## "Eine Achterbahnfahrt der Gefühle"

Leichtathletik: Iris Klingbeil feiert mit drei "Trödeltrupps" der DJK Gütersloh ihre erfolgreiche Zielankunft beim Transalpine-Run. Die 45-Jährige lief in acht Tagen über 273 Kilometer von Deutschland nach Italien

Von Wolfgang Temme

Gütersloh. Emotionaler hätte das Finale für Iris Klingbeil nicht sein können: Nach acht Etappen über die Alpen in acht Tagen, einer unglaublichen Schinderei über rund 273 Kilometer mit 16.000 Höhenmetern rauf und 14.000 runter, schien die 45-Jährige von der DJK Gütersloh einsam und allein ins Ziel des Transalpine-Run in Sulden (Südtirol) laufen zu müssen. Doch hinter dem letzten Bogen standen plötzlich ihre Jungs vom "Trödeltrupp", bildeten ein Spalier und ließen sie über die letzten Meter fliegen. Im Video hielt der Veranstalter des zum 15. Mal veranstalteten Events fest, wie sich die sieben Finisher der DJK Gütersloh anschließend in den Armen lagen und ihren Erfolg feierten. "Wir haben alle geheult", bekommt Iris Klingbeil immer noch ein Flattern in der Stimme, wenn sie sich an diesen Moment vom vergangenen Samstag erinnert.

Acht Tage vorher war sie in Oberstdorf zusammen mit Ulrike Rannacher und drei Männerteams der DJK Gütersloh als "Trödeltrupp 4" zu diesem sportlichen Abenteuer aufgebrochen. "Es war das Verrückteste, was ich je gemacht habe", sagt Iris Klingbeil rückblickend. In Zweierteams galt es, die Alpen von Nord nach Süd, von Deutschland über Österreich und die Schweiz bis nach Italien zu überqueren – auf Wegen, und Pfaden, über unwegsames Klettergelände und Hochgebirgspässe. Die Etappen waren bis zu 46 Kilometer lang, es ging täglich auf bis über 2.700 Meter hinauf und wieder hinunter. Das Wetter meinte es oft gut mit den 600 Teilnehmern, aber zwischendurch gab es auch Regen und Schneefall, und am Ende musste die Route wegen des "Wintereinbruchs" sogar abge-

## »Die Trödeltruppe hat das Lasso um mich geworfen«

Dass Iris Klingbeil, an so einem Ultratrail teilnimmt, wäre noch vor sechs Jahren undenkbar gewesen. Nach 20 Jahren als Volleyballerin und der Geburt von zwei Kindern meldete sich die in Ummeln wohnende Frau beim Vorbereitungskurs zur Isselhorster Nacht an. "Ich habe immer gesagt: Laufen liegt mir nicht", erinnert sie sich an die Anfänge. In kleinen Schritten ging es vorwärts, und irgendwann war die gelernte Reiseverkehrsfrau vom Virus befallen. "Und dann hat die Trödeltruppe von der DJK Gütersloh das Lasso um mich geworfen", lacht sie. Den Namen gab sich die Gruppe der Ultraläufer nicht etwa wegen ihres Lauftempos, sondern wegen der notorischen Trödelei bei Verabredungen zu Trainingsterminen.

2018 sammelte Iris Klingbeil Trail-Erfahrungen an der Zugspitze und am Großglockner, 2019 absolvierte sie nach dem Hermannslauf noch den Keufelskopf-Trail im Bergischen Land und den Pyrmont



fer der DJK Gütersloh, jubelten, als sie in Sulden nach dem spektakulären Alpentrail ihre Medaillen überreicht bekommen hatten.

Marathon. Aber eine solche mehrtägige Herausforderung wie den TAR, wie der Transalpine-Run in der Szene abgekürzt wird, hatte sie nicht mal annähernd gewagt. Dementsprechend umfangreich verlief die Vorbereitung. Die letzten Monate standen sechs Trainingsläufe pro Woche an, häufig über drei, vier oder fünf Stunden. "Das war schon ein Brett", stöhnt die als Redakteurin für E-Learning bei einem Software-Entwickler in Brackwede tätige Frau auch noch nachträglich. "Familienleben war nicht möglich", dankt sie vor allem ihrem Ehemann Henning, früher Leichtathlet bei der LAG Gütersloh, für die Rückendeckung.

Und dann schien es, als sei der ganze Aufwand ganz früh für die Katz gewesen. Auf der ersten Etappe von Oberstdorf nach Lech über 39,4 Kilometer trafen Iris Klingbeil und Ulrike Rannacher neun Minuten nach der offiziellen Cutoff-Zeit an der zweiten Verpflegungsund Kontrollstation ein - laut Reglement hätte das den Ausschluss aus dem Wettbewerb bedeutet. Der Veranstalter bemerkte dann aber einen Fehler bei der Streckenvermessung, setzte das Zeitlimit um 45 Minuten hoch, und die beiden DJK-Läuferinnen (und einige weitere Teilnehmer) blieben im Ren-

Zusammen bewältigten sie drei weitere schwere Etappen und am fünften Tag auch den "Bergsprint" in Samnaun über 7,8 Kilometer auf die Alp Trider (2.500 m). Für Ulrike Rannacher war der TAR danach aber beendet. Die 52-Jährige, Mutter der Gütersloher Top-Läuferin Michelle Rannacher, hatte sich schon Tage zuvor einen Infekt eingefangen und sich tapfer

über die Runden gequält. Am Mittwoch aber stieg das Fieber an, so dass sogar eine ärztliche Behandlung im Krankenhaus notwendig wurde.

