

BERGLAUF - ein Hoch-Leistungssport

Von Gerhard Brütting, PI Nürnberg-Flughafen

Als eine der traditionsreichsten Laufveranstaltungen in Deutschland fand am 17.05.2008 in Thüringen der 36. Rennsteiglauf statt. Im Rahmen dieser Veranstaltung nahmen auf verschiedenen Strecken insgesamt 15.000 Läufer teil.

Für den sogenannten Supermarathon, der über eine Distanz von 72,8 km geht, meldete sich **PHM Carsten Stegner** von der PI Nürnberg-Flughafen. Der Veranstalter selbst bezeichnet dieses Rennen als den „Größten Crosslauf Europas“.

Foto: Polizei



Zieleinlauf von PHM Stegner beim Rennsteiglauf

Das unwegsame Gelände mit enormen Steigungen fordert von den Läufern ein hohes Maß an Konzentration, Ausdauer und Durchhaltungsvermögen. Gleich nach dem Start waren die ersten 20 km des Streckenverlaufs im ständigen Anstieg über 700 Höhenmeter bis zum 912 m hoch gelegenen Inselberg zu bewältigen.

Ein international hochkarätig besetztes Starterfeld, bestehend aus 1850 Teil-

nehmern, nahm die Herausforderung des Supermarathons über insgesamt 1700 Höhenmeter in Angriff.

PHM Stegner erreichte aus dem Gesamtfeld der Starter den hervorragenden **31. Platz**. Für ihn war es bereits die 3. Teilnahme über diese Strecke, die er diesmal mit einer persönlichen Bestzeit von 6:10:30 Stunden erfolgreich verbuchen konnte.

Der Rennsteiglauf war für PHM Stegner letztendlich nur eine Vorbereitungstraining für den geplanten Höhepunkt seiner Saison, den GORE-TEX-TRANSALPIN-RUN, der vom 30.08.08 bis 06.09.08 veranstaltet wird.

Bei diesem Wettkampf handelt es sich um ein achttägiges Etappenrennen über den Hauptkamm der Alpen. Extreme Berggrotten führen den Teilnehmer täglich über Distanzen zwischen 24 bis 51 km von Ruhpolding durch 3 Länder über einige Gipfel der Zentralalpen bis nach Sexten im Südtirol. Die Läufer dürfen aus Sicherheitsgründen nur im Team starten, da es auch leichte Klettersteige zu überwinden gilt. Insgesamt müssen rund 300 km horizontal und 14200 m vertikal bewältigt werden. Bereits 2006 war PHM Stegner **Finisher** bei diesem kräftezehrenden Wettkampf.

Die Teilnahme von PHM Stegner an „kleineren“ Laufveranstaltungen, wie dem Berglauf STOISSERALM am 31.05.08, eine „Sprintstrecke“ in Bad Reichenhall über eine Distanz von nur 7 km und 700 Höhenmetern - Gesamtplatzierung: **16. Platz** (170 Wettkämpfer), Altersklasse: **4. Platz**, oder dem Halbmarathon im Juni 2008 in Katzwang bei Nürnberg - **Gesamtsieg** in **1:17:37 Std.**, fallen dabei hinsichtlich der Erfolgsbilanz scheinbar gar nicht mehr ins Gewicht.

Mit seinen 32 Jahren er-

reicht PHM Stegner eine sportliche Hochleistungsform, deren Grundstock er bereits im jugendlichen Alter gelegt hat.

Über den Skilanglauf fand er mit 16 Jahren den Weg zur Faszination Berglauf. Im Jahr 1993 startete er im **Kader der deutschen Nationalmannschaft** bei Ländervergleichswettkämpfen und der Berglaufweltmeisterschaft im Gap/Frankreich.

Neben den bereits genannten Erfolgen sind unter den sportlichen Höhepunkten der letzten Jahre noch der **4. Platz** beim Obermainmarathon 2008 (Landschaftsmarathon mit 700 Höhenmetern) erwähnenswert, sowie die Platzierungen unter den **Top Ten** in den Altersklassen beim Kitzbühler Hornlauf und dem 25-km-Lauf in Erlangen. Die Aufzählung von weiteren Wettkämpfen mit Platzierungen im einstelligen Bereich würden hier den Rahmen sprengen.

Wie die Historie zeigt, ist PHM Stegner offensichtlich noch lange nicht an seine Leistungsgrenze gestoßen, zumal es ihm in disziplinierter Weise gelingt, das zeitlich aufwändige Lauftraining mit seinem Schichtdienst bei der PI Nürnberg-Flughafen in Einklang zu bringen.

Wir beglückwünschen ihm zu seinen außergewöhnlichen Leistungen und wünschen ihm weiterhin den sport-

Foto: Polizei



Exponiertes Gelände beim Transalpine-Run