

## Harzquerung 2016

Sidste weekend i april var Lars Skytte Christoffersen og undertegnede taget på træningstur til Harzen som et led i træningen til Passatore 100 i Italien sidst i maj.

I vanlig stil havde vi bl.a. tilmeldt os et løb uden den helt store forudgående research og det blev noget af en udfordring men også en af de helt store oplevelser.

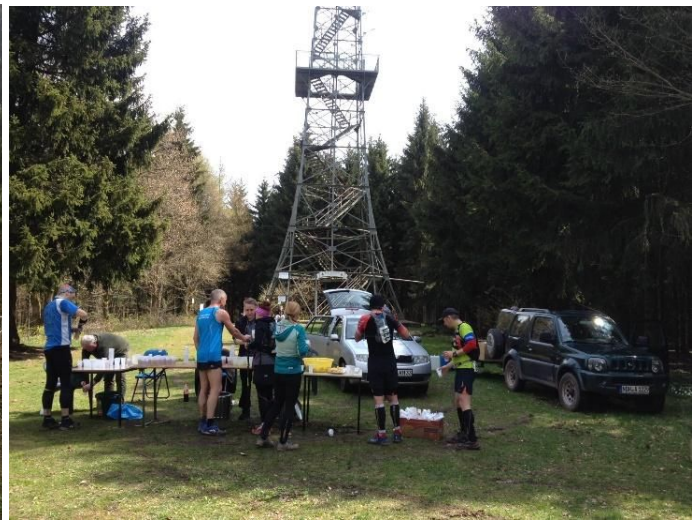
Løbet hedder Harzquerung og går i al sin enkelhed ud på at krydse Harzen med en distance på 51 KM og samlet knap 1500 Højdemeter var det på papiret en OK udfordring. Vi kom med høj puls til start, da vi ved registrering var blevet forsinket og skulle løbe ca. 1.5 KM til start-stregen, vi er knapt nået frem og har fået os kæmpet helt frem i feltet lyder det DREI – ZWEI – EINS – LAUF.



Som højdekurven viser, starter festen med det samme og det er bare op, op og atter op, pulsen bare hamrede afsted og der gik omkring 10-12 KM før man havde pulsen bare lidt under kontrol. Det gik hurtigt op for os, at her havde vi ikke meget at byde ind med. Det tekniske spør gjorde at de erfarne trailløbere især på nedløb overhalede uden problemer, med ca. 3 KM. asfalt samlet var vores moments of glory meget begrænsede. Efterhånden som benene blev mere og mere ømme blev også nedløbene en stor udfordring, hvor især lår og ankler bliver sat på prøve af syren fra opløbet. Højeste punkt på ca. 600 M. ligger ude på 40 KM's distance, hvorefter det mere eller mindre går nedad til mål, en stor udfordring med hensyn til at få disponeret rigtigt.



Naturen er et helt kapitel for sig uberørt skov, klipper, vandløb og søer og med ca. 650 KM fra Assens byder Harzen på en virkelig stor og anderledes natur- og løbe-oplevelse som varmt kan anbefales, især hvis man er til trail-løb på singletracks vel at mærke. Med ruter på 25, 28 og 51 KM og en meget overkommelig pris på € 25,- (51 KM) plus € 7 for bussen retur samt gode depoter, tysk grundighed og øje for detaljen gør bare at det her er et løb som fungerer.



Vi kom ind i tiden 5.26 som rakte til en 35. plads i aldersklassen og 129 samlet ud af de ca. knapt 600 deltagere.



Tid til øl og få batterierne ladet op til næste dags strabadser.