

Großartige Erfolge beim Women`s Panorama-Trail

Der Women`s-Trail in Zell am See-Kaprun/Österreich war eine große sportliche Herausforderung, welcher sich das Damen-Team des WSV Viechtach letztes Wochenende stellte. Drei Rennen innerhalb von drei Tagen verlangten allen Teilnehmerinnen buchstäblich das „Letzte“ ab, denn die anspruchsvollen Strecken verliefen in teilweise alpinem Gelände.

Durch ihre Unterschrift mussten die Läuferinnen bestätigen, dass sie die geforderten Kriterien dieses Events erfüllten.

Die Wertung erfolgte in den Klassen Women (bis 40 Jahre), in welcher Bettina Gruber, Doris Rackl und Andrea Rankl starteten. In der Klasse Master-Women (über 40 Jahre) waren Jasmin Liebl, Sonja Vogl und Nici Brunner gemeldet, während Paula Wittmann in der Klasse Senior-Master an den Start ging.

Bis es jedoch so weit war, stand ein gezieltes Ausdauertraining auf dem Programm. Initiatorin Paula Wittmann, u. a. erfolgreiche Teilnehmerin beim Zugspitz-Ultra-Trail, konnte hierbei wertvolle Tipps geben. Wie wichtig diese Trainingseinheiten waren, sollte sich bei den folgenden Läufen noch zeigen.

Mit dem Vereinsbus, sicher gesteuert von Jasmin Liebl, ging es nach Zell am See.

Ein mulmiges Gefühl beschlich alle Läuferinnen, welche sich zum Night-Trail an den Start begaben, denn die 302 m Höhenmeter im Auf- und auch im Abstieg auf einer Länge von ca. 5,5 km hatten es wahrlich in sich. Als gegen 21.00 Uhr, direkt am See, der Startschuss fiel, setzte sich eine ansehnliche Zahl von internationalen Läuferinnen, versehen mit Stirnlampen, in Bewegung. Nach dem Verlassen der Uferstraße zogen sich Wege und Pfade, leicht ansteigend, entlang der Höhenpromenade in Richtung Ebenbergalm. Um diese zu erreichen, musste ein harter Anstieg bewältigt werden. Von dort ging es durch die steilen Wälder hinunter zum Ziel. Bald hatte sich das Feld gelichtet. Auch die WSV-Läuferinnen liefen nicht gemeinsam. Lediglich Vogl und Rackl liefen auf gleichem Niveau. Nur nicht schon am ersten Tag sein Pulver verschießen, hieß die Devise. So gab auch die bergerfahrene Läuferin Wittmann für ihre Teamkolleginnen Brunner, Liebl und Gruber bei allen Läufen an den schwierigen Steigungen das Tempo vor, während auf den Gefällstrecken und zum Ziel jeder seinen passenden Laufschriff finden musste. Besser als erwartet, lief es bei diesem Nachlauf für die WSV`ler, welche als „Viechtacher Frauenpower“ gestartet waren. Wenn auch ziemlich „fertig“, so schafften alle die erste Etappe. Fast zeitgleich überquerten Vogl als fünfte und Rackl als 17. (je in ihrer Klasse) in den Zeiten von 37.41,9 min. bzw. 37.42,3 min. die Ziellinie. Es folgten Rankl als 26. in 29.16,2 min., Liebl als 18. in 41.43,0 min., Wittmann als sechste in 42.07,5 min., Brunner als 21. in 42.40,7 min. und Gruber als 47. in 42.46,2 min..

Jetzt hieß es, sich zu regenerieren, denn schon am nächsten Tag stand mit dem Women`s Panorama-Trail eine harte Herausforderung auf dem Programm. 15,3 km und 786 Höhenmeter standen den Damen bevor, als pünktlich um 10.00 Uhr -wie bei allen drei Starts- am Musikpavillon am See gestartet wurde. Der Veranstalter hatte vermutlich mit dem Wettergott einen Pakt geschlossen, denn ideales Laufwetter an allen Tagen brachte die besten Voraussetzungen für gute Leistungen. Auch an diesem Tage wollten es die Viechtacher wissen.

