



# ATTL-BLATT

DAS INFO-MAGAZIN FÜR MENSCHEN MIT UND OHNE BEHINDERUNG RUND UM DIE STIFTUNG ATTL



**168h Chiemsee boahart**

*Die Wahnsinns-Tour der Sportfreunde Attl*

**10 Jahre Attler Hof**

*Vielfalt als Erfolgsrezept*





Fotos: Wagner, Zeidler



## Liebe Sportfreunde, das war wirklich hammer-boahart!

Sowas hat es bisher noch nie gegeben. Sieben Läufer, sieben Tage und sieben Nächte rund um die Uhr, rund um den Chiemsee. Das war die Vorgabe, die sich die Sportfreunde Attl selbst gemacht hatten. Mit dieser Wahnsinns-Aktion akquirierten sie bei zahlreichen Sponsoren insgesamt die stolze Summe von 17.000 Euro, die den sportlichen Aktivitäten der Betreuten in der Stiftung Attl zugute kommen. Insgesamt umrundeten die Staffelläufer 29 Mal den Chiemsee und legten dabei fast 1.500 Kilometer zurück. Eine Distanz, die es in sich hatte. Doch schon bald stellte sich heraus, dass die Strapazen wohl größer sein würden, als man sich das zu Beginn gedacht hatte. Denn als größte Feinde des Benefiz-Events stellten sich der fast fünf Tage andauernde Dauerregen und der chronische Schlafmangel der Läufer heraus. Sportfreund Markus Zeidler berichtete während der 168h-Chiemsee-boahart-Tour in einem Blog:

### Stunde 0 bis 12: Was für ein Start

In unserem Basislager, der Sportfreunde-City, herrscht in der Stunde vor dem Start noch hektische Betriebsamkeit: unzählige Handgriffe müssen noch erledigt, viele letzte Vorbereitungen getroffen werden; die gesamte Zeltstadt beginnt sich nach und nach mit Besuchern zu füllen.

Reporter verschiedener Blätter machen sich eifrig Notizen oder halten uns Kameras ins Gesicht. Schirmherr Stefan Dettl taucht kurz inmitten des Trubels auf und haut uns nochmal kräftig auf die Schulter. Und da bekommen wir auch schon das wichtigste Utensil für die nächsten Tage in die Hand gedrückt: unseren Staffeltab. Übergeben von einem Handbike-Piloten der Stiftung Attl, der sich zusammen mit Vorstand Franz Hartl, dem unermüdeten Michael Wagner und zwei weiteren Kollegen am Morgen als Staffelläufer auf den Weg von Attl bis hierher gemacht hat.

Und dann: High Noon. Blitzlichtgewit-

ter. Jemand zählt einen Countdown nach unten.

Ein kleiner Fauxpas unterläuft Isabella Laböck, die die Start-Pistole zwar recht gekonnt zu führen weiss, diese aber um zwei Sekunden zu früh abfeuert. Aber geschenkt, denn besser kann der Start in solch ein Event trotzdem nicht laufen. Wann sonst kommt man schon in den Genuss, Seite an Seite mit einer Snowboard-Weltmeisterin, Olympiateilnehmerin und Playmate in Personalunion laufen zu gehen?

Ein gewisser Bekanntheitsgrad unseres „168h“-Projekts scheint sich durch unsere verschiedenen Werbemaßnahmen in der Öffentlichkeit bereits installiert zu haben, denn immer wieder dringen im Vorbeilaufen bzw. -radeln Wortfetzen wie „... das sind doch die...“, „... letztes Mal im Fernsehen gesehen...“ oder „... letztes doch erst was drüber gelesen...“ oder ähnliche an uns heran.

Abgesehen von einer seltsamen und zunächst sehr umfänglichen, sich im weiteren Verlauf aber auf wundersame Weise immer weiter dezimierenden indischen

Radlergruppe, die die Sporties auf der Runde begleiten, können keine besonderen Vorkommnisse für die ersten Stunden des Events verzeichnet werden.

### Stunde 13 bis 30: Wenn das Chiemgau zur Gobi wird

Die erste von sieben Nächten unserer boaharten Tour ist rum. Bei völliger Dunkelheit zu laufen/radeln, bringt unerwartete Erkenntnisse mit sich.

Zum Beispiel, dass es tatsächlich möglich ist, beim Radfahren einzuschlafen. Und dabei auch noch erstaunlich lange und mit bemerkenswert konstanter Trittfrequenz geradeaus zu fahren!

Andere, grösstenteils angenehme Nebeneffekte einer sportlichen Nachtschicht sind dagegen weniger überraschend: es herrschen optimale Lauftemperaturen, und man kann, wenn man will, kilometerweit mitten auf der Hauptstrasse laufen.

