happy, Mega stolz! 17:32h Stunden nach dem Schwimmstart. Als 28ter von nur 45 Finishern. Und endlich Austria eXtrem Bräu!

Fazit:

Denke 50% der Leistung findet im Kopf statt. Wer den nicht hat, braucht hier nicht an den Start zu gehen. Ansonsten tolle mit viel Herzblut organisierte Veranstaltung, sehr persönliche Betreuung auch durch den Veranstalter, perfekte Ausschilderung, Landschaft genial, aber harte selektive Strecke.