

# Yukon Arctic Ultra 2013 – oder “Warum ein Bieber nicht friert”

## Warum ein Bieber nicht friert, aber ein Läufer ganz gewaltig....oder Yukon Arctic Ultra – 430 Meilen durch Schnee und Eis

Ich sitze gerade im Flughafen Vancouver und warte auf meinen Rückflug nach München. Ich habe mir vorgenommen, mir die Zeit damit zu vertreiben, meine Erlebnisse und Gedanken zum Yukon Arctic Ultra aufzuschreiben. Eigentlich eine ganz einfache Sache...ich hatte den Bericht auf dem Weg zum dritten Checkpoint nach Carmacks gedanklich bereits fertig! Und zwar komplett...mit Ende. Dort war ich nämlich angelangt...am Ende, fix und fertig. Somit war es leicht, alles zusammenzufassen und leicht lesbar in den Gedanken abzuheften. Aber es sollte ja doch noch anders kommen. Aus diesem Grund erst einmal ein Schritt zurück...

Nachdem ich 2012 bereits am Yukon Arctic Ultra, an der 100 Meilen Strecke, erfolgreich teilgenommen habe, entstand im Laufe der Zeit aus einem „das mache ich nie wieder“ ein „warum eigentlich nicht die Königsstrecke von 430 Meilen“. Glücklicherweise haben sich dann zudem noch Haglöfs und Sport Conrad bereit erklärt, mein Vorhaben zu unterstützen und mich entsprechend auszurüsten. So stand einer Anmeldung nichts mehr im Wege. Viele Trainingskilometer lagen nun vor mir. Kilometer, auf denen ich oft einen Autoreifen hinter mir hergezogen habe, oder auch die Pulka, also den Schlitten, in dem ich in Kanada sämtliche Ausrüstungsgegenstände transportieren musste. Erfreulicherweise meldete sich dann auch noch das Zentrum für Weltraummedizin der Charité Berlin, die entsprechende Untersuchungen unter Wettkampfbedingungen durchführen wollten. Ärztliche Begleitung ist ja nie schlecht...



Das erste Treffen der Probanden mit Dr. Mathias Steinach. Es wurden uns alle Messungen erklärt und die Gerätschaften übergeben.

Am 03. Februar war es dann soweit. Am Tag zuvor hatten sich bereits die Hundeschlittenteams auf den Weg in´s 1.600 Kilometer entfernte Fairbanks gemacht. Es war ein unglaubliches Erlebnis, den Start des Yukon Quest live zu erleben. Und nun waren wir an der Reihe auf der gleichen Strecke nach Dawson zu laufen. Die Strecke von 430 Meilen, also schlappe 688 Kilometer, war für mich und für die meisten Teilnehmer tatsächlich nicht greifbar und sozusagen ein „Überraschungsei“. Ich war also gespannt, was für Überraschungen auf dieser Strecke auf mich warten sollten. Es sollten viele werden.....



Start über alle Distanzen am 03.02.2013 um 10.30 Uhr

Hanno Heiss aus Südtirol und ich hatten uns vorgenommen, möglichst lange zusammen zu bleiben. Armin Hohenadler, **der** deutsche Ultraläufer, war am Start der 300-Meilen Strecke – wir hatten uns bereits an den Tagen zuvor angefreundet. So standen wir mit den Teilnehmern sämtlicher Distanzen am nördlich Ortsrand von Whitehorse am Start. Drei, zwei, eins...los! Mit Begeisterung rannte die Läuferhorde los. Bereits nach einigen Kilometern musste ich feststellen, dass die Verhältnisse auf dem zugefrorenen Yukon mit dem Vorjahr nicht vergleichbar waren. Während ich 2012 auf dem glatten und gleichmäßigen Eisflächen hervorragend laufen konnte, war es diesmal ziemlich katastrophal. Viel lockerer, zu kleinen Hügeln aufgeworfener und eingeblassener Schnee trieb uns zur Verzweiflung und belastete die Muskulatur gewaltig. Zudem sorgten Temperaturen knapp unter den Gefrierpunkt bei vielen Läufern für massive Blasen. Nach 6 Stunde und 28 Minuten erreichten Hanno und ich den ersten Checkpoint an der Rivendell-Farm. Aus dem vergangenen Jahr wusste ich, wie anstrengend die nächsten 60 Kilometer zum Checkpoint am Dog Grave Lake werden sollten. Genauso sollte es dann auch kommen. Bei starkem Schneefall biwakierten wir zum ersten Mal irgendwo in der kanadischen Wildnis. Überraschender Weise schief ich hervorragend und war nach ein paar Stunden fit für den weiteren Weg zum Checkpoint, den wir nach zwei weiteren Stunden erreichten. Eine kurze Pause und weiter ging es in Richtung Braeburn. Das war mein Ziel im vergangenen Jahr und diesmal lediglich eine Zwischenstation am Anfang einer langen Reise.



Endlose Waldschneisen, unterbrochen durch weitläufige Flusstäler führten uns weiter nach Norden.