Nach dem Verlassen des geteerten Seeweges ging es vorerst nur leicht bergauf bis zu einem sportlichen Anstieg. Jetzt hieß es erneut, seine Kräfte nicht zu schnell zu verbrauchen. Jetzt wurde es ein zwar nicht übermäßig langer, jedoch sehr intensiver Berglauf, welcher vor allem auch Trittsicherheit und äußerste Konzentration verlangte. Über schöne Waldsteige ging es rund um den Speicherteich bis hinauf zur Mittelstation und anschließend wieder zurück, immer talwärts. Sicherlich alle Teilnehmerinnen, nicht nur die Viechtacher, sehnten den Zieleinlauf herbei. Trotz aller Strapazen schweifte mancher Athletinnenblick während des Laufes über die landschaftlich sehr reizvolle Gegend. Endlich befand man sich in Zielnähe. Wenn sich auch nicht allzu viele Sportfans auf der Strecke oder im Zielbereich befanden, tat jede Aufmunterung und jeder Applaus irgendwie gut. Um es vorweg zu nehmen. Die Viechtacher Damen gaben sich auch am zweiten Tage keine Blöße. Alle waren voll „geschlaucht“, aber glücklich, über sich selbst hinausgewachsen zu sein. Wiederum konnten sehr gute Platzierungen erzielt werden. Der Zieleinlauf war ähnlich wie am Tag zuvor: Rackl als 21. in 1.55.57,1 Std., Vogl als 10. in 1.55.57,7 Std., Rankl als 29. in 1.58.41,9 Std., Liebl als 14. in 2.02.23,4 Std., Wittmann als Fünfte in 2.05.27,3 Std., Gruber als 37. in 2.05.37,9 Std. und Brunner als 17. in 2.07.10,8 Std.. Jetzt galt es, manche schmerzende Stelle zu verarzten und sich einfach auszuruhen. Trotz allem ließen es sich die Bayerwäldlerinnen nicht nehmen, sich am Abend bei Disco-Musik, welche als Animation geboten wurde, etwas „aufzulockern“. Auf jeden Fall wurden sie nach ihrem Teamauftritt zum Sieger „gekürt“.

Noch stand jedoch die letzte Herausforderung bevor. Hinter der Bezeichnung Women`s Challenge verbarg sich eine sehr reizvolle Strecke rund um den Zeller See, welche teils durch ein herrliches Naturschutzgebiet führte. Obwohl man an diesem Tage erneut mit traumhaften Blicken über den See und strahlender Sonne verwöhnt wurde, stand noch eine harte „Arbeit“, sprich Lauf, bevor. Wenn es auch nicht mehr so hoch hinauf

ging wie die Tage zuvor, so verlangte eine 13,9 km lange Strecke mit immerhin 312 Höhenmetern erneut einem „alles“ ab, wollte man doch auch die ersehnte Triple-Wertung schaffen. Noch einmal hieß es, alle Kräfte zu mobilisieren, auf die Zähne zu beißen und zu laufen. Welche Energieleistung jede Teilnehmerin erbrachte, vermag nur zu beschreiben, wer selber daran teilgenommen hat. Und sie haben es alle geschafft! Welch eine großartige Leistung! Eigentlich dürfte sich jede Dame, welche das Gesamtziel erreicht hatte, als „Siegerin“ fühlen.

Auch wenn sich nach dem Zieleinlauf die Strapazen mehr als bemerkbar machten und das Aufstehen nach dem Sitzen schwerfiel, so waren alle mehr als glücklich. Im Zielbereich fiel sich das Viechtacher Team freudestrahlend um den Hals und beglückwünschte sich gegenseitig. Sonja Vogl markierte auf der Schlussetappe mit 1.23.36,7 Std. und Rang vier die schnellste Laufzeit des Teams sowie den hervorragenden sechsten Platz in der Triplewertung, jedoch nur knapp dahinter Doris Rackl als Fünfte in 1.23.53,8 Std. sowie Gesamtrang 13. Es folgten mit ebenfalls sehr guten Resultaten: Andrea Rankl, 19. in 1.26.56,5 Std. und 17. in der Gesamtwertung, Paula Wittmann, Siebte in 1.33.27,4 Std. und Fünfte im Triple, Jasmin Liebl, 15. in 1.34.31,7 Std. und 11. in der Dreierwertung, Bettina Gruber, 36. in 1.34.32,9 Std. und 28. im Triple, und Nici Brunner, 19. in 1.37.46,3 Std. und 14. im Triple.

Neben dem hervorragenden Abschneiden in der Einzelwertung, überraschte das Team Frauenpower I mit Sonja Vogl, Doris Rackl und Andrea Rankl mit dem Stockerlplatz drei und der Gesamtzeit von 12.00.28,8 Std.. Auch Team II erfreute mit dem siebten Platz und der Zeit von 13.03.22,8 Std., und zwar mit Jasmin Liebl, Paula Wittmann und Bettina Gruber.

Bald sind die Strapazen vergessen; die tollen Leistungen werden die sieben Läuferinnen, welche sich nicht nur im Wettkampf als „eingeschweißtes Team“ präsentierten, in Erinnerung behalten.



Bild zeigt die WSV-Läuferinnen von links nach rechts:

Nici Brunner - Bettina Gruber - Doris Rackl (liegend) - Jasmin Liebl - Andrea Rankl- Sonja Vogl - Paula Wittmann