

WO DIE LAUFGÖTTER URLAUB MACHEN

ETAPPENRENNEN AUF ZYPERN BEI DEUTSCHEN BESONDERS
BELIEBT – 9. INTERNATIONAL CYPRUS 4 DAYS CHALLENGE

TEXT UND FOTOS VON MICHAEL SCHARDT

Zypern ist ein geteiltes Land und Nikosia eine geteilte Hauptstadt. Das ist seit nunmehr 40 Jahren so, ein nationales Schicksal, das wir Deutsche nur zu gut kennen. Es war 1974, als die Türkei den nördlichen Teil der drittgrößten Mittelmeerinsel besetzte und einen tiefen Längsschnitt durch die Insel machte. Die Hoffnungen auf eine Wiedervereinigung wurden mehrfach geweckt, doch scheiterten bisher alle Bemühungen.

Bis 1960 war Zypern eine von den Briten besetzte Insel, weshalb noch heute dort Linksverkehr herrscht. Die Briten sind es auch, die heute noch zwei Basislager auf Zypern betreiben und die Pufferzone zwischen den verfeindeten Inselteilen sichern. Das war 1960 Bedingung gewesen für die Entlassung in die Unabhängigkeit, aber als frühere Kolonialmacht fühlen sich die Briten auch weiterhin verpflichtet, für Ruhe im Inselreich zu sorgen. Ob im fünften Jahrzehnt der Teilung, genau wie in Deutschland, die Grenzen fallen, scheint fraglicher denn je.

Der deutsche Extremsportler und CONDITION-Mitarbeiter Stefan Schlett war 2012 auf Zypern, um an einem vier Tage dauernden Etappenrennen teilzunehmen, das schon seit 2005 in der Nähe der Unesco-Weltkulturerbestadt Paphos ausgerichtet wird. Seinerzeit blieb er noch einige Tage länger, um das Troodosgebirge zu erkunden, das im südlichen, griechischen Teil liegt. Auch 2013 war er wieder Gast bei der „Challenge“, wie der Wettbewerb unter den Teilnehmern respektvoll genannt wird, nur dass er diesmal die Anschlussstage für die Erkundung des türkischen Teils nutzen möchte – ein besonderes Abenteuer im Südosten Europas. Das sei, so



DIE INSEL ZYPERN WIRD ALS LAUF- ELDORADO FÜR SONNENENTWÖHNTE DEUTSCHE IMMER ATTRAKTIVER.

Schlett, eine der unbekanntesten und irgendwie auch exotischsten Regionen der Erde. Diese Einschätzung kann man teilen, denn den türkischen Teil von Zypern besucht man in der Regel nicht, schon allein deshalb, weil die Grenzformalitäten alles andere als komfortabel sind. Als sich der Tross der „Challenge“-Läufer nach und nach auf den Weg zum Flughafen macht, packt Schlett ein paar notwendige Utensilien ein, mietet sich ein Moped und weiß überhaupt nicht, was ihn bei seinem spontanen und ungeplanten Tripp erwarten wird. Während Südzypern zur Eurozone gehört, gilt dies für den türkischen Nordteil nicht.

15 % DER TEILNEHMER KOM- MEN AUS DEUTSCHLAND

Schlett war es auch, der die „Challenge“ in Deutschland durch einen Erstbericht 2012 einer größeren Läufercharakter bekannt gemacht hat. Einen Insiderkreis gab es schon vorher, der sich um den Laufreiseveranstalter Wolfgang Hoffmann gruppierte, der selbst schon 7 x bei der Challenge dabei war und seit Anbeginn ein Reisepaket für deutsche Läufer schnürte. So war es Standard, dass 10-15 % der bis zu 300 Läufer unter der schwarz-rot-goldenen Flagge startete. Nicht wenige davon war Zypern als Laufland keinesfalls unbekannt, denn zwei weitere, deutlich ältere Wettbewerbe, finden hier seit zwanzig Jahren statt, die gleichfalls bei deutschen Laufreiseveranstaltern im Programm sind: der Marathon Anfang Mai und der Halbmarathon Ende November. Alle drei Rennen werden in oder um Paphos durchge-

führt, eine stark touristisch geprägt Stadt von knapp 40.000 Einwohnern, die 2017 zur Kulturhauptstadt Europas gekürt wird und dann sicher einen noch größeren Boom erleben wird.

GRÜNDER DER „INTERNATIO- NAL CYPRUS 4 DAYS CHALLENGE“ WAR DER BRITTE MIKE GRATTON

Der Erfinder der „International Cyprus 4 days Challenge“ ist, wie könnte es auf der ehemals britischen Insel anders sein, ein Engländer, ein ganz besonderer allerdings: Mike Gratton. Gratton war in jungen Jahren in seiner Heimatstadt London ein recht guter Bahnläufer, doch es passierte ein folgenreicher Unfall. Ein Gabelstapler fuhr über ihn hinweg. Die Diagnose war niederschmetternd und die Therapie schwierig. Doch Gratton kämpfte, machte gute Fortschritte und wurde wieder komplett gesund. Auf die Bahn kehrte er nicht zurück, aber nach einer Pause entdeckte er den Straßenlauf für sich. Nach einigen kleinen Erfolgen bei kürzeren Strecken fand er im Marathonlauf seine Leidenschaft. Er wurde Sieger der Commonwealth-Spiele und belegte beim noch frischen London-Marathon in 2:12 h den dritten Platz. 1983 schließlich konnte er noch einen draufsetzen und mit der persönlichen Bestzeit von 2:09:14 h den London Marathon gewinnen, sein größter Erfolg. Mit der Zeit, die augenblicklich kein deutscher Läufer auch nur annähernd erreichen kann, steht er auf der ewigen britischen Bestenliste auf Platz 13. Die PB findet sich auch im Namen seiner später gegründeten Firma „2:09 Events“ wieder, die sich auf die



Die Teilnehmer mussten überwiegend auf sandigem Untergrund laufen.

