

## Sibirien Eismarathon 2008 über den Baikalsee

Es ist etwas besonderes einen Marathon über den zugefrorenen Baikalsee zu laufen.( 600km lang , 85 km breit und 1700m tief )  
Dieser Herausforderung stellten sich 45 Läufer aus 8 Ländern.

Start von Hamburg nach Moskau , dort mit der Transsibirischen Eisenbahn 5200 km ( 3 Tage und 4 Nächte ) nach Irkutsk.  
Von dort mit dem Bus nach Listvyanka am Baikalsee.

Das Wetter war am Anreisetag spitze .  
Sonne satt und nur -5 Grad. (Drei Tage zuvor waren es -23 Grad ).  
Also die Koffer auf das Zimmer ( Blick Baikalsee vom 8 Stock ) , Laufklamotten an und 15 Min. später liefen wir erst einmal eine  
8 km Trainingsrunde auf dem Eis.  
Frage :Spikes ja oder nein.  
Spikes im Schuh waren ok . Die Gummiüberzieher mit Spikes rutschten auf dem Schnee.  
Da auf dem See mehr Schneeflächen als glattes Eis waren, lief ich nur mit den normalen Laufschuhen.

Zwei Tage später war es dann soweit .  
Klare Sicht bis zur anderen Uferseite.  
Doch es kam noch härter. Sieben Kleinbusse und Zwei Hoverkraft Luftkissenboote versuchten die Läufer durch hohe Schneeverwehungen und aufgeschobene Eisschollen auf die andere Seite zu bringen.  
Aussteigen und schieben war zwischendurch angesagt.  
Und als 10 km vor dem Ufer das Eis aufgebrochen war und Wasser hoch kam mussten alle aussteigen. Und die Busse passierten leer diese Stelle. Anschließend durften wir wieder einsteigen.  
Am Startpunkt nach ca. 3 Std. (mit dem Bus ) angekommen , das nächste Problem.  
Sonne satt und ca. - 3 Grad.  
Die Kleidung war auf -20 ausgelegt.  
Start. Verlaufen konnte sich keiner. Nur den Autospuren folgen.  
Für einen eventuellen Schneesturm waren noch rote Fahnen gesteckt worden. Bei dem Halbmarathonpunkt gab ich dann meine Handschuhe ab. Fast auch die Jacke.  
Fünf Kilometer weiter kam dann das Baikalwetter innerhalb von Minuten.  
Wind und damit gingen die Temperatur runter an die -10 Grad (gefühlte Kälte).  
Wo sind meine Handschuhe ? Glück gehabt , das ich die Jacke nicht mit abgeben hatte.  
Nach 4:30 Std. (neue Bestzeit auf dem Eis ) war das Ziel erreicht.  
Jetzt wurde erst einmal mit heißem Tee und Wodka das Gleichgewicht wieder hergestellt.

Ein weiteres Erlebnis war dann die Russische Sauna (110 Grad ) mit der Abkühlung im Eisloch des Baikalsees.

In Deutschland wieder zurück kann ich sagen „ **mir geht es sehr gut** „  
Im Gegensatz zu den Menschen in Sibirien.

**Gruss Uwe**

