

„Es war die Hölle auf Erden“

„Diese Insel wird mich niemals wiedersehen!“ Extremläufer Jörg Hafner ist froh wieder zu Hause zu sein. Der „Grand Raid de la Reunion“, die „Diagonale der Verrückten“ auf der französischen Insel La Reunion im indischen Ozean, hat dem 32-Jährigen alles abverlangt. „Das ist der helle Wahnsinn, so etwas muss ich mir nicht noch mal antun.“ Beim härtesten Berglauf der Welt stand der ehemalige Itzehoer Triathlet kurz vor der Aufgabe, biss sich aber durch und lief nach über 40 Stunden im Stadion „La Redoute“ in der Inselhauptstadt St. Denis durchs Ziel.

Itzehoer – Im vergangenen Jahr war Jörg Hafner beim marokkanischen Wüstenmarathon Des Sables an die Grenzen der körperlichen Belastbarkeit gestoßen – dachte er zumindest. Mittlerweile weiß er, dass sein Körper noch wesentlich mehr aushalten kann. „Der Grand Raid stellt alles in den Schatten. Dagegen ist der Marathon des Sables nichts“, sagt er. Insgesamt führt dieser 140,9 Kilometer lange Extrem-Crosslauf auf der Vulkaninsel bei Madagaskar über fünf Berggipfel. Die unwegsamen Laufstrecken sind an vielen Stellen sonst nur mit dem Hubschrauber zu erreichen. Es sind über 8000 positive Höhenmeter zu überwinden – beim härtesten Berglauf der Welt. Der in Kellinghusen geborene Hafner begann seine



Start am Cap Méchant.

ankam. „Das war gleich der längste und steilste Anstieg. Ich war froh, als ich oben war, denn der Weg war unbeschreiblich. Stockduster durch Schlamm, über Geröll, Wurzeln, umgefallene Bäume und Treppen. Man konnte fast nichts sehen. Da muss jeder Schritt kontrolliert sein. Ich hatte den Eindruck, als habe man einfach eine Schneise in den Dschungel geschlagen, aber nichts weggeräumt.“

Doch die kühle Nacht und der Anstieg auf den 2080 Meter hohen Col du Taibit machten den Extremsportler völlig fertig. Die 14 Kilometer hatten es so in sich, dass oben für Hafner erst einmal Schluss war. „Hier wollte ich

nicht mehr weiter.“ Er holte seine Rettungsdecke aus dem Rucksack und setzte sich ans Feuer, um sich aufzuwärmen. „Ich hatte vorher nicht im Traum daran gedacht, dass ich die im Gepäck vorgeschriebene Decke jemals gebrauchen müsste. Jetzt war ich froh, dass ich sie dabei hatte.“ Die Gedanken rasten durch den Kopf. Das ist doch total verrückt, was ich hier mache, jetzt ist Schluss. In seiner Erschöpfung führte er Selbstgespräche, immer wieder mit dem Vorwurf, wie bescheuert er doch sei, sich für diesen Horror anzumelden. So richtig warm wollte ihm trotz Feuer und Rettungsdecke nicht werden, deshalb entschloss er sich nach einer Stunde Pause weiterzulaufen. Um bloß keine Lungenentzündung zu riskieren. Als es nach drei Stunden lockeren Trab endlich hell und vor allem wieder

„Warum habe ich mir das bloß angetan?“

Jörg Hafner

wärmer wurde, fühlte er sich glücklicherweise wieder etwas besser. Da hatte Hafner das Schlimmste erst einmal hinter sich. Bis zur nächsten Pause ging es fast nur bergab. Jedenfalls nahm der Extremsportler die kleineren Anstiege zwischendurch kaum noch wahr. Vor dem Finish gab es noch einmal eine große Pause auf der kleinen Ebene „Deux Bras“, wo der 32-Jährige noch einmal fast zwei Stunden rastete. Inzwischen hatte er auch sein Ziel, nach 40 Stunden anzukommen, ad acta gelegt. Jetzt wollte er nur noch das

hinter sich. Bis zur nächsten Pause ging es fast nur bergab. Jedenfalls nahm der Extremsportler die kleineren Anstiege zwischendurch kaum noch wahr. Vor dem Finish gab es noch einmal eine große Pause auf der kleinen Ebene „Deux Bras“, wo der 32-Jährige noch einmal fast zwei Stunden rastete. Inzwischen hatte er auch sein Ziel, nach 40 Stunden anzukommen, ad acta gelegt. Jetzt wollte er nur noch das



Mit Stirnlampe unterwegs: Jörg Hafner beim „stockdunklen“ Anstieg auf den „Volcan“

