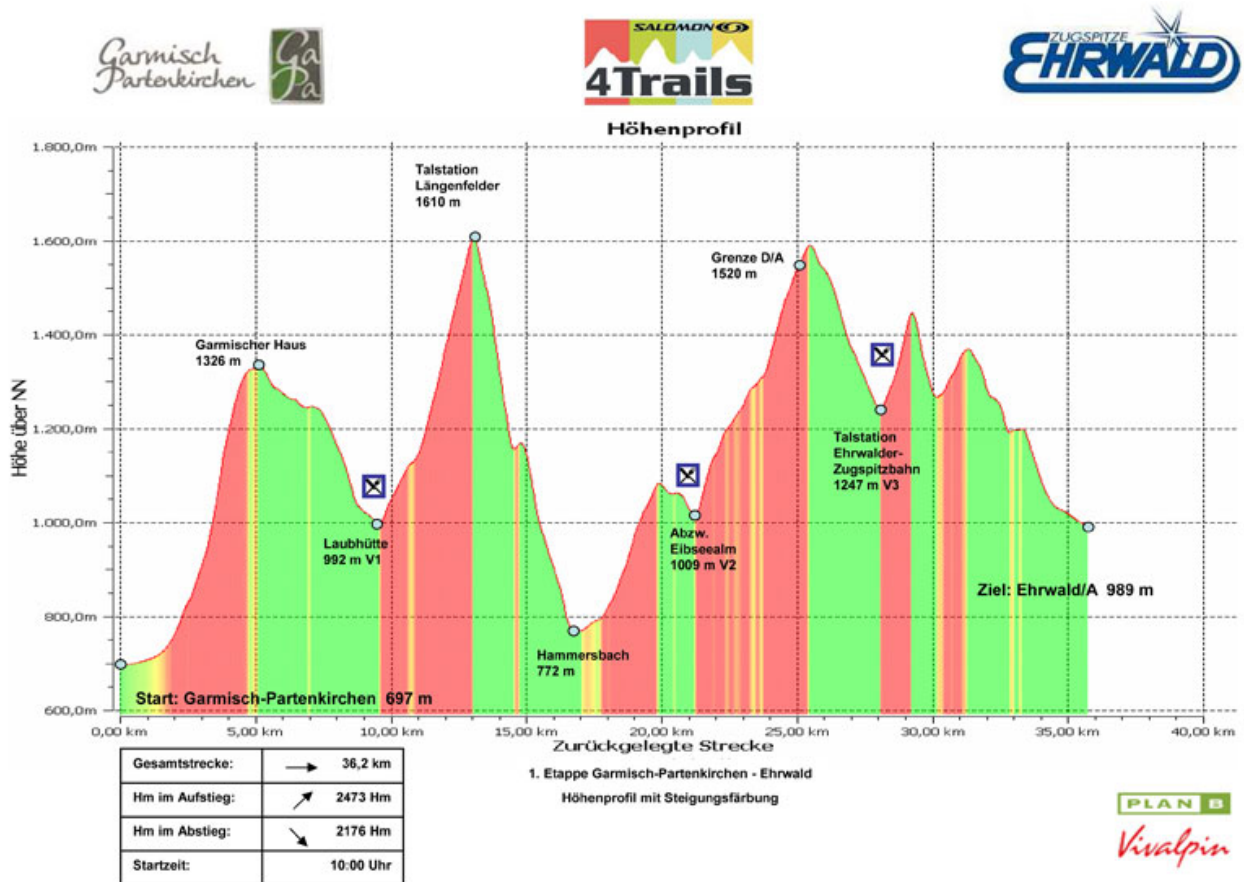


Tag 1: Garmisch-Partenkirchen >> Ehrwald



Ein Auf und Ab als Warm-Up

Der erste Tag der SALOMON 4 TRAILS führt den 150 Teilnehmern gleich vor Augen, was sie auf der 2011er Route erwarten dürfen: alpines Ambiente. Denn die Auftaktetappe geizt nun wirklich nicht damit. Es warten nicht nur sechs Auf- und Abstiege, sondern auch die schönsten Wanderwege und Trails des Zugspitzmassivs.

Doch zunächst geht es vom Start weg über Forststraßen ins Reintal und über das Garmischer Haus zur Laubhütte. Auf schmalen Steigen führt dann der Weg, immer unterhalb des Wahrzeichens von Garmisch-Partenkirchen, der über 2.600 m hohen Alpsspitze, steil hinauf zum Kreuzeck, später im Zick-Zack über den Schützensteig genauso steil wieder hinunter nach Hammersbach.

