

UPDATE 2023

Nach dem ich im März in der Skitourenleiter/-innen-Ausbildung die Innenbänder am Knie angerissen habe musste ich für längere Zeit einen Trainingsstopp einlegen.

Im Juni begann ich mit Wanderungen und leichtem Lauftraining. Für die geplanten Rennen reichte meine Fitness bei weitem nicht.

Mitte Juli startete ich am Eiger Ultra Trail in der E35 mit der Idee, diese nur bis zum Eigergletscher zu laufen und auf die lange Strecke nach unten bis Grindelwald zu verzichten. Da ich keine Schmerzen hatte und mich auch beim Abstieg recht sicher fühlte, lief ich das Rennen zu Ende.

Den Trail du Besso wollte ich wie geplant laufen entschied mich aber kurz vorher ebenfalls für die kurze Strecke. Nicht nur der Unfall auch das hohe Arbeitspensum schränkten die Trainingszeit ein. Auf der 26k Strecke fühlte ich mich wohl und ich konnte in meiner Kategorie auf den 2. Rang laufen. Darüber freute ich mich sehr.

Zuversichtlich meldete ich mich für den Wildstrubellauf an. Dort sollte es zum ersten Mal wieder auf eine 50iger Strecke gehen. Da ich die Routenführung gut kannte, wusste ich auch, dass die Abstiege machbar waren. Das Rennen beendete ich mit einer für mich guten Zeit und einem 7. Platz in der Alterskategorie.

Das Jahr schliesse ich mit dem Gantrichtrail im November, welches bereits Training für die Patrouille des glaciers 2024 sein wird.