Hanno fluchte leise vor sich hin, denn auch bei ihm machten sich Blasen, muskuläre Probleme und im Laufe des Tages auch noch erste Anzeichen einer Knochenhautentzündung im Schienbeinbereich bemerkbar. Ich war lange Zeit guter Hoffnung, dass wir Braeburn noch rechtzeitig am Abend erreichen würden und eine Nacht im Warmen verbringen würden. Doch wie hatte ich mich getäuscht. Obwohl ich glaubte, die Strecke aus dem Vorjahr noch zu kennen, zogen sich die Kilometer endlos. Plötzlich konnten wir in der Dunkelheit einen Läufer erkennen, der gerade seinen Biwakplatz schaufelte. Auf meine Frage, ob er wisse, wie weit es noch zum Checkpoint sei, antwortete unverkennbar in einem typischen bayerischen Englisch „noch ca. 15 Kilometer“. Zu meinem Erstaunen war es Armin. Seine Füße waren total aufgeweicht und mit Blasen übersät. Kurzentschlossen blieben Hanno und ich bei ihm und wir verbrachten auch diese Nacht draußen. Ich wollte mich mit einem Biwaksack vor dem leichten Schneefall schützen, doch das war ein großer Fehler, der mir noch Kopfzerbrechen bereiten sollte. Als ich nach einigen Stunden aufwachte, war der Fußbereich nass, da der Biwaksack direkt am Schlafsack angelegen war. Dies hatte natürlich zur Folge, dass die Daunenfüllung nicht mehr vernünftig isolierte und so die Kälte ziemlich schnell und massiv in die Beine kroch. Bei – 30 Grad war das nicht wirklich angenehm. Also – raus aus dem Schlafsack und schnell weiter.

Hanno und Armin fassten den Entschluss, in Braeburn aufzugeben. Für mich eine heftige Entwicklung, da ich so die Aussicht hatte, die weiteren Tage allein zu verbringen. Als ich dann noch in den steilen Auf- und Abstiegen kurz vor der Braeburn-Lodge umknickte, spielte auch ich mit dem Gedanken, aufzugeben.

Wie es oft so ist, ändert man seine Meinung (glücklicherweise) doch recht schnell. Ich hatte mir vorgenommen, den obligatorischen Riesencheeseburger in der Lodge mit einem Bierchen so richtig zu genießen. Also aß ich so viel ich konnte und genoss das Bier in vollen Zügen.

Hanno, Armin und ich verabschiedeten uns herzlich und beide wünschten mir viel Glück für die kommenden Tage. Schade, dass ich mit diesen beiden Kumpels nicht mehr Zeit verbringen konnte....es hat wirklich gut gepasst.

So trabte ich alleine im Morgengrauen los. Mein nächstes Ziel war der Checkpoint Ken Lake. Den wollte ich gerne bis zum Abend erreichen, da ich so zumindest die Aussicht auf eine Nacht am Lagerfeuer hatte. Doch endlose Seen mit grausam schlechtem Untergrund brachten mich an den Rand der Verzweiflung. Also – wieder eine Nacht im Schnee. Nach ein paar Stunden Schlaf schlüpfte ich gegen 3 Uhr morgens aus dem Schlafsack und machte mich mit der Hoffnung auf den Weg, Ken Lake zeitnah zu erreichen. Doch diese Hoffnung sollte sich nicht erfüllen. Nach 4 Stunden sah ich am Horizont, auf einer kleinen Anhöhe, einige Lichtsignale. Endlich! Schnell waren die letzten Kilometer bewältigt und ich machte es mir im Zelt, das die Teilnehmer für die Pause nutzen durften, bequem. Das „Chicken Curry“ schmeckte zum Frühstück ganz hervorragend. Auch kamen so langsam mehrere Läufer zusammen. Karl Shields aus England machte sich gerade auf den Weg zum nächsten Checkpoint, nach Carmacks, Stone (Manfred Steiner) aus Österreich, legte sich noch einmal kurz ans Lagerfeuer zum Schlafen. Bernhard Hasenbalg aus Deutschland erreichte kurz nach mir Ken Lake.



Der Check Point “Ken Lake”

So ging ich mit dem Gefühl auf die nächste Teilstrecke, nicht ganz allein auf der Welt zu sein. Wieder ging es über endlose Seen durch wunderschöne Waldgebiete weiter. Plötzlich konnte ich vor mir auf dem Eis ein größeres schwarzes Tier erkennen. Ein Rabe? Doch etwas groß! Nein – tatsächlich machte es sich ein Biber auf dem Eis bequem und schaute mir zu. So

beobachteten wir uns gegenseitig und erst ca. 10 m vor mir tauchte er in sein Wasserloch ab. Ich war total begeistert. Warum friert der Kerle bei diesen kalten Temperaturen auf dem Eis einfach nicht? Mir wurde es immer kälter und er ruhte sich „cool“ auf dem Eis aus...