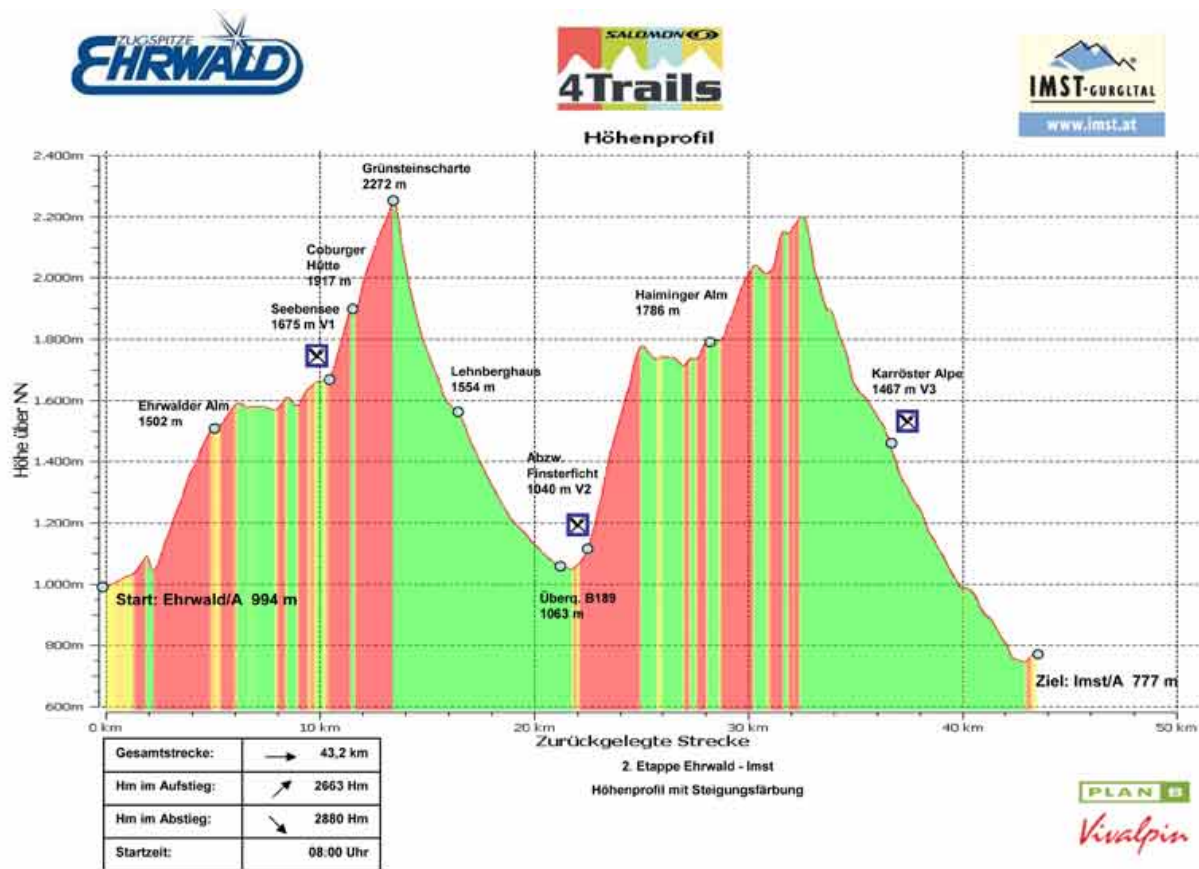
Auf dem Weg zur Grenze nach Österreich und demnach auch zur Talstation der Zugspitz-Seilbahn, passieren die Läufer den malerischen Eibsee, müssen aber auch insgesamt 800 zusätzliche

Ergebnis Master Men:

Dr. Thomas Miksch bester Master

Damit reihte sich der Vierte der Junioren Weltmeisterschaften im Vertical Race knapp 8:30 Minuten vor dem Sieger der Master-Kategorie, Dr. Thomas Miksch ein. Der Gesamtdritte und Sieger der Master-Kategorie, der seine Landsleute Martin Echtler (4:09:09.4) und Anton Philipp (4:16:52.9) deutlich in die Schranken wies, hatte mit einem solch guten Resultat allerdings nicht gerechnet.

