

Bericht zur Horizontalen 2009

Da ich selbst mich von den Berichten einiger Teilnehmer der letzten Jahre ermuntert fühlte, 2007 an meiner ersten „Horizontalen“ teilzunehmen, möchte ich auch dieses Jahr von meinem zweiten Start einen kurzen Bericht abgeben.

Als Vorbemerkung vorausschicken muss ich allerdings, dass es mir dieses Jahr nicht einfach nur darum ging anzukommen (das war 2007 mein Ziel), sondern ich wollte sehen, ob ich leistungsfähig genug wäre, eventuell nächstes Jahr am Thüringer Ultra-Marathon teilzunehmen. Dazu hatte ich mir selbst das Ziel gesteckt, heute die Strecke in 14 Stunden bewältigen zu wollen. Dass das nicht so sehr mit dem eigentlichen Gedanken einer Wanderung übereinstimmt ist mir durchaus bewusst und ich danke daher nochmals allen Teilnehmern für ihre Toleranz mir als Läufer gegenüber, insbesondere denen allen auf der Horizontalen, die mich Spätgestarteten bereitwillig vorbeigelassen haben.

Um nicht am ersten Kontrollpunkt auf die Zeitmessung warten zu müssen, startete ich erst um 19.00 Uhr. Zu diesem Zeitpunkt befanden sich noch zwei oder drei im Startbereich, die noch später loslaufen wollten. Ich nehme mal an, dass das die bekannten Verdächtigen, nämlich Tobias Winkler und Andreas Dürselen waren. Laut Plan sollte in Jenaprießnitz erst ab 21:30 Uhr geöffnet sein, und da ich mir für diese erste Etappe nur zwei bis zweieinhalb Stunden vorgenommen hatte, kam ein Vorneweglaufen um 18:00 nicht in Betracht. Hinterher erfuhr ich allerdings, dass dort offiziell schon ab 20:30 geöffnet war (Druckfehler?), inoffiziell sogar schon ab 20:00 die Stelle besetzt war. Hätte ich das gewusst, hätte ich mir und den ganzen Wanderern das Überholen auf der Horizontalen ersparen können Wie auch immer, es ging also zügig vorwärts und so etwa an der Schranke zum Pennickental überholte ich die ersten Wandergruppen. Schon am Eingang zur Kernberg-Horizontalen wurden die Gruppen dichter und bis zum Steinkreuz habe ich wohl 300 Mal „’tschuldigung, würdet ihr mich mal vorbeilassen – danke!“ gesagt. Etwa beim Einschwenken auf die Ziegenhainer Horizontale hatte mein Spruch die bemerkenswerte Reaktion zur Folge, dass der vor mir Gehende selbst anfang zu Laufen und zu Überholen und so nahm er mich ins Schlepptau bis die etwa 30 Mann/Frau starke Gruppe überholt war. Erst als ich ihn am nächsten Morgen im Ziel wiedertraf und auf seine Urkunde linste, stellte ich fest, dass der junge Mann Tobias Werner war, der in diesem Jahr der Schnellste sein sollte. Bis Jenaprießnitz, das ich nach wenig mehr als zwei Stunden erreichte, liefen wir so etwa zusammen. Da ich dort direkt an der Strecke wohne und meine Familie an der Pausenstation wartete, zog sich meine Rast dort etwas in die Länge. Zudem hatten die Kinder daheim noch einen Rest Nudeln übrig gelassen, der kam mir gerade recht

Nach rund einer unverzeihlich langen halben Stunde Pause ging’s dann weiter zur zweiten Etappe, an der „Deutschen Eiche“ vorbei steil hinauf zum Hufeisen gewandert. Oben fiel ich dann meist in einen gemächlichen Trab, das Hufeisen entlang. Diese Strecke mag ich sehr, fast eben und breite Forstwege, dazu schöne Aussichten und eine herrliche Landschaft. Man kommt hier übrigens an einem Hangstück vorbei, an dem Flaum-Eichen stehen, der wohl einzige Standort in Thüringen dieser eigentlich mediterranen Eichenart. Davon war aber heute nichts zu sehen und kurz vor der Kunitzburg musste ich sogar das erste Mal die Stirnlampe benutzen, denn im Wald war’s schon ganz schön dunkel und die Wege schlammig. Dann im Laufschrift hinunter nach Kunitz – solche Strecken liebe ich sehr zum Tempomachen und auch dort im Dunkeln hatte ich eigentlich nie das Gefühl zu stolpern. Als ob meine Füße unten Augen hätten ...