Mit vielen Gedanken über Winterschlaf und das Überwintern von Tieren in polaren Gebieten trabte ich weiter. Endlich erreichte ich das Ende des Sees mit einem sehr steilen Uferaufschwung. Nachdem ich mit viel Kraftaufwand die Pulka die Böschung hinaufgezogen hatte, musste ich einen gratähnlichen Weg mit genialer Aussicht weiter verfolgen. Eine Raststelle des Yukon Quest war mit Stroh für die Hunde ausgelegt. Eine willkommene Gelegenheit, diese bequeme Stelle für eine Rast zu nutzen. Schließlich war es ja schon wieder später Nachmittag. Der weite Blick über den See zeigte mir keine Verfolger und so wollte ich kurz die Sonne genießen und eine Kleinigkeit essen. Doch kaum hatte ich es mir auf der Isomatte bequem gemacht und ich mich an die Pulka gelehnt, war ich auch schon eingeschlafen. Als ich aufwachte, waren schon die Sterne am Himmel und mir war bitter kalt. Schnell merkte ich, dass mein Gesicht durch Kälte, Wind und Sonne ziemlich angeschwollen war und ich war fassungslos, dass mir ein solches Missgeschick passieren konnte. Mein Selbstvertrauen war mächtig angeknackst. Ich packte sofort meine Pulka zusammen und versuchte meinen Körper wieder warm zu bekommen. Glücklicherweise war das kein Problem, doch ich verzweifelte einfach an der Tatsache, dass mein Körper wohl so erschöpft war, dass er diese „Auszeit“ einfach gebraucht hat. So sah ich für mich keine Möglichkeit, das noch weit entfernte Ziel in Dawson zu erreichen. Oh wie schön hat es da der Biebert! Er taucht einfach unter dem Eis zu seinem Bau, schläft und fühlt sich wohl. So ein Schuft! Wenn dann auch noch ein fetter Fisch vorbei schwimmt, fängt er ihn und isst ihn genüsslich.

Ich habe keine Lust zu essen! Kocher auspacken, alles vorbereiten usw....das passt mir schon gar nicht! Eigentlich habe ich auch gar keinen Hunger!



Auf der Suche nach einem geeigneten Biwakplatz...

Mit dieser Einstellung und vielen negativen Gedanken suchte ich mir letztendlich einen Biwakplatz. Innerlich hatte ich mit dem Rennen abgeschlossen. Dawson war für mich so weit entfernt wie der Mond! Ich nahm mir vor, in Carmacks die Pulka in's Eck zu werfen und nicht mehr aus dem warmen Gebäude zu gehen. Nach ein paar Stunden Schlaf im nassen und kalten Schlafsack marschierte ich mit hängendem Kopf weiter nach Norden. Ständiges auf

und ab zermürbten mich immer mehr und die andauernde lange tägliche Dunkelheit nervte! Als ich dann kurz vor Carmacks mein erstes schönes Nordlicht sah, war's geschehen und ich zählte meine schönen Erlebnisse des Yukon Arctic auf: Ich durfte den Start des Yukon Quest miterleben. Damit ging der erste Traum in Erfüllung. Ich habe die großen und weiten Seenflächen nördlich von Braeburn bewältigt! Jetzt hatte ich sogar noch ein Nordlicht gesehen! Das waren meine Träume zwei und drei! Was wollte ich eigentlich mehr...ob bei Kilometer 500 aufgeben oder schon jetzt – es war egal. Das Ziel in Dawson war für mich zu diesem Zeitpunkt unerreichbar. Mit diesem Vorsatz ging ich in den Checkpoint.

Ich wurde schon von Mathias und seiner Frau Alexandra erwartet. Mathias, Arzt an der Charité in Berlin, führte verschiedene Untersuchungen an 6 Teilnehmern der 430-Meilen-Strecke durch und wurde dabei von seiner Frau unterstützt. Nach den Untersuchungen vor dem Start sollten weitere Tests in Carmacks, Pelly Crossing und schließlich in Dawson erfolgen. Ich freute mich richtig beide zu treffen! Nachdem mir Mathias versicherte, dass ich körperlich tatsächlich kein Problem hätte, begann sich mein Ehrgeiz wieder zu regen. Eine weitere Helferin meinte, dass sie meinen Schlafsack locker in zwei Stunden trocknen könne. Auch der Organisator des YAU, Robert Pollhammer, redete mir gut zu und meinte, dass hier die meisten Teilnehmer mentale Probleme hätten und ich doch einfach schlafen gehen sollte. Na gut...ich legte mich in meinen Schlafsack und döste vor mich hin.

Nach zwei Stunden gab's ein geniales Frühstück und von diesem Zeitpunkt an hatte ich das Gefühl, nie an das Aufgeben gedacht zu haben. Dawson so weit entfernt wie der Mond? So ein Käse! Natürlich schaffe ich das! Wie mit Hanno beim Abschied vereinbart: Ich arbeite mich von Checkpoint zu Checkpoint. Pelly Crossing! Hurra! Ich komme! Ich verabschiedete mich von allen und ließ Mathias und Alexandra verwundert zurück. Viele Ultraläufer kennen diese Gefühlsschwankungen, aber dass ich tatsächlich 300 Kilometer gebraucht habe, um meine Horde innerer Schweinehunde zu besiegen!?



