



## **Graubünden-Marathon (23.06.2007)**

Für die einen ist es eine beschwerliche Bergwanderung, für die anderen der „härteste Marathon der Welt“. So jedenfalls lautete 2007 der Slogan des Graubünden-Marathons, der von Chur bis auf das Rothorn verlief und dabei 2682 Meter nach oben und zwischendurch 402 Höhenmeter wieder abwärts führte.

Ich wollte mir gerne einen persönlichen Eindruck von den Schwierigkeiten der Strecke verschaffen. Ich startete am 23.06.2007 zusammen mit rund 500 Läufern, die entweder dasselbe Ziel hatten oder „nur“ den 20-Meilen-Lauf bis Lenzerheide mit immerhin +1268/-382 Höhenmetern bewältigen wollten.

Die ersten 17 Kilometer gingen fast pausenlos bergan, aber das trockene und sehr kühle Wetter machte es den Marathonis nicht allzu schwer. Auch die wunderschönen Waldwege entschädigten für die Mühen des Bergauflaufens. Nach diesem ersten Abschnitt lief das inzwischen weit auseinandergezogene Feld nach Valbella hinunter und umrundete den Heidsee.

Nach 30,7 km musste ich mit meinem inneren Schweinehund aushandeln, ob ich wirklich noch die restlichen 1414 Höhenmeter zum Rothorn hinaufsteigen wollte oder doch lieber in die 20-Meilen-Wertung wechseln, um im sonnigen Lenzerheide ein kühles Bierchen zu trinken. Ich wählte die Schinderei, wie die meisten anderen Läufer auch.

Nun wurde es wirklich steil, und ab der Marke von 1900 Höhenmetern mussten die Läufer zudem mit einem öden Wirtschaftsweg vorlieb nehmen, der durch die Mondlandschaft von Lenzerheides Ski-Gebiet auf direktem Weg nach oben führte. Das war ein krasser Gegensatz zum ersten Teil des Laufs. Der Sieger des Rennens, Michael Barz aus Durlach, war nach 3:51:30 h schon längst auf dem Rothorn-Gipfel, während sich das Hauptfeld noch über die Schotterstraße nach oben quälte.

Schließlich schaffte es auch ich es, nach 5:56:56 h in weniger als 6 Stunden zu finishen und damit mein selbstgestecktes Ziel zu erreichen. Wie erwartet, belegte ich

# Uli Walters Laufberichte



als 176. der Männer einen Mittelplatz in der Gesamtwertung und wurde 99. meiner Altersklasse. Und tatsächlich war es bis dahin der härteste Marathon, an dem ich je teilgenommen hatte.

Uli Walter