

Tim auf Platz 6 bei der "Tour de Tirol"

Nach einigen guten Rennen im Spätsommer (Streckenrekord beim 33km-Panoramalauf um die Burg Are, Sieg beim Sengbach-Halbmarathon) und einem Trainingslager in Südtirol hatte Tim mit der "Tour de Tirol" eine neue Herausforderung ins Auge gefasst. Hierbei mussten an drei aufeinanderfolgenden Tagen insgesamt 72km mit über 3000 Höhenmetern absolviert werden. In diesem Jahr war die Konkurrenz stark wie nie besetzt: So waren neben dem Vorjahressieger Robert Gruber und dem dreifachen Sieger Patrick Wieser auch der mehrfache Berglauf-WM-Teilnehmer Moritz Auf der Heide und der ungarische Olympia-Teilnehmer – und spätere Gesamtsieger der Tour – Gabor Jozsa mit einer 2:16h-Marathon-Bestzeit am Start; dazu einige weitere starke Athleten, die Marathon-Bestzeiten von deutlich unter 2:30h vorzuweisen hatten. Die Rahmenbedingungen für ein hartes und spannendes Rennen waren also geschaffen.

1. Etappe (10km wellig in und um das Dorf Söll mit etwa 250 Höhenmetern): Hier hieß die Devise, erstmal einzurollen, ohne großartig Kräfte zu verpulvern. Tim erreichte das Ziel nach 35:51min als 8. der Gesamtwertung, aber mit nur geringem Rückstand auf die Spitze.

2. Etappe (36km mit 1600 Höhenmetern): Der geplante Kaisermarathon mit 2300 Höhenmetern wurde aufgrund der miserablen Witterungsbedingungen (Starkregen, Hagelschauer, Temperaturen knapp über dem Gefrierpunkt) auf 36km verkürzt, wovon die knapp 450 Teilnehmer allerdings erst unterwegs erfuhren. Tim lief in kurzen Sachen los und war nach 25km völlig durchgefroren (konnte zwischenzeitlich nichtmal mehr ein Energy-Gel mit den Fingern aufreißen). Da er davon ausging, dass das Ziel wie ursprünglich geplant oben auf der Hohen Salve lag und die volle Marathondistanz absolviert werden müsste, legte er einen Zwischenstop ein und zog sich Regenjacke, Halstuch und Handschuhe an. Diese Aktion kostete ihn mehrere Minuten, doch einige Kilometer später wurde ihm wieder warm und muskulär war auch noch alles im grünen Bereich. Weil der Schlussanstieg mit 700 Höhenmetern entfiel, konnte er aber nicht mehr viel Zeit nach vorne gutmachen und lief als Tagessiebter nach 3:01:39h ins Ziel. Hier wäre definitiv noch mehr drin gewesen, da einige der vor ihm Platzierten sich völlig unterkühlt ins verkürzte Ziel "retteten" und beim Schlussanstieg sicher Probleme bekommen hätten. Damit arbeitete sich Tim zwar auf Platz 6 in der Gesamtwertung vor - der Rückstand nach vorne war aber leider schon zu groß, um auf der finalen Etappe aus eigener Kraft noch etwas ausrichten zu können.

3. Etappe (26km-Pölventrail mit 1350 Höhenmetern): Hier ging es für Tim darum, mit stark lädierten Oberschenkeln den 6. Rang in der Gesamtwertung ordentlich zu verteidigen. Es entwickelte sich auf der anspruchsvollen Strecke mit vielen Trails ein interessantes Rennen mit

vielen Positionswechseln. Wie erwartet konnte Tim bergauf gut aufs Gas drücken, verlor in den teilweise sehr steilen Downhills jedoch immer wieder etwas Zeit. Für die Schlussetappe benötigte er 2:15:49h und wunderte sich ein wenig, dass er mit der Vorbelastung irgendwie noch in der Lage gewesen war, auf den letzten (flachen) Kilometern fast einen 3:30er-Schnitt zu rennen. Insgesamt zementierte er damit seinen 6. Rang in der Gesamtwertung sowie den 2. Platz in der M30 und konnte bei der anschließenden stimmungsvollen Siegerehrung einige schöne Preise in Empfang nehmen.

Jetzt gilt es für Tim, schnell zu regenerieren, um am kommenden Wochenende beim Rothaarsteig-Marathon wieder anzugreifen...