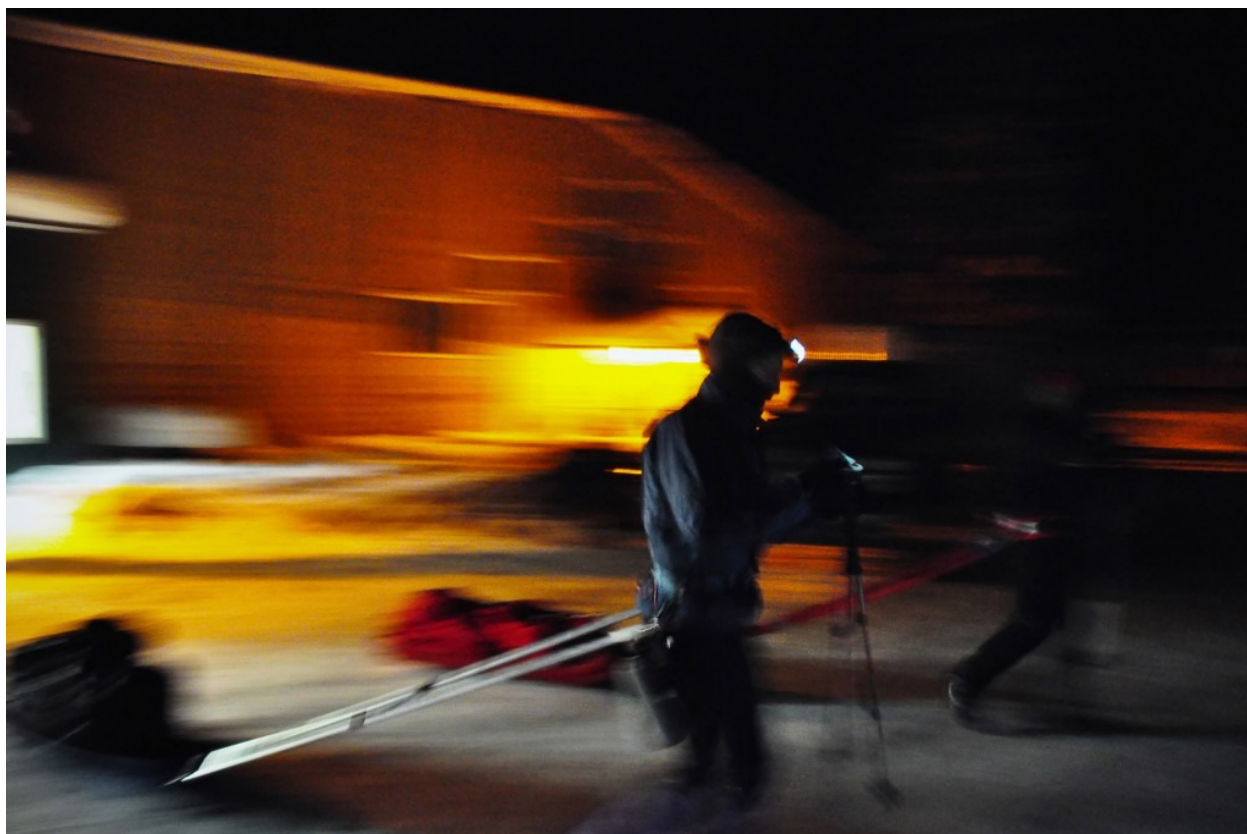
Eine von vier Untersuchungen zwischen Start und Ziel. Körperlich alles in Ordnung....

Mit dem Vorsatz diesen Schweinehunden keine Chance mehr zu lassen trabte ich wieder auf die Eisfläche des Yukon und weiter in Richtung McCabe Creek. Nach einiger Zeit tauchte vor mir der Australier John Brown auf. Er war ca. 1,5 Stunden vor mir gestartet. Das zeigte mir, dass ich körperlich tatsächlich nicht so schlecht drauf war, wie vermutet. Wir freuten uns beide einen Gesprächspartner zu haben und trabten gemeinsam durch endlose Waldschneisen. So kamen wir auf die Idee, den Weiterweg so weit wie möglich gemeinsam zurück zu legen. John war auf den flachen Passagen schneller und ich bergauf und bergab. So konnten wir uns abwechseln und gegenseitig ziehen.

Nach einer weiteren eiskalten Nacht starteten wir gegen 3 Uhr morgens Richtung Checkpoint. Endlose Waldschneisen ließen uns an der vermeintlich kurzen Entfernung zur Farm zweifeln. Endlich kam ein Funkmast mit einem Positionslicht in Sicht. Wir freuten uns schon sehr auf die heißersehnte „Heiße Schokolade“, doch der Trail entfernte sich wieder von unserem Orientierungspunkt und eine weitere Stunde verstrich...oh wie diese Entfernungen an den Nerven zehrten! Nach gefühlten 136 Stunden kamen wir völlig unvermittelt mitten in der Farm von McCabe Creek zum Stehen. Die großen Buchstaben YAU an den Fenstern eines Nebengebäudes zeigten eindeutig unseren Checkpoint. Es war zwar lediglich ein Raum mit einem kleinen Holzofen, aber egal. Es gab eine geniale Lasagne und natürlich die „Heiße Schokolade“. Nur kurz war unsere Pause und weiter ging's nach Pelly Crossing. Diesen Punkt wollten wir unbedingt noch am gleichen Tag erreichen und starteten deshalb voll durch.

