

## 03. Juni 2016 Nachschicht

Bevor es in knapp zwei Wochen an der Zugspitze losgeht, möchte ich nochmal kurz einen aktuellen Stand abgeben. Nach dem „Zweitältersteig“ im Schwarzwald, hatten wir einige Mängel lokalisiert. Materiell und physisch musste an einigen Punkten gearbeitet werden.

Gerade was das Körperliche betrifft, denke ich zumindest, konnten wir nur eine Art Schadensbegrenzung betreiben und das Beste aus unserer derzeitigen Situation machen. Zwar versuchten wir, jeder für sich, so viel als möglich, Kilometer und Höhenmeter noch zu schrappen. Doch auch hier war alles körperlich und zeitlich begrenzt.

Psychisch – Wer nicht an sich selbst glaubt und aber wiederrum nicht den Mut hat, sich mit dem Versagen auseinanderzusetzen, sollte erst gar nicht bei solch einer Herausforderung an den Start gehen.

Am 03.06.2016 legten wir dann nochmal eine Nachschicht ein, laufen in der Dunkelheit stand auf unserem Trainingsprogramm. Machte mich Freitagabend mit dem Zug auf den Weg an den Rhein nach Biebesheim. Wählte den Zug, da mir das Risiko zu groß war, am nächsten Tag nach einer durchlaufenen Nacht bei der Heimfahrt am Steuer einzuschlafen. Kurz vor 20:00 Uhr war ich dann auch angekommen und wir machten uns gleich auf den Weg Richtung Bergstraße.

Ohne lang um die derzeitige Situation herum zu schreiben, es ist alles nicht so gekommen, und auch im wahrsten Sinn des Wortes gelaufen, wie wir uns Beide das vorgestellt haben. Hoffe, Michael hat Recht mit dem, dass eine Generalprobe schiefgehen muss, um ein Gelingen der Tortur zu gewährleisten.

Nach der langen Vorbereitung und auch mit dem Bewusstsein, dass es an der Zugspitze kein Spaziergang wird, ist uns klar: Wir werden nicht auf Sieg laufen, sondern ein strategisches Rennen planen müssen. Nur mit einem spitzen Bleistift gerechnet, wird die Rechnung für uns aufgehen! In der Hoffnung, dass alle Unbekannten wie, Gesundheit, Wetter und Tagesform, für uns positiv beim Ultratrail am Samstag, den 18.06.2016 ausfallen, werden wir das gesteckte Ziel, in Grainau nach 100 km zu finishen, auch erreichen.

*„Wenn mein Kopf es sich ausdenken kann,  
wenn mein Herz dran glauben kann,  
dann kann ich es auch erreichen!“*

*Muhammed Ali*

Bis bald - Euer Roku

