



Heimspiel

Wer öfters nicht nur aus Fussball-, sondern aus Leichtathletikinteresse seine Augen auf die Flimmerkiste richtet, kennt sicherlich die Minuziosität als auch Akribik der hiesigen Kampfrichter_innen, wenn es darum geht, einen Laufbewerb objektiv gerecht zu gestalten. Mit höchster Genauigkeit werden jeweils beispielsweise Windmessungen durchgeführt, um Rückenkraftbegünstigungen möglichst auszuschliessen. 2m/s, der ominöse Wert, der diese Egalität garantieren soll, alles darüber gilt – seemännisch ausgedrückt – sowohl aus Bug- wie aus Heckrichtung als ungültig. Es wird also nicht wie vergleichsweise beim Skispringen eine relative Punktwertung zum Ausgleich von Windvorteilen bzw. -einschränkungen konstruiert, das Rennen wird gelaufen, die Zeit bleibt dieselbe, nur zählt es nicht für irgendwelche Bestenlisten.

Die meteorologischen Rahmenbedingungen für den 32. Lueglauf in Heimiswil hätten wohl in Anbetracht obig geschilderter Tatsachen manchem/mancher Stadionleichtathleten_in einen kalten Schauer auf den Rücken beschert. Wie bereits beim GurtenClassic vor Wochenfrist zeigte sich das Wetter von seiner stürmischen Seite – ja gar noch deutlich garstiger als beim Lauf in Wabern. Die Böenspitzen sollten den geforderten Maximalwert für die Bahnbewerbe der Stationleichtathletik um ein Zehnfaches übersteigen – gut, ist bei den pragmatischer ausgerichteten Bergläufen mit keiner solchen Regelung zu rechnen. Trotzdem würde wohl durch die nach maximaler Entropie strebende Thermodynamik den Läuferinnen und Läufern das Leben auf den 8.3km mit 400 uphill- und 150



*Bereits nach rund 500m beim Anstieg zur Kirche konnte ich mich von der Verfolgergruppe lösen
(Bild: Patrick Lehmann)*

downhill-Höhenmeter so knifflig wie möglich gestalten. Einem navigativen Plus konnten sich die Wettkämpfenden aber sicher sein: da die Strecke mehrheitlich in Richtung des Morgenlandes führte, würde der Westwind einem in aller Regel eine unterstützende physikalische Grösse darstellen – wenigen Gegenwindpassagen sollten sich aber als echte Knacknuss erweisen...

Im Vorjahr konnte ich an gleicher Stätte mir den Tagessieg wie auch den Streckenrekord sichern, gleiches war auch in diesem Jahr das Ziel. Die Konkurrenz war sicherlich vorhanden, in aller Regel sollte ich aber die am Start stehenden Läufer im Griff haben. Da war beispielsweise Trail-Schweizermeister und -WM-Teilnehmer Urs Jenzer – wie jedes Jahr – am Lueglauf dabei, der Viertklassierte beim Hauptlauf am Gurten eine Woche zuvor – Daniel Fässler – sowie Triathlet Michael Lobsiger aus Burgdorf.

Der unvergleichliche Charme ist es, welche mich jedes Jahr wieder nach Heimiswil führt – und dieser Charme präsentiert sich sogleich beim Start. Das durchgehend aus seinen Lautsprecher Ländlermusik ertönen lassende Spitzenfahrzeug gibt's wohl sonst nirgends, auch selten sieht man, dass die Läufer 10s vor dem Start noch plaudernd herumstehen. Wohl unter anderem dieser Atmosphäre ist dann auch der schnelle Start geschuldet. Bereits auf der ersten Gerade sowie dem anschliessenden Aufstieg hoch zur Kirche Heimiswil konnte ich mich vom restlichen

Feld lösen. Ich schlug eine sehr hohe Pace an und preschte den ersten Abhang zurück zum Start hinunter. Nun ging's auf die eigentliche Startrunde: nach einem Kilometer passierte ich die Sprintwertung als Erster. Dieses Jahr hatte wohl niemand den Anspruch, alleinig auf den Sprint zu setzen. Die erste knackige Steigung war überwunden, doch würde man erstens die Höhe gleich wieder verlieren – kehrte man doch wiederum zum Ausgangspunkt des Rennens zurück – und zweitens bliess einem nun auf offenen Feld erstmals – auf rückkehrendem Wege – ein strammer Wind entgegen. Ich versuchte, mich nicht verunsichern zu lassen und zog weiter mein Ding durch. Mit hohem Tempo schoss ich bei der Startlinie vorbei und begab mich auf den eigentlichen Aufstieg hoch zur Lueg (KM 2).