Unterwegs überholten wir Stone, der sich an unsere Fersen heftete. So düsten wir zu Dritt über viele Seen und es machte richtig Spaß abwechselnd Tempo zu machen. Unglaublich – und ich wollte schon aufgeben! Doch diese Phase des Rennens war bereits vergessen. Mitten auf einem See kam uns ein Skidoo entgegen und begleitete uns in geringer Entfernung. Schnell wurde klar, dass es sich hier um einen der derzeit besten Sportfotografen, Martin Hartley, handelte. Er nahm uns ins Visier und insbesondere im ersten Abendlicht gelangen ihm hervorragende Bilder. Auch später bat er uns um kurze „Shootings“ und das war eine ganz neue Erfahrung. Das tollste war jedoch sein Hinweis, dass es nur noch ca. 10 Kilometer bis nach Pelly Crossing waren. So spurteten wir los! Wir holten tatsächlich noch einmal alles aus unseren müden Körpern heraus, denn wir wollten alle eine erholsame Nacht in der warmen Turnhalle genießen. Tatsächlich erreichten wir die Ortschaft und wurden gleich von Mathias und Alexandra begrüßt. Sie hatten noch nicht mit uns gerechnet, da die Teilnehmer vor uns viel länger für die Strecke gebraucht hatten. Also – wir waren richtig gut drauf! Auch die Verpflegung war hervorragend! Christoph und Jörn aus Deutschland, die ihren Plan, die 430 Meilen Strecke mit Skiern zu bewältigen, leider aufgeben mussten, bewirteten uns fürsorglich und zwischen den Untersuchungen von Mathias passte immer noch ein Kuchenstück. So schliefen wir gut ein und starteten gegen 4 Uhr in die Nacht, weiter zum Checkpoint Pelly Farm, von dem uns alle vorgeschwärmt hatten.





Dort mussten wir einen 8stündigen Pflichtstop einlegen. So wie alle erzählten, wollte keiner mehr von dort weg...also dürfte das keine langweilige Sache werden. Stone war schon eine Stunde vor uns losgegangen und so starteten John und ich gemeinsam. Unterwegs schloss sich uns Karl Shields an und wir konnten auf Stone aufschließen. Ungefähr auf der Hälfte der Strecke kam uns Otti Flepp aus der Schweiz entgegen. Er war auf den letzten Kilometern zum Ziel des 300 Meilen Rennens, das er gewinnen sollte. Sein Kumpel Fillippo Genuchi musste leider wegen Erfrierungen an den Zehen das Rennen bereits in Pelly Crossing beenden und lag im Krankenhaus. Otti begrüßte uns sehr herzlich und wir konnten ihm schon vorzeitig gratulieren. Von den auf dieser Distanz gestarteten 18 Athleten erreichten lediglich 2 das Ziel. Nicole Dörr aus Deutschland war kurz hinter uns und so konnte sich Otti so richtig Zeit lassen und seinen Erfolg genießen. Er erzählte uns von brutalen und harten Momenten, wo auch er an seinem Vorhaben zweifelte und im Gegensatz den unvergesslichen Momenten mit Nordlicht und genialer Landschaft. Er schenkte mir noch einige Riegel und gute Schweizer „Leckerlies“! Vielen Dank Otti! Ich hab´ das Zeug noch dringend gebraucht!

Der Weiterweg nach Pelly Farms zog sich dann auch wie Schweizer Käse doch im letzten Tageslicht erreichten wir die Farm.

Was uns dort erwartete, ist recht schwer zu beschreiben. Wir wurden von den Bradleys vor der Farm erwartet. Mit herzlichen Umarmungen (und das nach so langer Zeit ohne Dusche!) und der Frage: „Was wollt ihr Trinken? Bier oder Wein?“ wurden wir in´s Haus geführt. Der Vorraum mit gestampftem Lehm Boden, vielen Gewehren in einer Ecke und allen möglichen Jagdzubehör, gab uns einen Eindruck, was noch kommen sollte. Ein absolut gemütlicher Wohnraum mit angrenzender Küche, an der Seite aufgehängte Wolfsfelle, zwei Hunde die gemütlich irgendwo rumlagen und ein Hase, der vor uns Eindringlingen das Weite suchte. Das ist Pelly Farm!

