

## Runners World

2.Taubertal 100 Ultramarathon vom 03.10.2015

# Verkehrte Welt: Eine Trail-Runnerin verliebt sich in Asphalt!

Der Floh wurde mir dieses Jahr auf Korsika ins Ohr gesetzt, als ich eine Weile mit meinem Hubert Beck auf dem GR20 rumgestolpert bin...

Von: Kathi Schichtl



Foto: Kathrin Schichtl

## Taubertal 100 - familiär, persönlich, professionell

Hubert ist für mich nicht nur ein toller Autor - denn ich habe sein Buch "Das große Buch vom Marathon" regelrecht inhaliert - sondern er ist auch der Veranstalter des Taubertal100. Ein 100 km Punkt zu Punkt Landschaftslauf von Rothenburg ob der Tauber nach Wertheim auf dem wunderschönen Taubertalweg.

Hubert zu mir: "Kathi, komm zu meinem 100 km-Lauf! Das wird vermutlich einer der tollsten Läufe, den du je gemacht hast!". Mutige

Ansage, denk ich mir. Immerhin bin ich schon auf seeeeeehr vielen Veranstaltungen mit gerannt. Mit der Einladung flatterte auch sein Buch "Das große Buch vom Ultramarathon" ins Haus. In Kapitel 12 „Bedeutende Ultraläufe“ finde ich einen Erfahrungsbericht zu dem 100 km-Lauf „Taubertal 100“, und dieser klingt so vielversprechend, dass ich die 100 km Asphalt auf mich nehmen möchte.

Am Freitag reiste ich an und wurde gleich freundlich empfangen. Bei knapp 100 Teilnehmern ist man nicht nur eine „Startnummer“ sondern ein Crazy-Runner, dessen Namen man kennt. Um sich die Wartezeit beim Check-In ein wenig zu vertreiben wurde eine Läuferlounge mit frischen Brezeln, Bier & Sekt angeboten. Schon hier fühle ich mich wie im Paradies. Da zu jedem Teilnehmer ein kurzer Laufsteckbrief auf der Homepage abrufbar war, wusste ich über jeden Verrückten hier Bescheid und hatte ein paar nette Gespräche mit Gleichgesinnten. Um 17 Uhr erfolgte das Briefing. Es ist sogar eine Musterverpflegungsstelle aufgebaut. Hygiene hat oberste Priorität, die Helfer tragen sogar weiße Latexhandschuhe und es wird eine basische, leicht verdauliche Verpflegung angeboten. U.a. mit Kartoffelpüree und alkoholfreiem Bier. Im Anschluss gab es eine leckere Kartoffelparty mit „beer for free“ und ein interessantes Rahmenprogramm mit Erfahrungsberichten, Diashow und Vortrag von Hubert. Die Vorfreude stieg.

Samstagmorgen versammelten wir uns alle vorm Hotel zum gemeinsamen Fackellauf durch die schöne Altstadt vom Rothenburg. Eine mystische und gleichzeitig romantische Stimmung herrschte. Es hatte etwas Mittelalterliches an sich. Um 7 Uhr fiel pünktlich der Startschuss. Zu meiner Erleichterung sprinten nicht alle wie verrückt los, sondern wir laufen eine gemütliche 5er Pace. Es sind ja immerhin 100 km.... Antje Müller (eine Laufkoryphäe) und ich liegen in Führung bei den Ladys. Ich habe sie immer im Blick und ab und zu quatschen wir zusammen. Die schnellste Frau/Mann erhalten Fahrradbegleitung. Nachdem ich bei km 40 die Führung übernehmen konnte, stand mir ab diesem Zeitpunkt Lars zur Seite, der mir die restlichen Stunden versüßte. Wir unterhalten uns über Gott und die Welt. Und die Kilometer fliegen an

mit vorbei (allerdings bekam ich abends die Rechnung, da ich vom viel Reden heiser wurde und keine Stimme mehr hatte).

Ich unterteile mir die Strecke in 5 km-Abschnitte von Verpflegung zu Verpflegung. Mental funktioniert das super. Nach 4:16 Std. erreiche ich das erste Ziel bei 50 km. Das zweite Ziel bei km 71 erreiche nach 6:23 Std.. Einige 100er-Läufer steigen bei den Zwischenzielen aus und erhalten trotzdem eine Wertung, so dass es eine 100%ige Finisherquote gibt. Und auch wenn es nicht mein Terrain ist, muss ich sagen, dass ich mich in dieses wunderschöne Taubertal verliebt habe. Landschaftlich ist es hier wunderschön und ich fange an zu scherzen, dass ich mir hier einen Freund und Job suchen muss. Das Wetter war ebenfalls perfekt. Von drei Burg-Türmen an denen wir vorbeilaufen (Bad Mergentheim, Tauberbischofsheim und Gamburg) wird für jeden Läufer eine Fanfare zur Begrüßung geblasen.

Es sind nun nur noch 29 km zum Ziel nach Wertheim. Die Beine sind mittlerweile müde und ich trotte in einer 6er Pace vor mich hin. Aber das Ziel rückt näher. Lars motiviert mich super und die Jungs und Mädels an der VP's begeistern mich mit ihrer fürsorglichen Art. An der letzten VP steht sogar Hubert und ich freu mich riesig ihn zu sehen, auch wenn ich aus Spaß fluche, dass Korsika ein Klacks wäre gegen diesen Lauf. „Only 5 to go“. Und in Wertheim angekommen jubeln die Zuschauer. Ich erreiche tatsächlich als erste Frau (und 5. Gesamt) nach 9:25 Std. und 100 km mit Freudentränen im Gesicht und neuen Streckenrekord das Ziel. Ich bin Mega froh, erleichtert, happy und aufgebläht wie ein Ballon von zu viel Bier. Wahnsinn. Ich fühlte mich großartig.

Am Abend fand auf der Burg von Wertheim ein deftiges Ritteressen - wahlweise Vegan - statt, mit lecker Rotwein und wieder „beer for free“ sowie cooler Guggen-Musik. Bei der Siegerehrung erhalten die Top 3 aller drei Laufdistanzen einen wunderschönen Glaspokal mit persönlicher Gravur (Name, Distanz, Laufzeit). Einer der schönsten Pokale, den ich je erhalten habe.

Anschließend wurde gelacht, getrunken und ein bisschen gefeiert, bis die müden Knochen ins Bett fielen.

Im Großen und Ganzen muss ich sagen: tolle Veranstaltung!! Vom Ultraläufer für Ultraläufer organisiert - dass kann nur super werden!! Perfekte Streckenmarkierung (jeder Kilometer markiert und alle 500 m Bodenmarkierungen, plus drei zusätzliche Pfeile bei Abbiegungen), verträgliche Verpflegung, tolle Kartoffelparty und Ritteressen, nette Menschen, wunderschöne Strecke, edle Pokale, engagierter Organisator und nette Helfer, und, und, und... in meinen Augen perfekt !!!!!!!!!!!

Anmeldungen für den 01.10.2016 sind übrigens schon möglich...

Next year do it all again.... und dann vielleicht wieder mit neuem Streckenrekord ?

[www.taubertal100.de](http://www.taubertal100.de)