



Für die gute Sache durch den Dreck

«Freiamter»-Mitarbeiter am StrongmanRun in Engelberg am 2. Juni



Beim StrongmanRun darf nicht vor Dreck gescheut werden. Dessen ist sich Philippe Knecht bewusst.

zvg

Den inneren Schweinehund beim Sport zu überwinden und die eigenen Grenzen herauszufordern benötigt Überwindung. Dass dabei eine Portion Verrücktheit dazugehört, will Philippe Knecht (18) aus Muri beim «Fisherman's Friend StrongmanRun» unter Beweis stellen.

«Warum meldest du dich für so einen Mist an?», fragten mich einige Freunde, als ich ihnen von meinem Vorhaben erzählte. Rund 18 Kilometer Streckendistanz, 340 Höhenmeter sowie vierzig Hindernisse werden am 2. Juni im obwaldischen Engelberg auf mich warten. Die zu bewältigen, schätze ich durchaus nicht als Zu-

ckerschlecken ein. Laufen, klettern, waten und balancieren – da ist ein unvergessliches Erlebnis garantiert!

Keineswegs aber bin ich neu mit Laufschuhen unterwegs. Nach Teilnahmen am Bremgarter Reusslauf, Hallwilerseelauf und Rigimarsch suchte ich mir eine neue Herausforderung. Die Disziplin «Hindernislauf» war nach wie vor pendent auf meiner To-do-Liste, und so entschied ich mich dazu, einen solchen Parcours zu absolvieren.

Härtester Hindernislauf der Schweiz

Im Unterschied zu den meisten anderen Hindernisläufen erhält der seit 2012 durchgeführten «Fisherman's Friend StrongmanRun» jedes Jahr eine neue Streckenführung und wird online als «härtester Hindernislauf

der Schweiz» beworben. Zum 40-jährigen Jubiläum von Fisherman's Friend Schweiz überlegen sich die

Der Freiamter

Der Freiamter
5630 Muri AG
056/ 675 10 50
www.derfreiamter.ch/

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 3'545
Erscheinungsweise: 2x wöchentlich



Seite: 3
Fläche: 49'646 mm²

Auftrag: 1094237
Themen-Nr.: 735.015

Referenz: 69570830
Ausschnitt Seite: 2/2

Organisatoren noch ein speziell schwieriges Hindernis. Dieses wird aber bis zum Renntag geheim gehalten. Teilnehmen können alle Volljährigen, die sich gerne mal mit hundertten Mitstreitern im Dreck wälzen möchten. Preisgelder gibt es – im Gegensatz zu den Volksläufen – keines. Ein jeder startet «nur» mit der Aussicht auf eine symbolische, immaterielle Prämie: Ruhm und Ehre (sowie einem gehörigen Muskelkater am Folgetag).

Schnee statt Schlamm auch möglich

Für diejenigen, die sich den Dreck sparen möchten, bietet die Rennlei-

tung auch einen Winterlauf an. Dieser ist aber nicht minder verrückt: Im letzten Februar bestand dieser in einem Downhill-Rennen im Schnee, bei dem die Route vom Roc d'Orsay auf 1976 Meter über 15 Kilometer Distanz, 25 Hindernisse und über 1400 Höhenmeter abwärts das Örtchen Villars-sur-Ollon erreicht werden muss.

Für den guten Zweck

Um meiner zugegeben verrückten Teilnahme diesen Sommer einen tieferen Sinn zu verleihen, starte ich für die Helvetas Schweiz als Charity Runner (Spendenläufer) und sammle da-

bei Geld für ihre Hilfsprojekte. Dadurch kann ich mich mit gutem Gewissen ins «stark riechende Molkebad» oder auf die «unendlich erscheinende Schanze» begeben. Wer spenden möchte: life-changer.helvetas.ch/phnsie/strongmanrun (neben festen Beträgen können auch eigene Summen festgelegt werden).

Am 2. Juni fällt der Startschuss. Bis es so weit ist, bereite ich mich mit Handball, Joggen, Radfahren und Bouldern konditionell auf den «extra starken» Tag vor. Ob meine Laufschihe und ich ihn überstehen werden, erfahren Sie Anfang Juni exklusiv im «Freiamter»!

phk