Kaum hatten wir uns einen Platz gesucht, bekamen wir schon eine riesige – und zwar wirklich riesige – Portion frisch gemachte Lasagne auf den Tisch gestellt. Dazu ein dunkles „Yukon Beer“, das ziemlich schnell seine Wirkung auf uns alle zeigte. Nach mächtig viel Spaß und natürlich Gesprächen rund um das Leben in den Yukon-Territorien ging's in einen kleinen Nebenraum, wo ein paar Stockbetten auf uns warteten. Mit einigen Helfern und der Familie waren wir so 13 Personen die sich mit den zwei Hunden und dem Hasen um die freien Plätze bewarben. Pünktlich gegen 4 Uhr wurden wir geweckt und mit Pancake, Eiern und Kaffee versorgt. Zum Abschied in den kalten Morgen gab's sogar noch eine Umarmung sowie einen genialen Wrap in Alufolie als „Lunchpaket“.



Endlich ist die Pelly Farm erreicht!

So starteten John, Karl und ich in's ungewisse Hinterland des Yukon, wo uns schon von Beginn des Rennens gesagt wurde, dass es ab hier für uns erst so richtig losginge. Langsam trabten wir Kilometer für Kilometer bergauf. Unsere Wraps mussten schnell gegessen werden, denn bereits nach kurzer Zeit waren sie steinhart gefroren. Ein wunderschönes Morgenrot und schnell steigende Temperaturen zeigten uns ein anderes Problem auf. Der viele Schnee auf den Bäumen legte an Gewicht zu und so krachten neben uns viele Bäume um oder sie versperrten den Weiterweg. So war es oft nur möglich, die Pulka über die Stämme zu heben oder ganz abzuladen und die Einzelteile drüber zu tragen. Es war unmöglich, neben den Trail auszuweichen, denn dort war im hüfttiefen Schnee ein Weiterkommen ausgeschlossen. Mühsam ging es weiter Richtung Norden, immer in der Hoffnung, nicht das Opfer eines fallenden Baumes zu werden. Die Schlagzeile wäre nicht zu überbieten: „Läufer beim Yukon Arctic Ultra von fallendem Baum erschlagen!“ So versuchten wir einfach so weit zu kommen, wie's uns möglich war.

Karl hatte anscheinend die gesamte Strecke auf „Google-Earth“ zu Hause auswendig gelernt, denn er meinte, die Hälfte der Strecke nach Scroggy-Creek, dem einzigen Checkpoint in einem Gebäude auf der gesamten, fast 300 Kilometer langen Strecke nach Dawson, müsse über einen Berggipfel gehen. So marschierten wir in stockdunkler Nacht, bis es irgendwann wieder bergab ging. Wie an fast jedem Tag schaufelten wir unsere Schlafplätze frei und hauten uns auf's Ohr.

Pünktlich um 3 Uhr wieder der gewohnte Kaltstart. Das bedeutete, in den Tiefen des Schlafsackes noch schnell ein paar Schlucke aus der Thermoskanne, raus aus dem warmen Sack und alles schnell zusammengepackt. Das war meist gar nicht so einfach, da bei -30 Grad und weniger das Packen der gesamten, oft steifgefrorenen Schlafutensilien komplizierter ist, als zu Hause angenommen. Zudem war es natürlich immer dunkel, so dass eine konsequente Ordnung und Systematik in der Pulka unabdingbar waren. Einmal falsch oder unbedacht eingeräumt, konnte sich das im Notfall zu einem richtigen Problem auswachsen. Dann wurde Tempo aufgenommen um möglichst schnell wieder warm zu werden. Schnell unterm Gehen ein Riegel gegessen, denn die Frühstückspause gab's erst nach 6 Stunden (meist gab's da ein warmes Travellunch Müsli), dann wieder 6 Stunden bis zur Mittagspause. Die war nur kurz mit einem Riegel oder Gels, also mehr eine Erholung im Sitzen....Dann weitere 6 Stunden bis zum Abendessen das meist wieder aus einem warmen Essen bestand. Den Rest des Tages verbrachten wir dann mit der Suche nach einem geeigneten Schlafplatz. Meist verblieben so lediglich um die 4 Stunden zum Schlafen und zur Regeneration.

Ziemlich früh am Morgen brachten uns einige gewaltige Overflows in mächtige Schwierigkeiten. Teilweise hörten wir das Wasser unter uns gurgeln und wir stocherten vorsichtig den Weg vor uns mit den Skistöcken nach weichen Stellen ab. Meist ging ich in diesen Passagen voraus. Bei einer besonders heiklen Stelle rief ich Karl zu, genau in meiner Spur zu bleiben. Er rutschte jedoch aus, musste kurz an den Rand des Eises und brach mit einem Bein bis zum Knie in eisig kaltes Wasser ein. Jetzt musste er schnell handeln. Also raus aus den Schuhen und den Socken, die natürlich rasend schnell steifgefroren waren. Rein in die Ersatzschuhe...doch er hatte massive Probleme seine Füße zu erwärmen. Er biss auf die Zähne und trabte weiter. Später schlüpfte er in seine Neos, da er seine Zehen nicht mehr spürte. Nur erzählte er uns nichts davon. Nach vielen zähen Stunden in doch recht hohem Tempo erreichten John und ich Scroggy Creek. Karl konnte uns aufgrund der recht unhandlichen Überschuhe nicht mehr folgen, so vereinbarten wir, voraus zu gehen. Wir erreichten den gemütlichen Checkpoint, eine Hütte die aus Holzfaserplatten zusammengebaut ist, wieder erst in der Nacht und freuten uns riesig über die herzliche Begrüßung von Jessica und Mike Simon. Mike lernte ich bereits im vergangenen Jahr am Checkpoint Dog Grave Lake kennen. Er ist vor vielen Jahren aus Deutschland ausgewandert und hat bei seiner Frau Jessica eine neue Heimat am Yukon gefunden. Nach längerem Warten kam auch Karl und er erzählte von seinen Problemen. Glücklicherweise hatte er noch keine ernsthaften Erfrierungen, doch um eventuelle gesundheitliche Schäden zu vermeiden, wollte er noch einen Tag in Scroggy verbringen. John und ich wollten so schnell wie möglich weiter nach Dawson.



