



Viel Platz für Läufer im arktischen Eis. Beim Polar-Circle-Marathon in Grönland war Tiefschnee die größte Herausforderung.

Fotos Wolfgang Zankl (2)

darüber Fleece, um die Wärmehaube anzuregen. Und dann winddichte Außenkleidung. Die Kälte potenziert ja die Kälte noch, es ist extrem unangenehm. Im Polar-Circle-Marathon experimentierte ich mit verschiedenen Schutzhüllen und Schutzhauben. Das war nicht optimal, weil sich die Atmungsfeuchtigkeit im Schnee vor dem Mund bilden.

Was haben Sie beim Testen Schwächen entdeckt?  
 Ich habe festgestellt, dass eben ein dauerhafter Fundenschutz nicht sinnvoll ist. Ich habe getestet, ließ sich das Laufen im Tiefschnee und Eis. In Grönland war die größte Herausforderung das Laufen durch Tiefschnee auf dem Eis. Das ist weniger laufen als in Europa.

Warum waren Sie auf das Schwitzen gestellt?  
 Funktionskleidung, die den Schweiß abtransportiert. Baumwolle hält den Schweiß am Körper. Das ist bei tiefen Temperaturen sehr unangenehm. Unterwäsche und Fleece müssen aus atmungsaktiven Materialien sein, damit die Feuchtigkeit vom Körper transportiert werden kann. Wenn man gut ausgerüstet ist, kann man bei niedriger Temperatur laufen.

Was hatten Sie die extremsten Temperaturen also im Kühlhaus?  
 Die längste Einheit war eine 24-Stunden-Einheit. Ich dachte mir, wenn das auszuhalten ist, dann geht es auch drei Stunden. Das größte Problem war die Schweinehälften, die

dort lagerten. Der Geruch ist unangenehm, um es freundlich zu sagen. Auf dem Untergrund muss man vorsichtig auftreten – eine besondere Herausforderung. Im Polar-Circle-Marathon waren Spikes nötig, im Tiefschnee Gamaschen. Das ließ sich im Kühlhaus nicht trainieren.

Welche Reize hat das ewige Eis?  
 Spannend ist der Kontrast zwischen Arktis und Antarktis, in kurzer Zeit an den beiden entlegenen Enden der Welt unterwegs zu sein.

Beides fasziniert. Man kommt zur Ruhe, es herrscht eine große Distanz zum Rest der Welt. Ein sehr ursprüngliches Erlebnis.

Was hat Sie am meisten beeindruckt?  
 Die Farben des Eises, die man so bei uns nicht kennt. Es ist ein anderes Blau. Das hängt vielleicht mit einer anderen Sonneneinstrahlung zusammen. So ein intensives Empfinden habe ich bisher nur in den Polarregionen erlebt. Die sportliche

Herausforderung wäre in den Gedanken auch denkbar. Aber schon das Wissen, dass man an so einem ungewöhnlichen Ort ist, gibt dem Lauf eine besondere Qualität.

Sie beschreiben die Besonderheiten der Antarktis. Aber die Antarktis ist mit der Lebensfeindlichkeit verbunden. Die gehört dazu. Man ist abgedrängt, auf sich selbst gestellt. Man bleibt ein reizvolles Abenteuer. Ich wollte ins Eis vordringen. Doch der Front warnte vor einer Schmelzwasserfront. Ich bekam nur ein kleines Zeitfenster, sonst hätte ich leicht über Wochen das schlechte Wetter in einer Forschungsstation aussitzen müssen. Schlechtes Wetter in der Antarktis bedeutet etwas anderes als in Europa. Bei Schneewinden von 250 km/h kommt man zum Erliegen.

Dann war es ein Kurzaufenthalt. Ja, ich bin in der Antarktis auf eigene Faust alleine losgefahren. Eine Stunde mit GPS ins Innere. Eine Stunde zurück. In Grönland habe ich einen Halbmarathon durchgeführt. Das ist nicht alleine. Die größte Herausforderung war der Tiefschnee.

Kamen Sie sich einsam vor?  
 Der Start in Grönland erfolgt in der ehemaligen Luftwaffenbasis der Amerikaner. In den Baracken ist noch etwas Leben. Gestartet sind wir zusammen, es war ein kleines Feld. Jeder lief für sich, wir sind bald alleine.

Kommt dann Angst vorm Eis?



Einsamer Extremlauf: Wolfgang Zankl am Rand der Antarktis – kurz vor einem Schmelzwasserereignis. Der Hobbyläufer rennt keinen Bestzeiten hinterher, er sucht aber die Herausforderung. Der Jurist ist verheiratet und Vater zweier erwachsener Töchter.

# Die gewagteste Fallschirmsprung aus dem Vorhof des Weltraums