



[Startseite](#)

Rainer Koch's Transamerikalauf

Gespeichert von Gerhard am/um 6. März 2012 - 20:08



Rainer Koch Sieger beim Trans-Amerikalauf

Die Zuhörer füllten das Vereinsheim der Turngemeinde Kitzingen bis auf den letzten Sitzplatz um gebannt und erstaunt den Bericht des Ultra-Langstreckenläufers Rainer Koch zu lauschen.

Der Dettelbacher war Sieger des TransAmerika Laufes 2011. Ein Lauf quer durch Amerika. Von Los Angeles(LA) nach New York(NY) – kurz auch LANY genannt, das härteste Wettrennen der Welt. Nach 1928, 1929, 1992, 1993, 1994, 1995, 2002 und 2004 die neunte Auflage des Super-Marathons von Küste zu Küste der USA. Gelaufen wurde auf der berühmten Route 66 die ab 1926 als eine der ersten durchgehenden Straßenverbindungen zur US-amerikanischen Westküste galt. Heute werden die verbliebenen Teilstücke der einst 2448 Meilen langen Strecke nicht mehr einheitlich als Route 66 bezeichnet und sie ist nicht mehr durchgehend befahrbar.

Rainer Koch erzählte, dass er zwei Jahre benötigte um sich organisatorisch auf diesen Lauf vorzubereiten. Ein großes Problem war der Urlaub, den er für das Großereignis nehmen musste. Zwei Jahre hatte er den Urlaub angesammelt, insgesamt 54 Tage – natürlich in Absprache mit seinem Arbeitgeber. Ein weiteres Thema war der finanzielle Aufwand. Allein die Startgebühr betrug 6.500\$. Rund 15.000 EUR hat er in das Abenteuer investiert für Flug, Unterkunft, Verpflegung. Allein sechs Paar Lafschuhe (850km/Paar) mussten gekauft werden.

So startete der LANY-lauf am 19. Juni 2011 in Los Angeles. Es standen 70 harte Tage bevor. Im Schnitt mussten täglich 74 Kilometer gelaufen werden. Jeden Tag ein Marathon plus ein Halbmarathon plus ein 10 Kilometerlauf!!! Eine unvorstellbare Leistung.

Dieser Herausforderung stellten sich nur 14 Läufer aus 7 Nationen (USA, D, GB, NL, F, I, Y). Der Jüngste war 31 Jahre alt, der Älteste zählte 69 Jahre. 5.140 Kilometer oder 3.200 Meilen waren abzulaufen –egal wie.

Zum Glück mag es Rainer Koch bei Wärme und Hitze zu laufen. Das war ein großer Vorteil, denn die Hitze war lange Zeit ein stetiger Begleiter. Gleich nach dem Start in Los Angeles wurde es heiß. Anfangs waren es noch "kühle" 30 Grad aber schon nach wenigen Tagen, in der Mojawewüste, schraubten sich die Temperaturen auf 40-45 Grad hoch. Es half auch nicht viel in den Morgenstunden zu laufen, denn da waren es nur ein paar Grad weniger. Hier stiegen die ersten Läufer aus dem Rennen – Magenprobleme, Überhitzung, Motivationsprobleme.

Rainer Koch schilderte, dass bei dieser Hitze der tägliche Flüssigkeitsverbrauch bei zwölf bis 16 Liter lag. Eine Dose Cola war in wenigen Sekunden getrunken.

Die Gruppe lief weiter Tag für Tag. Sie kämpften gegen Hitze, Blasen und gegen die endlos langen und welligen Landstraßen. Liefen über Berge und schlotterten bei Null Grad Kälte. Schließlich streiften sie am letzten Tag noch einen Hurrikan.

Am 27. August kamen Sie im Ziel in New York an. Von den 14 gestarteten Läufern waren nur noch acht übrig.

Rainer Koch siegte mit über 100 Stunden Vorsprung in einer Zeit von knapp 533 Stunden, was eine Kilometerzeit von etwas mehr als sechs Minuten oder zehn Kilometer pro Stunde bedeutete.

Der Sieger des ersten Rennens 1928 hieß Andy Payne. Er erhielt eine Siegesprämie von 25.000 Dollar. Damals eine ungeheure Summe. Der Sieger des Rennens 2011 erhielt ein Buch und einen Pokal.

Weiteres kann man im Lauftagebuch von Rainer Koch nachlesen: <http://www.ultrakoch.org/Reports/2011/TAFR/TAFR.php?lang=d&year=2011&eta...>

Die Siegerzeiten:

Platz	Name	Nation	Zeit in Stunden
1.	Rainer Koch		522:55:56
2.	Patrick Malandain		629:58:22
3.	Italo Orru		630:31:16
4.	Serge Girard		694:12:53
5.	Alexandro Bellini		746:28:49
6.	James Adams		781:16:32
7.	Makoto Koshita		830:33:43
8.	Yoshiaki Bando		848:30:27

Bericht: Gerhard Gaßner