Durchführung von Laufveranstaltungen und -reisen spezialisiert hat. So gründete er u. a. den Traillauf auf Lanzarote und eben auch die Cyprus-Challenge.

Challenge ist etwas für geübte Laufsportler

Die Challenge ist vom sportlichen Anspruch her nicht geeignet für wenig geübte Gesundheitsläufer oder Hobbyjogger. Man sollte sich schon in einem gut trainierten Zustand befinden, denn insbesondere die zweite und dritte Etappe bietet ein anspruchsvolles Profil und schwierigen Untergrund. Noch recht locker gestaltet sich der erste Tag, der sich bestens zum Einlaufen eignet. Gleich hinter dem Athletenhotel Coral Beach Resort, 10 km nördlich von Paphos gelegen, wird ein Zeitlauf über 6 km gestartet, der fast vollständig auf Asphalt und in Meeresnähe durch Bananenplantagen in ein Nachbardorf verläuft, von wo die Akteure mit Shuttlebus zurückgebracht werden. Alle 10 s werden die Läufer in alphabetischer Reihenfolge losgeschickt, ähnlich den Zeitfahren bei der Tour de France. Ohne einen gemeinsamen Start weiß natürlich niemand, wo man im Feld platziert wäre. Die ungewohnte Situation, nicht gegen Gegner, sondern rein gegen die Uhr zu laufen, baut bei einigen Läufern hohen Druck auf. Folge: zu hohe Anfangsgeschwindigkeit und fehlender Laufrhythmus.

Am zweiten Tag geht es hinauf ins Atamasgebirge

Der zweite Tag wird auf Meereshöhe gestartet und führt über 11 km bis auf 600 m Höhe ins Atamasgebirge hinauf. Teilweise hat die Strecke mehr als 10 % Steigung, punktet aber als eindrucksvolle Landschaftsstrecke mit zum Teil dramatischen Wechseln der Naturszenerie. Ziel ist der Kirchplatz eines wunderschön gelegenen, pittoresken Bergdorfs. Die Laufstrecke ist steinig und uneben und so schwierig, dass ein Läufer, der für 11 km

normalerweise 40 min braucht, locker 20 min draufpacken kann. Das schönste, aber auch längste Teilstück wartet am dritten Tag auf die internationale Läuferfamilie: ein Trail-Halbmarathon, der an einem idyllisch gelegenen Waldrastplatz auf 300 m Höhe gestartet wird, und bis auf 600 m Höhe führt. Bei km 10 hat man den Höhepunkt erreicht. Die letzten 11 km führen auf steilen und gerölligen Wegen hinab bis auf Meereshöhe. Stürze sind hier keine Seltenheit, denn es ist höchste Konzentration gefordert, besonders zwischen km 13 und 15. Lohn der Mühen ist die Möglichkeit, in dem noch warmen Meer ein Bad nehmen zu können. Den Abschluss der Challenge bildet ein vermessener Zehner in Paphos, eine Art Citylauf, der als Wendepunktstrecke direkt am Meer konzipiert wurde und recht schnell ist, wenn denn die Oberschenkel vom vortägigen Bergablaufen nicht zu sehr schmerzen. Neben den Tourläufern können hier ausnahmsweise auch Tagesläufer mitmachen, was vor allem von den Begleitungen der Challenge-Teilnehmer genutzt wird.

GESAMTSIEGER KOMMEN AUS GROSSBRITANNIEN

Sportlich gesehen, verliefen die Rennen etwas einseitig, denn jeweils vier Tagessieger fuhren Ben Levesey und Issy

Menzies, beide aus England, ein. Mit 2:58 h lief Levesey die zweitschnellste je gelaufene Zeit. Schneller war bisher nur der Niederländer Michael Butter, der dem niederländischen Nationalteam angehört und 2011 2:54 h benötigte. Levesey war insbesondere auf den flachen Etappen nicht zu schlagen. Den Zehner in Paphos lief er trotz der Anstrengungen zuvor in 31:03 min. Er hat eine Bestzeit von unter 30 min. Issy Menzies lief am Schlußtag knapp unter 40 min und brauchte insgesamt 3:32 h. Den Streckenrekord hält seit 2010 Annabell Levenes in 3:20 h.

Insgesamt liefen 169 Tourläufer aus 16 Ländern mit, wovon 154 ins Ziel kamen.



Zypern blüht auch im November. Der Bergläufer hat kurz vor dem Ziel ob der Anstrengungen keinen Blick mehr dafür übrig.



An der Spitze des Feldes schenken sich die ambitionierten Läufer nichts.