Ein paar Wanderer überholte ich noch auf der Straße nach Zwätzen, ehe es dann ins Rosental ging. Dort war vor zwei Jahren der geheime Kontrollpunkt, dieses Jahr nicht. Zwei Wanderer schlossen zu mir auf und zogen dann vorbei. Bergaufwandern ist nicht so meine Stärke. Am oberen Ende des Rosentals verlor ich sie endgültig aus den Augen. Überhaupt war ab diesem Zeitpunkt die Strecke merklich menschenleer geworden. Vom Rautal bis zur Papiermühle begegnete ich nur 5 Wanderern. Um 0:30 traf ich an der zweiten Verpflegungsstation Papiermühle ein. Dort meinte man auf Anfrage, dass etwa 10 Teilnehmer schon durch waren, der erste (Peter Michalak) schon vor über einer Stunde. Da ich selbst ja erst um 19:00 gestartet war, beeindruckte mich das nicht so sehr. Zudem ging es mir ja nicht um eine bestimmte Platzierung, sondern um meine persönliche Zeitvorgabe von 14 Stunden. Und die passte noch, fünfeinhalb Stunden hatte ich bisher gebraucht.

Nach ein paar Minuten Rast ging ich weiter, steil unter der Bahnlinie hindurch aufwärts, dann zum Jenaer Forst. Die Strecke war mir in großen Teilen vom Forstlauf her bekannt. Zum Glück, denn an mehreren Stellen musste man ganz schön aufpassen, wo der Wanderweg vom breiten Forstweg abzweigt. Wer hier nicht aufmerksam ist, der verläuft sich leicht. Mein Heimvorteil kam mir hier wie an noch manchen anderen Stellen im Verlauf der Wanderung sehr zu Nutze. So ging es also problemlos zum Häckelstein. Kurz die schöne nächtliche Aussicht genießen (Vollmond!), dann weiter Richtung Ammerbach. Nach einem kurzen Stück durch den Wald kommt man auf eine breite Wirtschaftsstraße, die immer geradeaus führt. Kein Problem, wäre da nicht dieser Feldweg von rechts gewesen und kein Zeichen weit und breit. Ich war mir sicher, dass es letztes Mal geradeaus ging und erinnerte mich auch an den Weg selbst. Aber nach 500 Metern immer noch kein Zeichen! Das machte mich derart unsicher, dass ich kurze Zeit später beschloss, umzudrehen und zu diesem Feldweg zurückzulaufen. Dort angekommen kam mir gerade eine Gruppe entgegen, die ich kurz nach der Papiermühle schon überholt hatte. Und der Weg ging DOCH geradeaus – eineinhalb Kilometer umsonst gelaufen. Macht nix, da die Strecke heuer ja „nur“ 98,6 km lang war bin ja nun doch genau 100 km gelaufen. Das sollte für mich aber die einzige Unsicherheit bleiben, auch wenn ich an etlichen Stellen vorbeikam, an denen ich um meine Ortskenntnis sehr froh war und mir vorstellte, wie sicherlich viele andere hier Probleme hatten. Nun gut, dann also nochmals losgetrabt gen Ammerbach, weiter bis kurz vor Nennsdorf und dann den steilen und im Dunkeln fast schon etwas unheimlichen schmalen Pfad zwischen niedrigen Bäumen und Sträuchern hindurch hoch auf die Höhe und Richtung Cospoth. Als ich mich einmal umdrehte, meinte ich etwa 300 Meter hinter mir ein Taschenlampenlicht wahrzunehmen, aber immer wenn ich zurückschaute war nichts zu sehen. Die breiten Wege und der helle Mond ließen auch eine Orientierung ohne Licht zu. Da lief wohl einer heimlich zu mir auf? Das ging ja nun gar nicht, und obwohl ich ziemlich schlappe Beine hatte, „musste“ ich wohl oder übel wieder etwas mehr traben statt nur vor mich hin wandern. Dann auf dem Wiesenweg vor Pösen endlich mal wieder 2 Wanderer. Im Ziel erfuhr ich dann, dass einer davon Alex Dittrich war. Die zwei hatten einen derart schnellen Wanderstil drauf, dass ich nur trabend folgen konnte. Also beschloss ich, wieder etwas schneller zu laufen, die Strecke war eh eben und ich wollte auf jeden Fall spätestens um 4:00 an der Pausenstation Leutra wieder loskommen. Ich lief an den beiden vorbei – es sollten die letzten Teilnehmer sein die ich während der nächsten 25 Kilometern bis zur Sommerlinde zu Gesicht bekam. In Pösen große Überraschung: Auch hier kein geheimer Kontrollpunkt. Naja, musste ja auch nicht, denn es waren nur zwei Kilometer oder so bis zur dritten Verpflegungsstation, die ich um 3:30 erreichte. Gut

