

Ultraks ACTIVE Zermatt 2020 (DE)

«Ein neues Erlebnis voller Intensität» verspricht der Veranstalter auf der Website des Matterhorn Ultraks. Und jeder Meter gelaufenen Trails wird diesem Versprechen gerecht! So ist jede Strecke beim Ultraks einzigartig und es gibt für jeden Typ ein passendes Rennen. «MOUNTAIN» und «SKY» sind die langen, klassischen Trailbewerbe, der «VERTICAL» fordert kurze Belastungsbereitschaft im höchsten Intensitätsbereich, der «EXTREME» ist die äusserst technische Ausdauer-Challenge für geübte Alpinisten – und dann gibt es eben noch den «ACTIVE», an welchem ich mich an diesem Wochenende versuchen durfte. Die Strecke des 19km langen Mitteldistanz-Trails ist äusserst abwechslungsreich. Nach einem kurzen und schnellen Startkilometer durch die Strassen Zermatts biegt man ein auf die Strasse in Richtung Sunnegga, welche auf den folgenden 3km immer stärker ansteigt und bereits hier die Lungen und Muskeln zum Glühen bringt. Auf einem 2km langen Flachstück entlang des Gourmetwegs kann man sich anschliessend etwas erholen und gleichzeitig den wunderschönen Flowtrail hoffentlich noch etwas



geniessen, bevor der steile Anstieg hoch zur Sunnegga-Bergstation ansteht. Das erste Mal so richtig gebraten fliegt man durch beschauliche Weiler und entlang glitzernder Bergseen runter zum Findelbach. Hier ist die Streckenhälfte erreicht und man sieht sich dem zweiten Piece de Resistance gegenüber. Arven und Lärchen säumen den Weg hoch zur Riffelalp, welcher je länger je mehr ausflacht und mit kurzen Rhythmuswechseln gespickt ist. Ich bin hier gut im Rennen – auf Rang 3 erreiche ich die Alpstafel direkt oberhalb der Baumgrenze. ‘Jetzt nur no embri’ – ‘jetzt nur noch runter’ ruft mir Eventbotschafter und einheimischer Skitourenprofi Martin Anthamatten entgegen. Doch der erfahrene Berggänger weiss, der Berg ist erst bezwungen, wenn man wieder unten ankommt. Der Abstieg hat es in sich. Gut 500 Höhenmeter werden quasi in der Vertikalen runtergehämmert. Die Oberschenkel werden so richtig durchgeschüttelt und gefordert. Auf dem trocken-rutschigen Untergrund kann ich vollends auf meinen SCOTT Supertrac Race 2 vertrauen und mit vollem Tempo bergablaufen. Im Talboden angekommen gesellen sich zwei bisher hinter mir laufende Athleten zu mir. Gegensteigung hoch zum Wiler Blatten – jetzt kommts knüppeldick. Die Beine sind müde von der Bergabraserei und noch stehen die letzten Kilometer runter nach Zermatt an. Nochmals gebe ich alles, beschleunige hinunter ins Bergdorf nochmals auf Maximaltempo und kann meine Begleiter abschütteln. Und da endlich: nach 19 anstrengenden Kilometern voller Eindrücke und Abwechslung ist auf der Ultraks Plaza mitten im Dorf das Ziel erreicht. Erschöpft, aber glücklich genieße ich das Gefühl der vollbrachten Leistung und freue mich riesig über Rang 3. Ein grosses Kompliment gilt dem OK, welches unter den speziellen Voraussetzungen im aktuellen Jahr ein perfektes Rennen organisieren konnte. Auf nächstes Jahr – ich hoffe, du bist auch wieder dabei!

Ultraks ACTIVE Zermatt 2020 (EN)

"A new experience full of intensity" – this is what the organizer promises on the website of the Matterhorn Ultraks. And every single metre of the trails will live up to this promise! Every trail race



category at the Ultraks is unique and there is a suitable race for every type of runner. "MOUNTAIN" and "SKY" are the long, classic trail competitions, the "VERTICAL" demands of the athletes a short work out in the highest intensity level, the "EXTREME" is the extremely technical endurance challenge for experienced alpinists - and then there is the "ACTIVE", which I had the pleasure to try