Tag 2: Ehrwald >> Imst



Der zweite Tag beginnt mit der Durchquerung des Mieminger Gebirges und einem ersten Höhepunkt der SALOMON 4 TRAILS, der hochalpinen Überquerung der Grünsteinscharte (2.263m). Doch schon der folgende Abstieg macht deutlich, dass die Etappe von Ehrwald nach Imst nur für geübte Bergläufer gemacht ist. Knapp 1.200 Meter geht es wieder hinunter, fast zurück auf Starthöhe.

Nach einem neuerlichen Aufstieg von Finsterficht über die Haiminger Alm laufen die Trailrunner auf Panorama-Trails hoch über dem Inntal bis kurz unter den Tschirgant, einem Wahrzeichen des oberen Inntals. Hier heißt es noch einmal die Muskeln lockern, denn über den Adlerweg und Karrösten geht es erneut über 1.400 Höhenmeter hinab ins Ziel.

Ergebnis Master Men:

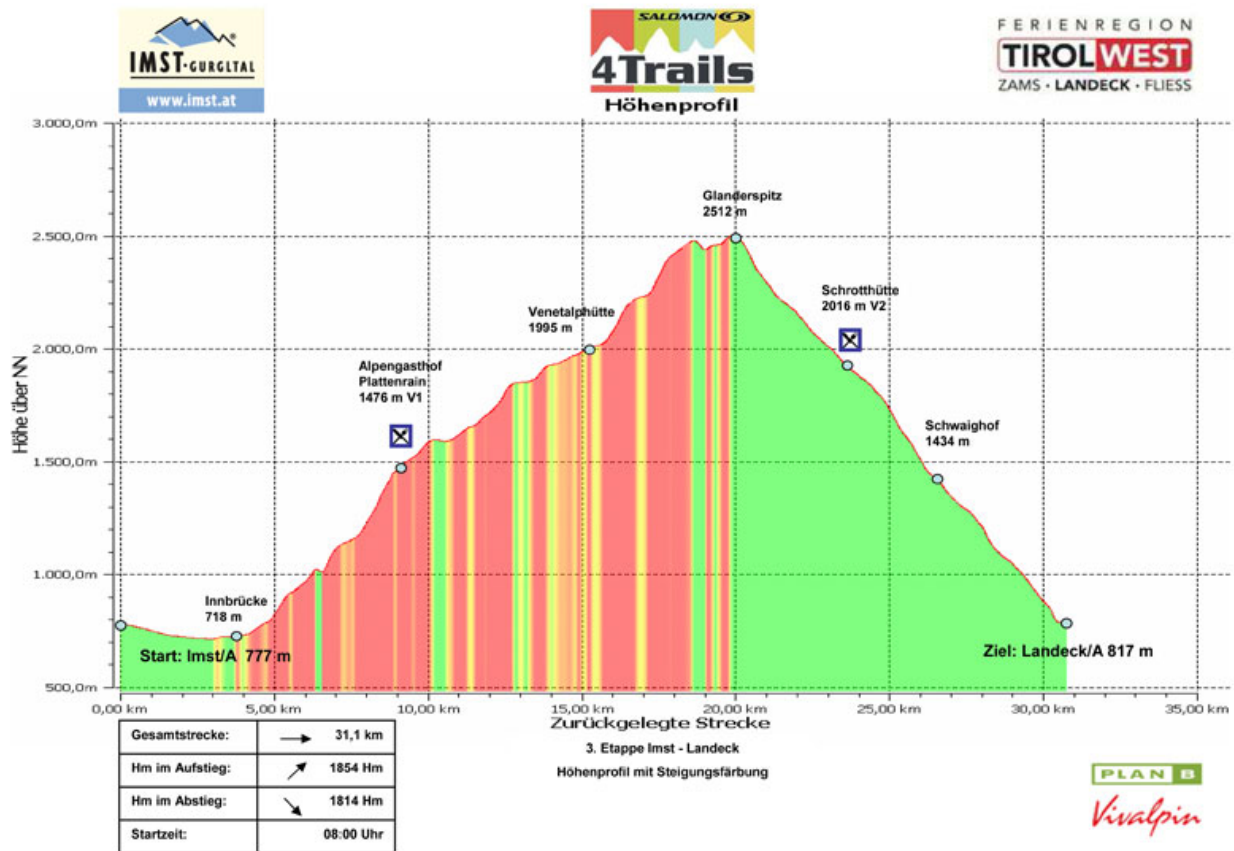
Miksch weiterhin souverän bei den Mastern

Seine Ausnahmestellung bei den Mastern untermauerte indes Dr. Thomas Miksch (GER). Allerdings hatte es – anders als gestern – während des Rennens nicht unbedingt danach ausgesehen. Der Allgäuer hatte nach 29 Kilometern bei der Haiminger Alm und damit kurz vor dem Ende des zweiten Tagesanstieges bereits sieben Minuten Rückstand auf den bis dato in Front liegenden Läufer der 40+Klasse Martin Ehtler (GER) angesammelt. Doch der traditionell mit Stöcken laufende Oberarzt bewies auf den letzten 14 Kilometern nicht nur Willensstärke und Kondition, sondern auch die nötige Trittfestigkeit und Technik im 1.400 Höhenmeter-Abstieg hinab ins Ziel.