Einer von vielen Overflows die zu überwinden waren.

So trennten wir uns wieder gegen 3 Uhr morgens von unseren Supportern und wir wünschten Karl von ganzem Herzen einen guten Weiterweg. Im leichten Schneetreiben ging's in hohem Tempo über verschiedene Seen in die Black Hills. Mike hatte uns bereits vorbereitet, dass diese Strecke aufgrund vieler Berge sehr anstrengend sei. Tja, so war's dann auch. Bittere Kälte machte uns zu schaffen und insbesondere der beschriebene Anstieg auf den Eureka Dome ließ auf sich warten. Unser Ziel war, den Versorgungspunkt am Indian River, der nur aus einem Zelt bestand, wo man heißes Wasser bekam, noch am Abend zu erreichen. Nachdem wir jedoch bei einem wunderschönen Sonnenuntergang und Temperaturen um die – 30 Grad den Gipfel erreichten, war uns klar, dass wir das wohl nicht schaffen würden. Lt. Mike hatte das bis bisher nur der 24-Stunden Weltmeister, Caspar Wakefield geschafft. Also rasteten wir in Ruhe auf dem Gipfel und wühlten uns den Grat durch tiefen, windgepressten Schnee weiter. Kurz nach Einbruch der Dunkelheit erfüllte sich einer meiner Träume noch einmal. Ein wunderschöner Nordlichtbogen zog sich quer über den Nachthimmel! So bleiben wir kurz stehen, machten die Stirnlampe aus und bewunderten auf dieser ausgesetzten und waldlosen Stelle das Schauspiel. Völlig unerwartet schoss eine Sternschnuppe, wie ich sie in dieser Größe noch nie gesehen hatte, durch diesen Bogen und zerbrach in viele Teile. Wir waren beide fassungslos und waren nur noch am Staunen. Erst einige Tage später erfuhren wir vom zeitgleichen Meteoriteneinschlag in Russland...da hatten wir wohl ein Teil davon gesehen! Glücklicherweise über dieses Erlebnis trabten wir bergab und suchten wieder nach einem geeigneten Schlafplatz. Aufgrund des recht tiefen Schnees war jedoch auf die Schnelle kein fester Boden erreichbar und so wurde es eine sehr kurze, unbequeme und recht kalte Nacht. Lediglich versüßt wurde sie durch den Blick aus dem Schlafsack auf das geniale Nordlicht.



Wie sollte ich diese Gefühle jemals erklären, geschweige denn in Worte fassen können? Von dem Gedanken aufzugeben diesmal so weit entfernt wie... wie weit? Eigentlich kam das Aufgeben ab Carmacks einfach nicht mehr in meiner Gedankenwelt vor! Ich war glücklich! Glücklich das alles erleben zu dürfen! Glücklich im Schlafsack zu liegen, das Nordlicht zu sehen, den Schnee und die Kälte zu spüren und nur leicht zu frösteln...wie wahnsinnig und wie deutlich konnte man hier das pure Leben spüren! Genau das...das pure Leben...das ist Glück! Mit etwas Glück konnten wir auch tatsächlich das Ziel in Dawson erreichen.

So machten wir uns um 3 Uhr wieder auf den Weg. Völlig unerwartet stolperte ich nach zwei weiteren Stunden über die Zeltschnüre des Checkpoints Snake Dike. Weder wir, noch Sebastian und Gerard, die Zeltbesatzung, hatten zu dieser Zeit mit unserem Eintreffen gerechnet. Hätten wir es also doch noch geschafft am Vortag das Zelt zu erreichen....oh Mann! Vier Mann und ein Hund mit einem großen Ofen in einem kleinen Zelt...das funktioniert fehlerfrei. Gerard meinte, wenn wir den langen und anstrengenden Anstieg von 30 Meilen auf den höchsten Punkt zwischen Whitehorse und Dawson, den King Salomons Dome, schaffen, würden wir auch die letzten 30 Meilen nach Dawson an einem Tag zurücklegen können. In dem Moment war für John und mich klar, auf ein weiteres Biwak zu verzichten und die gesamte Strecke ohne große Pause zurückzulegen. So verloren wir keine Zeit und machten uns auf die Schlussetappe. Endlos zog sich der Weg zwischen den eingeschneiten Goldminen, doch der „König“ Salomon wollte sich einfach nicht zeigen. Irgendwann war es dann soweit und wir standen ziemlich fassungslos vor einem Berg, der in einiger Entfernung ziemlich hoch in den klaren Himmel ragte.