out this weekend. The course of the 19km middle distance trail is extremely diverse. After a short and fast start kilometer through the streets of Zermatt, the race turns onto the road towards Sunnegga, which rises more and more on the following 3km- Already here your lungs and muscles are burning. On a 2km long flat stretch along the Gourmet Trail you can then relax a little and at the same time hopefully enjoy the beautiful flowtrail a little previous to the steep climb up to the Sunnegga mountain station. Arrived on the top you'll fly through marvelous small villages and along splendid mountain lakes down to the Findelbach. Here you reached the halfway point of the race and now face the second Piece de Resistance. Pines and larches line the path up to Riffelalp, which becomes flatter and flatter with some short rhythm changes. I'm well placed in the race here - in 3rd position I reach the alp just above the tree line. Jetzt nur no embri' - 'now only the downhill is left' event ambassador and local ski tour professional Martin Anthamatten calls to me. But the experienced mountaineer knows that the mountain is conquered when you get back down. The descent is a tough one. A 500 meters of altitude are hammered down in a vertical direction. The thighs are really shaken now and challenged again and again. On the slippery dry trail I can completely trust my SCOTT Supertrac Race 2 and run downhill at full speed. Arriving at the bottom of the valley, two athletes, who have been running behind me so far, join me. Uphill to the village Blatten - now you'll be as thick as a stick. My legs are tired from the downhill race and the last few kilometers down to Zermatt are still to come. Once again I give everything, accelerate down to the mountain village again at maximum speed and can outpace my companions. And there finally: after 19 exhausting kilometers full of impressions and variety, I reach the finish line on the Ultraks Plaza in the middle of Zermatt. Tired but happy I enjoy the feeling of the accomplished performance and I'm very happy about rank 3. A big compliment goes to the OC, which could organize a perfect race under the special conditions this year. See you next year - I hope you will be there again!

Ultraks ACTIVE Zermatt 2020 (FR)

"Une nouvelle expérience pleine d'intensité" promet l'organisateur sur le site du Matterhorn Ultraks. Et chaque mètre du trail est à la hauteur de cette promesse ! Ainsi, chaque category du Ultraks est unique et il y a une course adaptée à chaque type. "MOUNTAIN" et "SKY" sont des compétitions de trail longues et classiques, le "VERTICAL" exige une courte exploit d'intensité la plus élevée, l'"EXTREME" est le défi d'endurance extrêmement technique pour les alpinistes expérimentés - et puis il y a l'"ACTIVE", que j'ai eu le plaisir d'essayer ce week-end. Le parcours de 19 km est extrêmement



varié. Après un court kilomètre de départ rapide à travers les rues de Zermatt, on tourne sur la route vers Sunnegga, qui monte de plus en plus sur les 3 km suivants et qui, déjà ici, fait brûler les poumons et les muscles. Sur le Gourmetweg – un sentier plat de 2 km – on peut alors se détendre un peu et en même temps se réjouir du sentier beau avant la montée raide vers la station de montagne de Sunnegga. Pour la première fois ici, vous traversez des hameaux tranquilles et des lacs de montagne scintillants pour descendre jusqu'au Findelbach. Ici, vous avez atteint la moitié du parcours et vous vous trouvez face à la deuxième pièce de résistance. Des pins d'arve et des mélèzes jalonnent le chemin jusqu'à Riffelalp, qui devient de plus en plus plat avec de courts changements de rythme. Je suis positionné bien dans la course ici - à la troisième place, j'atteins l'alpage directement au-dessus de la limite des arbres. « Jetz nur no embrii » - "seulement la descente reste maintenant" j'entends le cri de Martin Anthamatten, ambassadeur de l'événement et professionnel du ski d'alpinisme local. Mais l'alpiniste expérimenté sait que la montagne n'est conquise que lorsque l'on atteint à nouveau le fond. La descente est assez raide. Une bonne 500 mètres de dénivellation sont martelés dans la verticale. Les cuisses sont vraiment secouées et mises au défi. Sur la surface sèche et glissante, je peux faire entièrement confiance à mon SCOTT Supertrac Race 2 et courir la descente à toute vitesse. Arrivés au fond de la vallée, deux athlètes, qui ont couru derrière moi jusqu'à présent, me rejoignent. Encore la montée jusqu'au village de Blatten - maintenant vous serez aussi épais qu'un bâton. Mes jambes sont fatiguées par la course de descente et les derniers kilomètres jusqu'à Zermatt sont encore à venir. Une fois de plus, je donne tout que je peux, j'accélère à nouveau jusqu'au village de Zermatt à vitesse maximale et je peux distancer mes compagnons. Et là, voilà enfin : après 19 kilomètres épuisants, pleins d'impressions et de variété, la ligne d'arrivée est atteinte sur l'Ultraks Plaza au milieu du village. Épuisé mais heureux, j'apprécie le sentiment de la performance accomplie et je suis très heureux de la troisième place. Un grand compliment va au CO, qui a pu organiser une course parfaite dans les conditions spéciales de cette année. À l'année prochaine - j'espère que vous y serez aussi !