Da sie aus Sicherheitsgründen nicht allein auf die weiteren Etappen gehen durfte, schloss sich Iris Klingbeil beim morgendlichen Einchecken dem Trödeltrupp 3 an, den Güterslohern Arthur Podkocki und Michael Riewe. Ausgestattet mit der vorgeschrieben Notfallausrüstung lief sie aber weitgehend allein. "Man ist dann auch mit seinen Gedanken allein und fühlt sich etwas einsam", beschreibt die 45-Jährige den Wechsel im Erleben.

## »Damit haben sie mir ein tolles Geschenk gemacht«

Geplagt von einer Achillessehnenentzündung sowie Knieschmerzen und genervt von einer schlechten Nacht in einer Jugendherberge wollte sie zur 7. Etappe von Scuol nach Prad am Stilfserjoch (44,9 km) nicht mehr antreten: "Ich fühlte mich erkältet und dachte, ich hätte Fieber." Routinier Klaus Matthee und die anderen DJK-Teamkollegen bauten sie wieder auf. Als sie erstmal die Laufschuhe angezogen und die ersten Kilometer locker absolviert hatte, stellte sie fest: Es geht. "Ich bin Klaus sehr dankbar, dass er mich überredet hat", sagt Iris Klingbeil. So kam sie in den "Genuss", bei Schneefall durch die Felswände und Tunnels der spektakulären Uina-Schlucht über die Grenze nach Italien zu laufen.

Die Schlussetappe, die in einer gewaltigen Tour unterhalb des Ortlers vorbei zur Tabaretta-Scharte (2.886 m) führen sollte, musste wegen der zu tief verschneiten Strecke entschärft und auf 25,8 Kilometer verkürzt werden. Den sieben Güterslohern kam das entgegen, denn sie liefen fast alle längst am Limit. Und sie beweisen in dieser Situation, dass ihnen Teamgeist wichtiger ist als persönlicher Ehrgeiz. Die drei männlichen "Trödeltrupps" begleiteten Iris Klingbeil auf dem gesamten fast sieben Stunden langen Weg bis sie auf den letzten Bergabkurven plötzlich verschwunden waren, um sie im Ziel mit der kleinen Empfangschoreographie zu überraschen. "Damit haben sie mir ein tolles Geschenk gemacht", bedankt sich die Läuferin und schwärmt von einer "wahnsinnig tollen Gemeinschaft".

Dass sie mit ihrer Gesamtzeit von 60 Stunden, 46 Minuten und 48 Sekunden "nur" den vorletzten Platz in der Rangliste der 46 Einzelfinisher belegte, stört sie überhaupt nicht. "Für mich war wichtig, die Cutoff-Zeiten zu schaffen, im Ziel anzukommen und die Medaille zu kriegen." Sie dachte im Ziel auch an ihre kranke Teampartnerin Ulrike Rannacher: "Die hätte das locker gepackt."

Jetzt will sich Iris Klingbeil "erstmal ausruhen". Läuferische Pläne verfolgt sie in diesem Jahr nicht mehr: "Mein nächstes Ziel ist der Hermann 2020. "Will sie den Transalpine-Run irgendwann noch einmal in Angriff nehmen? "Das weiß ich nicht", sagt sie und fasst das Event noch einmal kurz zusammen: "Es war eine Achterbahnfahrt der Gefühle."

## Thomas Schöning: "Das war emotionaler Wahnsinn"

- Schnellstes DJK-Team war der "Trödeltrupp 1" mit dem Friedrichsdorfer Klaus Matthee (50) und dem Clarholzer Thomas den belegten sie Rang 16 in der mit 34 Teams besetzten Klasse "Senior Master Men".
- Schöning war begeistert: "Das war emotionaler Wahnsinn, dieser Lauf ist der Hammer." Er dachte trotz eines geschwollenen Fußes nie an Aufgabe ("Ich wäre notfalls auf allen Vieren über die Ziellinie gekrochen"), war nach der Tortur aber dennoch fest entschlossen: "Ich werde es nicht noch mal machen."
- Dass das siegreiche Team, die
- Schweizer Brüder Martin und Stefan Lustenberger, mit 28:38 Stunden rund 20 Stunden schneller waren, beeindruckte Schöning (56). Mit 48:01 Stunden vor allem mit den Bergabpassagen hadernden Clarholzer: "Die knallen da so runter, das ist verrückt."
  - Stolz auf ihre Leistungen konnten auch die anderen Gütersloher sein. Herman Hidajat (44) und der mehrfach gestürzte Andreas Klinkenberg (49) finishten als "Trödeltrupp 2" nach 50:19 Stunden. Der von Fußschmerzen geplagte Arthur Podkocki (37) und Michael Riewe (44) benötigten als "Trödeltrupp 3" 51:34 Stunden.