Von da an brauchten wir tatsächlich noch drei Stunden, um unsere Pulkas nach oben zu ziehen. Einige Overflows kosteten ziemlich viele Nerven und so kamen sogar meine Neos zum Einsatz. Ich wollte einfach kein Risiko mehr eingehen und gesund in Dawson ankommen. Am Gipfel staunten wir im Abendlicht über den Fernblick, wo wir sogar den Mt. Logan in der Ferne erkennen konnten.



Am Gipfel des King Salomon Dome.

Trotz der niedrigen und schnell fallenden Temperaturen packten wir noch einmal unseren Kocher aus und genossen eine schnelle, warme, Mahlzeit in dieser unglaublichen Umgebung. Jetzt nur noch bergab...dachten wir...doch der Grat zog sich endlos und mit vielen Auf- und Abstiegen. Dem klaren Tag folgte eine noch klarere Nacht und ein Schauspiel, dass ich wohl nie vergessen werde. Mit Einbruch der Dunkelheit setzte ein Nordlicht ein, dass an Intensität selbst die Einheimischen begeisterte. Der ganze Himmel zuckte in grünen Farben und später gesellte sich sogar noch das ein oder andere orange Lichtband dazu.

Ich bekam ein richtiges Koordinationsproblem, möglichst schnell bergab – ja, es ging tatsächlich bergab – zu laufen und trotzdem den Blick auf den Himmel beizubehalten. Es war einfach zu schön! Plötzlich sahen wir am Rand des Trails Stone schlafen. Obwohl er zeitweise fast einen Tag Vorsprung vor uns hatte, konnten wir ihn überholen. Wir fragten uns, wie weit wohl Tommy Chen, der Taiwanese und John, ein Engländer vor uns lagen...egal...einfach nur in's Ziel kommen. Es konnte ja nicht mehr weit sein! Wie hatten wir uns getäuscht! Es war die kälteste Nacht des Rennens und ich hatte so ziemlich alle Jacken an, die ich von Haglöfs bekommen hatte. Tatsächlich kamen irgendwann Lichter in Sicht. Das musste doch einfach Dawson sein! Irgendwann waren auch diese Lichter nicht mehr zu sehen. So ging es einige Male und wir zweifelten an unserem Plan, noch in der Nacht das Ziel zu erreichen. Plötzlich war klar und deutlich eine Straße zu sehen...juhu...endlich geschafft! Erste Häuser, ein kleines Hotel...und der Weg bog wieder in den Wald ab. Verzweiflung machte sich breit. Doch nach einer weiteren Stunde (e i n e r S t u n d e !!!!!) kam die Tourist Info von Dawson in Sicht. Alexandra und Mathias standen bereits vor der Tür und nahmen uns in Empfang. Lucy, die stets gut gelaunte Engländerin, überreichte uns in Vertretung von Robert, der krank in Whitehorse lag, unsere Medaillen.



Glücklich am Ziel angekommen !

Ich war überglücklich „da“ zu sein. Das Ziel erreicht zu haben! Dass die Strapazen, die Plagerei, das Geziehe der Pulka, Kälte, Schnee und Eis, Overflows ohne Ende ein Ende gefunden hatten. Besonders jedoch der Sieg über die Unmengen „innerer Schweinehunde“ und die Selbstzweifel auf den ersten Streckenabschnitten, dieser Sieg mache mich stolz und überglücklich.

Mathias stellte lediglich den Verlust von 10 kg Körpergewicht, insbesondere Muskelmasse, fest, ansonsten war alles in bester Ordnung, John ging´s ähnlich...also alles perfekt! Der Anblick im Spiegel war zwar ein Schreck, doch die nunmehr endgültigen 725 Kilometer sind einfach nicht kürzer. 10 Tage und 16 Stunden war ich unterwegs und konnte so zusammen mit meinem australischen Kumpel den 5. Platz bei den Läufern belegen. Zu Platz 3 fehlten uns lediglich 2,30 Stunden. Von 29 Startern kamen lediglich 12 Teilnehmer in´s Ziel.

Warum ein Biber nicht friert? Das war mir schon vor der Zeit am Yukon klar, nur noch nicht so deutlich. Er und sein Organismus sind perfekt auf die Umgebung und die Bedingungen eingestellt. Wir Läufer können uns lediglich durch Ausrüstung (vielen Dank an Haglöfs für die wirklich hervorragende Ausrüstung) auf den arktischen Winter einstellen. Alles andere müssen wir mental bewältigen. Zu dieser richtigen Einstellung habe ich fast 300 Kilometer benötigt. Das war eine Qual, die ich zum Teil nicht mehr erleben möchte.

Die restlichen 425 Kilometer waren die Erfüllung eines Traumes. Vielen Dank an alle die mir geholfen haben, dass ich dies erleben durfte. Insbesondere meiner Familie, die oft auf mich verzichten musste.