Auf Nacht folgt Tag, und der bringt an diesem Sonntag nicht nur strahlenden Sonnenschein mit sich, sondern bald

auch backofengleiche Temperaturen. Heisser, trockener Wind bläst unbarmherzig aus der Gegenrichtung und dörft einen aus wie altes Brot.

Die klimatischen Bedingungen am Südufer des Chiemsees fühlen sich plötzlich ein ganz klein wenig an wie in den kargen Weiten der Gobi.

Viel Abwechslung und Motivation liefern uns hingegen immer wieder dazustossende Gast-Läufer, die unsere Position via GPS LIVE TRACKING ermitteln, um uns dann ab entsprechender Stelle ein Stück weit des Weges zu begleiten. Nicht selten kommt es vor, dass ein Dreier-Team der Sportfreunde im Basislager losläuft und später mit einer ganzen Gefolgschaft im Schlepptau wieder zurückkehrt, wo sich in der Folge meist überschwengliche Begrüssungs- und Verbrüderungs-Szenen abspielen.

### Stunde 31 bis 56: Wasserschaden

Sportfreunde-City steht unter Wasser. Nach zwei Tagen allerbestem Frühlingswetter mit knalligen Temperaturen ist unser kleines Zeltdorf knöcheltief geflutet.

Heftige Starkregenfälle suchen am Montagabend den südwestlichen Teil des Chiemsees heim, so dass sich unsere beiden Mädels Bonnie und Ilona samt den gerade ruhenden Sporties mit einer Aneinanderreihung spontaner Situationen auseinandersetzen müssen, die hauptsächlich das Abdichten von Zeltplanen, Wasserschöpfen, Gräben ziehen und das tunliche Abstandhalten zu allem was mit elektrischem Strom zu tun hat beinhalten.

Regen in verschiedensten Ausprägungen sollte von diesem Zeitpunkt an erst einmal unser hartnäckigster Begleiter bleiben und nicht nur das Leben im Basislager, sondern natürlich auch draussen auf dem Chiemsee-Trail deutlich erschweren. Tropfende Klamotten und beissende Müffel-Kulisse hier, überflutete Wege und aufgeweichte Füße dort.

Hinzu kommt mittlerweile auch der Tribut, den ein 168-Stunden-Marathon langsam und schleichend einfordert: Durch den chronischen Schlafmangel müssen selbst für eher einfache Aufgaben wie beispielsweise das sinnvolle Packen für die nächste Runde oder das Studieren des Laufplans grosse geistige Anstrengungen unternommen werden, und bei den Sportfreunden Martin und Flo kündigt sich zudem ein Problem mit der Achillessehne an.

### Stunde 57 bis 120: keine Chance dem Biorhythmus

Wir habens geschafft! Nicht nur die Halbzeit, sondern, viel wichtiger: endlich unseren hinderlichen Biorhythmus zu schrotten!

Es gibt kein Früh, Mittags, Abends, kein Tag und Nacht, kein Datum und keinen Wochentag. Wir denken und leben ausschliesslich in Runden. Wir sagen Guten Morgen am Nachmittag, essen Nudeln zum Frühstück oder ein Steak um drei Uhr morgens. Unsere Körper haben offenbar in so eine Art „Egal“-Modus umgeschaltet. Nahrungszufuhr und gelegentlich ein, zwei Stunden Schlaf müssen sein, aber wann genau, wie oft und in welcher Re-

gelmässigkeit das passiert, spielt mittlerweile keine Rolle mehr. Bei einem Event wie einem siebentägigen Nonstop-Lauf ist das ungemein hilfreich!

### Stunde 121 bis 168: die letzte Meile

Liebe Freunde, es ist der Morgen des 31. Mai 2014, und es verbleiben nur noch wenige Stunden bis zum Ende unseres siebentägigen nonstop-Marathons.

Wir möchten die Gelegenheit nutzen und Euch jetzt schon mal ein riesengrosses Dankeschön für Eure grandiose Unterstützung aussprechen!

Ob hier im Basecamp, draussen auf der Strecke oder online: ohne Euch alle hätten wir vermutlich niemals die Kraft und die Motivation gehabt, so lange durchzuhalten. Wir werden heute gegen 12:00 Uhr nach unserer letzten Runde auf dem Gelände der Chiemsee Schifffahrt in Prien einlaufen, und würden uns natürlich sehr auf ein Wiedersehen mit Euch freuen!

Bis dahin, Eure Sportfreunde Simone, Markus, Martin, Marco, Roland, Stefan und Flo