Fotos: privat

Ziel erreichen. Noch einmal ging es für die Läufer 1800 Höhenmeter bergauf über besonders steile Passagen, die zum Teil nur über Leitern zu bewältigen waren. „Als ich gegen 16 Uhr oben war, dachte ich, ich könnte es bis ins Ziel noch vor Einbruch der Dunkelheit schaffen. Aber da hatte ich mich schon wieder total verschätzt. Selbst als ich das Stadion schon sehen konnte, kam ich überhaupt nicht näher heran.“ Immer wieder

heißt Charles Fontaine und durchlief das Ziel bereits nach 19 Stunden und 49 Minuten. Der zweite, ebenfalls ein Insulaner, war bereits fast eineinhalb Stunden langsamer. „Es ist kaum zu glauben, dass solche Zeiten auf diesem Kurs überhaupt möglich sind“, wundert sich Jörg Hafner, der sich ein dreiviertel Jahr auf den Grand Raid vorbereitet hatte. Dazu gehörte die Teilnahme am Zermatt Marathon und als Ausdauerstest der „Wakenitz Men“, ein 14 Kilometer langes Schwimmen. „In Hamburg bin ich fast täglich mit Rucksack den Süllberg hoch und runter gelaufen. Die Leute haben mich schon schräg angeschaut.“

Doch das war nichts gegen die Strapazen, die er auf La Reunion auf sich genommen hat. Die Insel sei landschaftlich sehr schön, doch beim Laufen habe er praktisch kaum etwas wahrgenommen. „Wie oft habe ich mit mir selbst gesprochen: Warum nimmt du das bloß alles auf dich, du musst verrückt sein, hör sofort auf – es war die Hölle auf Erden. Ich glaube nicht, dass es noch etwas Härteres auf der Welt gibt. Es ist immerhin erstaunlich, was der Körper alles aushalten kann. Nach einiger Zeit macht der Kopf aber nicht mehr mit. Dann

te Nation. Allerdings sind acht nicht angekommen“, sagt Hafner. Die meisten Läufer sind Einheimische. Da die Insel zu Frankreich gehört, stellten die Franzosen mit 2100 Läufern das Gros der Teilnehmer, davon kamen 1555 von La Reunion. „Natürlich kommen die Einheimischen mit den Bedingungen am besten klar. Trotzdem ist der Sieger auch für sie ein Alien.“ Dieser „Außerirdische“

wird es unheimlich schwer, den inneren Schweinehund immer wieder von Neuem zu überwinden.“ Die Abbruchquote von über 30 Prozent spricht für sich. Hafner wundert sich immer noch, dass er durchgehalten hat. Eins ist ganz sicher: Eine Wiederholung dieser Tortur wird er für ihn nicht geben. „Man hat es einmal geschafft, und damit ist auch gut. Diese Insel wird mich niemals wiedersehen.“

Dennoch hat Hafner die Nase vom Extremsport noch längst nicht voll. Als nächstes steht im Mai 2006 der Isarrun – fünf Tage über



Da bin ich – Hafner vor Ergebnistafel.

333 Kilometer von Mündung bis Quelle – auf seinem Programm. Der zählt dann zur Vorbereitung auf das nächste große Event, den siebentägigen Dschungel-Marathon in Brasilien. Das Abenteuer geht weiter – Jörg Hafner kann's nicht lassen. ... REINER STÖTER

SportLife Die Reportage

sportliche Karriere bei den Leistungsschwimmern der SG Stör in Itzehoer. Sein damaliger Trainer, Manfred Schmidt, selbst erfolgreicher Triathlet des MTV Itzehoer, brachte Hafner (lebt mittlerweile in Hamburg) zum Extremsport. Nachdem ihn der Sandmarathon in der marokkanischen Wüste nicht zermürbt hatte, strebte der 32-Jährige die Teilnahme an weiteren Extremuläufen an. Dass der „Grand Raid“ um vieles härter als der „des Sables“ werden würde, hatte Hafner allerdings nicht gedacht.

Beim Start um 2 Uhr nachts war Jörg Hafner noch guter Dinge, obwohl er bereits seit 10 Uhr morgens zur Vorbereitung auf den Beinen war. Mit Stirnlampe und einem etwa fünf Kilogramm schweren Rucksack gepackt, machte er sich auf die Strecke. Nach drei Kilometern ging es dann bereits steil bergauf den noch aktiven „Volcan“ hoch, wo Hafner nach über fünf Stunden auf der „Plaine des Sables“ in über 2400 Metern Höhe



Kleine Pfade über Geröll an Berghängen erzwingen den Kurs.

Grand Raid de la Reunion

Der „Grand Raid de la Reunion“ ist ein Ultra-Cross-Lauf über 140,9 Kilometer quer über die Vulkaninsel La Reunion östlich von Madagaskar im indischen Ozean. Über 2000 Teilnehmer, die meisten Einheimische aus dem französischen Überseesepartement, haben 60 Stunden Zeit, die durch weite Täler, über Hochebenen und mondähnliche Lavawüsten führende Strecke zu bewältigen. Zwischen dem Start am „Cap Méchant“ bei Saint-Philippe im Süden der Insel und dem Ziel im Stadion „La Redoute“ in der Inselhauptstadt Saint-Denis müssen fünf Berggipfel, darunter ein noch aktiver Vulkan, überquert werden, die an die 2000 Metermarke grenzen. Dabei sind 8500 (positive) Höhenmeter bei teilweise 40 Prozent Steigung auf äußerst schwierigem Gelauf zu überwinden. Bis auf Eis und Schnee bekommen es die Läufer, von denen in jedem Jahr mindestens ein Drittel aufgibt, mit allen Klimazonen zu tun. Der „Grand Raid“ gilt deshalb als härtester Berglauf der Welt.