in der Zeit gönnte ich mir zehn Minuten Pause, um die tolle Verpflegung auch etwas auszukosten. Drei Fettbrote und ein Liter Cola schien mir ein prima Frühstück. Recht steif und etwas unmotiviert ging ich auf die vierte Etappe. Die Beine schmerzten nun doch schon merklich und ich hatte den Eindruck, mit Laufen geht nicht mehr viel. Wandern war (noch) kein großes Problem, aber ich sah mein Ziel von 14 Stunden dahin schwinden. Für die restlichen 35 Kilometer waren noch genau fünf Stunden und zehn Minuten Zeit, einen Schnitt von 7 Kilometern musste ich also schon bringen für den Rest, Pausen inklusive, wenn ich bis kurz vor 9:00 zurück sein wollte. Dann gings auch noch durch feuchte Wiesen und die Schuhe wurden ziemlich nass. Stimmungstief Endlich in Maua, dann hoch zur Rabenschüssel. Am Eingang zum Aufstieg, direkt hinter der Saalebrücke hätte ich mich vor zwei Jahren beinahe verlaufen, wenn mir nicht zufällig einer entgegengekommen wäre und mich gewarnt hätte. Dieses Mal fand ich den Eingang wesentlich deutlicher markiert und unproblematisch zu finden. Oben auf der Höhe dann noch eine ätzend nasse, gras- und krautüberwucherte Wiesenpassage. Nun war ich nass bis an die Hüften und die Schuhe und Strümpfe sollten auch bis zum Ziel nicht mehr trocken werden. Zum Glück gab's trotzdem weder Blasen noch Druckstellen. Beim Abstieg von Schiebelau Richtung Zöllnitz gewann ich langsam meine Kondition wieder und meine gute Laube kehrte etwas zurück, als ich feststellte, dass es mit dem Traben doch noch hie und da ging. Hinter Zöllnitz dann unter der Autobahn durch und endlich den geheimen Kontrollpunkt erreicht. Ich hatte mir schon Sorgen gemacht, ob ich den irgendwie übersehen hätte, obwohl ich ja immer auf dem Weg geblieben war und auch Läufer vor mir sein mussten. Hier für mich die große Überraschung: Ich sei derzeit der sechste der hier durchkomme und der Läufer vor mir hätte 13 Minuten Vorsprung. Na, das war doch was! Da ich ja erst so spät gestartet war, konnte ich sogar hoffen, dass der eine oder andere effektiv länger unterwegs war als ich. Wo allerdings die nach mir gestarteten waren, das konnte ich natürlich wiederum auch nicht wissen. Vielleicht nur wenige Minuten hinter mir, wer weiß das schon? Trotzdem war das DIE Motivation schlechthin und mit meiner Zeitvorgabe sah es auch ganz gut aus. Für die 13 Kilometer ab der Sommerlinde rechnete ich noch mit zwei Stunden, denn ich fühlte mich so langsam wirklich am Ende mit den Kräften. Gerade als ich zum Verpflegungspunkt hoch ging kam mir ein Läufer entgegen und gleich danach noch einer. Hatte ich also von Zöllnitz aus eine Viertelstunde gut gemacht obwohl ich mir sehr langsam vorkam? Also erst mal ein paar Colas reingeschüttet und zwei Riegel gegessen – bis zum Ziel wird das reichen. In der Zwischenzeit kam zu meinem Erstaunen ein Verfolger an den Verpflegungspunkt. Der war also nur ein oder zwei Minuten hinter mir gewesen! Und lief auch noch vor mir wieder los und trabte auch noch recht munter, was ich von mir keineswegs behaupten konnte! Da half nur eines: Pause abbrechen, flux aufgerappelt und hinterher. An der Lobdeburg hatte ich ihn eingeholt und als es dann nach dem steilen Anstieg fast eben zur Johannishorizontalen ging konnte ich mich etwas absetzen. Die beiden, die ich an der Sommerlinde noch starten gesehen hatte, tauchten auch wieder auf und wurden überholt. Genau wie 2007 waren ab der Lobdeburg seltsamerweise alle meine Schmerzen weg, ich fühlte mich frisch und kräftig und lief die gesamte Strecke zum Fürstenbrunnen sehr zügig, mit Ausnahme der beiden steilen Steigungsstücke. Danach das Pennickental runter, wobei mir hier dann die Beine wieder derart schmerzten, dass ich zwei Mal stehen bleiben und dehnen musste und ab Ortseingang Wöllnitz teilweise wanderte. Aber das war fast egal, denn ich wußte, ich würde mein Zeitziel erreichen. Den letzten Kilometer dann wieder gelaufen. Im Ziel dann die Endzeit mit 13:31 stimmte mich natürlich glücklich. Eine halbe Stunde unter meinem persönlichen Wunschziel, das war schon sehr erfreulich. Tobias Werner kam

und gratulierte, er war mit 13:15 noch eine ganze Ecke schneller und gewann so zum zweiten Mal in Folge. Dass meine Zeit zum zweiten Platz gerreicht hat war natürlich das i-Tüpfelchen. Die Dritt- und Viertplazierten waren nur neun bzw. dreizehn Minuten hinter mir, so dass sich das Aufrappeln auf den letzten Kilometer von da her doppelt gelohnt hat.

Mein Fazit ist, dass es wiederum riesig Spaß gemacht hat und sicherlich war das nicht meine letzte Horizontale. Wobei es mir dann sicher nicht mehr primär um die Zeit geht wie dieses Mal, sondern um das ganze Drumherum.

Andreas Gminder

07.06.2009 – noch im Horizontalenrausch