„Es ist klar, dass ich bergauf einiges an Zeit verliere, weil ich doch sehr früh mit dem Gehen und Wandern anfangen. Allerdings kann man so Kräfte sparen“, so Miksch, der nachschob, „dass ich momentan einen guten Lauf habe und einfach das bringe, was ich kann.“

Am Ende reichte es zum zweiten Tagessieg in der Masterklasse in Folge (5:07:47.2) und einem Vorsprung von zwei Minuten auf Ehtler (5:09:46.9), der noch vor Anton Philipp (GER, 5:19:54.6) die Ziellinie überquerte.

Tag 3: Imst >> Landeck



Dreiteilige Gipfeltour (31,10 km, 1.854 Hm)

Die dritte Etappe von Imst nach Landeck bietet neben unvergleichlichen Trails auf über 2.000 Metern Höhe nicht nur ein großartiges Alpenpanorama sondern auch die Überschreitung von drei Gipfeln. Von Imst aus führt der Weg zunächst über Almen und durch Wälder, später über einen breiten Höhenrücken hinauf auf einen alpinen Grat, bei dem auf alpinen Steigen die drei Gipfel Kreuzjoch (2.464m), Wannejöchl (2.497m) und Glanderspitze (2.512m) überschritten werden.

Mit jedem Höhenmeter wächst das Panorama zu den Öztaler Dreitausendern im Süden und den Lechtaler Alpen im Norden. Später begleiten spannende Tiefblicke ins rechtsgelegene Inntal und ins links gelegene Piller Tal die Läufer, bevor es über weichen Waldboden und mit mäßigem Gefälle auf dem längsten Abstieg der SALOMON 4 TRAILS zur Burg Landeck und später ins Ziel geht.

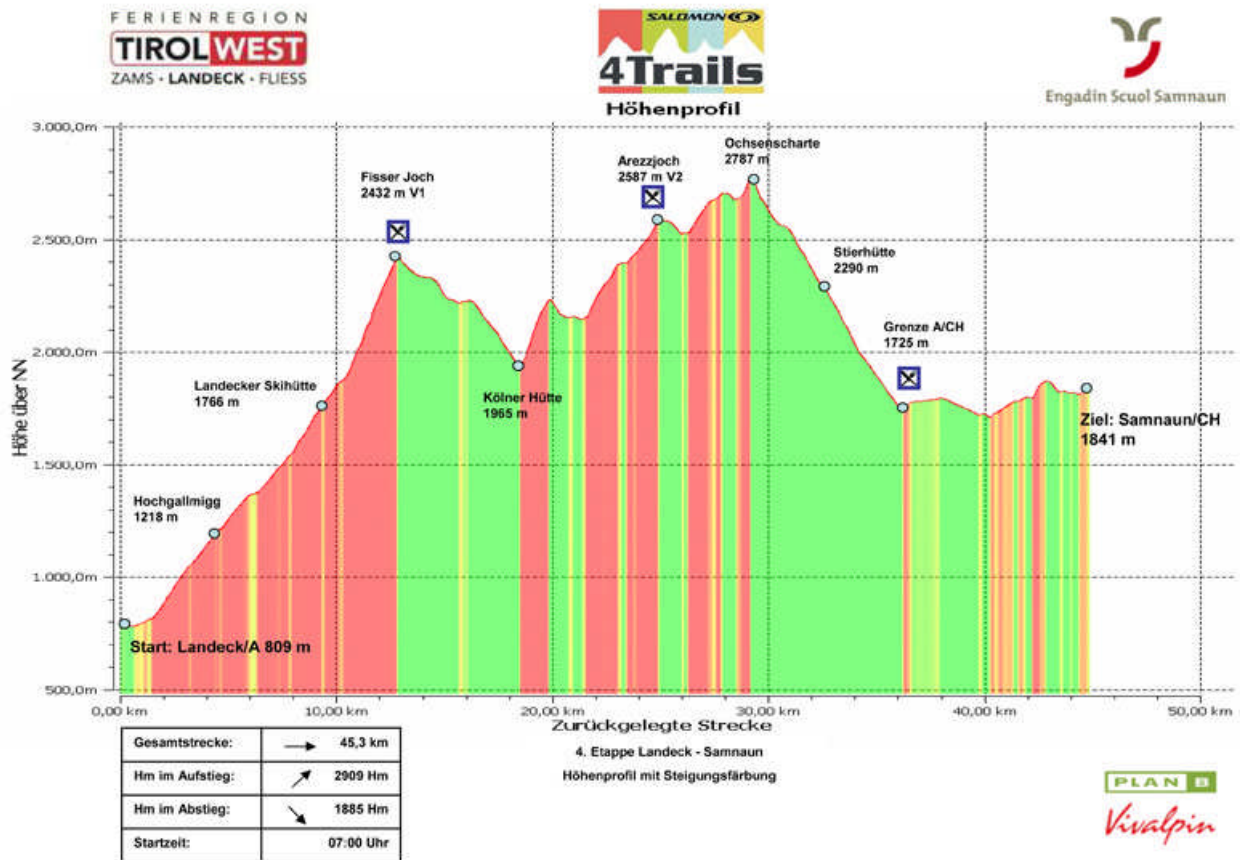
Ergebnis Master Men:

Zielsprint um den Mastersieg

Bei den über 40 Jahre alten männlichen Teilnehmern wurden die Zuschauer im Landecker Ortskern heute Zeugen des bislang knappsten Rennausgangs. Denn am Ende hatte Anton Philipp (GER, 3:25:33.1) gerade einmal 1,3 Sekunden Vorsprung auf seinen österreichischen Kontrahenten Seppi Neuhauser (3:25:34.4), der seinerseits den Master-Leader Dr. Thomas Miksch (GER, 3:25:43,2) nur knapp in die Schranken verwies. Allerdings hätte wohl niemand, selbst Philipp nicht, damit gerechnet, dass er am Ende als Sieger der heutigen Etappe hervorgehen würde.

An der ersten Verpflegungsstelle lag "Dodo" gut 1:30 Minuten hinter Miksch, Echtler und Neuhauser, arbeitete sich aber im weiteren Rennverlauf Position um Position nach vorne. "Die Routenführung ist mir heute entgegen gekommen. Ich bin stärker, wenn es einmal hoch und runter geht. Wäre heute noch ein Gegenanstieg gekommen, wäre es wohl anders ausgegangen", so der siegreiche Allgäuer.

Tag 4: Landeck >> Samnaun



Königsetappe zum Abschluss (45,30 km, 2.909 Hm)

Der letzte Tag bringt mit über 45 Kilometern Strecke und fast 3.000 Höhenmetern im Aufstieg die körperlich anspruchsvollste Etappe, in deren Verlauf auch der höchste Punkt der SALOMON 4 TRAILS, die Ochsenscharte (2.787m), überquert wird.

Allerdings ist die Etappe von Landeck bis Samnaun bis dahin auf guten Wegen und Steigen perfekt zu laufen und lässt das Bergläuferherz mit drei Übergängen mit Gipfelhöhen über 2.400 Metern Höhe schneller schlagen. Nach dem Dach des Rennens folgt eine Geröllpassage, eine einsame und wilde Landschaft, ehe sich jeder Teilnehmer auf den letzten neun Kilometern auf einen emotionalen Zieleinlauf vorbereiten kann.

Ergebnis Master Men:

Dr. Thomas Miksch dominiert Master-Klasse

Bei den Läufern mit einem Alter von mindestens 40 Jahren drückte Dr. Thomas Miksch einmal mehr der Konkurrenz seinen Stempel auf. Der Vierte im Gesamtranking über alle Kategorien hinweg benötigte für die Abschlussetappe nach Samnaun 5:18:54 Stunden und war damit mehr als 7,5 Minuten schneller als die zeitgleich auf Platz zwei einlaufenden Seppi Neuhauser (AUT) und Anton Philipp (GER, 5:26:11,2).

Philipp platzierte sich in der Endabrechnung als Zweiter hinter seinem Kollegen vom **Berglaufteam Haglöfs** (18:28:31.8) und damit eine Stunde vor Stefan Zäh (GER, 19:29:14.6), der heute Vierter wurde (5:27:15.6). Überraschend aber war die Zeit von Miksch, der sich dementsprechend zufrieden präsentierte: "Es war ein wunderschönes Rennen. Es gibt Zeiten, da läuft es einfach. Und das war bei mir der Fall."