Das am Strassenrand – trotz widrigen Wetterbedingungen – von Zuschauern gesäumte Heimiswil liess ich nun hinter mir, folgte immerzu dem munter tönenden, vierrädrigen Musikkabinett, vorerst eine nur minim ansteigende Strasse hinterher. Hier konnte ich – obwohl von der (zu) schnellen Startrunde etwas durchgeschüttelt – ein gutes Tempo beibehalten. Ein kurzer Abhang führte kurz nach KM 3 führte zum ersten, steileren Abschnitt auf dem Weg zur Lueg. Bei einem Hofwyler um KM 4 folgte das Frontfahrzeug weiter der asphaltierten Strasse, ich und das restliche Hauptfeld bog auf Kies ab, um eine kleine Zusatzschleife zu drehen.



Das zweite Mal bei der Kirche, die Startrunde ist absolviert (Bild: Patrick Lehmann)



Der letzte Abhang wird in Angriff genommen (Bild: Patrick Lehmann)

In diesem vom Gegenwind weitestgehend verschonten Abschnitt hatte ich bereits einen beachtlichen Vorsprung herausgelaufen, er musste etwa eine Minute auf dem Zweitplatzierten betragen, dachte ich mir. Ich zog hier aber eine erste gröbere Krise ein, konnte im coupierten Gelände bei den jeweils kurzen, rhythmusbrechenden Abhängen nicht voll beschleunigen.

KM 5 war nun passiert, der coupierte Kiesweg führte wiederum in eine steil ansteigende, zuerst asphaltierte, in der Folge aber kiesige und rutschige Rampe. Hier fühlte ich mich wieder wohler, ich probierte jeweils kräftig abzudrücken. Nun orientierte sich der Parcours auf dieser Zusatzschleife – hinführend zu KM 6 – gen Westen und sofort spürte man die sich einem entgegengesetzten Luftmassen. Obwohl sich der Parcours – nun auf einem matschigen Naturweg – wieder horizontal ausrichtete, war eine Forcierung des Tempos kaum möglich. Auf den nun folgenden, kurvigmäandrierenden Serpentinaen wechselte die Kursausrichtung und damit die Orientierung zum Wind

alle paar Sekunden. Einmal spürte man durch die Rückenabdeckung des Luftstroms kaum Widerstand, einmal wählte man sich im Windkanal gegen die Turbine ankämpfend. So wurde der letzte, steil ansteigende Serpentinabschnitt zur Qual, bevor es in den windgeschützten Wald ging.

KM 7: einige Zuschauer säumten den Weg, der nun – nach wie vor ansteigend – entgültig in Richtung des Ziels einschlug. Der letzte Abhang folgte sogleich. Angefeuert von den Schaulustigen warf ich mein volles Körpergewicht ins Gefälle, schluckte die kleinen



Die letzte Rampe hoch zum Ziel (Bild: Marco Malnati)

Gegensteigungen ohne grosse Probleme und begab mich auf den finalen Anstieg hoch zum Ziel. Der Blick auf die Uhr liess bereits hier eine schnelle Zeit vermuten – trotz des Wetters. Bei 31:02min



Das Siegerpodest, die Ränge 1 und 2 (Bild: Marco Malnati)

überquerte ich schliesslich die Ziellinie, gewaltige 50s schneller als im Vorjahr! Streckenrekord!

Als Zweiter überquerte Michael Lobsiger mit knapp 2min Rückstand die Ziellinie, Martin Zürcher folgte eine weitere halbe Minute später als Drittklassierter.

Die Formkurve scheint nun also nach Gantrisch und Gurten auch auf der Lueg weiter nach oben zu schnellen. Die Escalade in Genf kann kommen, ich bin bereit!

Links Lueglauf (12. November 2017):

[Veranstalter](#)

[Rangliste](#)

[GPS Movescount](#)

[GPS Strava](#)

Links Escalade (2. Dezember 2017):

[Veranstalter](#)

[Startliste](#)