



Der Stapi am Teufelsrennen



Der **Thuner Raphael Lanz** hat schon an verschiedenen Läufen teilgenommen.

Der nächste wird der Staffellauf am Inferno Triathlon.

Foto: Annina Reusser

von Annina Reusser

INFERNO TRIATHLON 2018 Man muss kein sportlicher Super-crack sein, um am härtesten Mehrsportwettkampf im Berner Oberland dabei zu sein. Der Staffellauf über 21 Kilometer ist auch für motivierte Hobbyläufer geeignet. In dieser Form nimmt zum Beispiel **Raphael Lanz** teil.

Wenn am kommenden Samstag ungefähr 1300 Athleten an den verschiedenen Disziplinen am Inferno Triathlon starten, pinnt sich auch der **Thuner** Stadtpräsident eine Startnummer ans Trikot. **Raphael Lanz** nimmt aber nicht am Triathlon selbst teil, sondern am Staffellauf. Dort wird er im Team mit seiner Frau Cecile und einem Freund die Halbmarathonstrecke von Lauterbrunnen aufs Schilthorn absolvieren.

«Ich bin nicht gerade der typische Bergläufer. Aber ich fand, es ist eine coole Idee», sagt Lanz. Er gehört zum ersten Mal zu den Teilnehmern des Inferno-Triathlons – bisher kennt er das teuflische Rennen nur als Zuschauer. Zur Teilnahme an-

geregt wurde **Raphael Lanz** von Corinne Binz, Medienverantwortliche des Organisationskomitees. Da seine Ehefrau intensiven Laufsport betreibt - sie hat den Inferno-Halbmarathon auch schon im Einzelrennen absolviert - und der Termin gerade passte, sagte Lanz zu. «Was mich wirklich erwartet, werde ich dann sehen», so der Stadtpräsident.

Stadtlauf ist anstrengender

Lanz ist bekannt dafür, dass er auch schon am **Thuner** Stadtlauf und dem Survival Run teilgenommen hat. Aber die Inferno-Staffel wird auch nicht sein erster Berglauf sein. Er hat am Blüemlisalpplauf, dem Vogellislauf oder gemeinsam mit seiner Frau am Zermatt Marathon teilgenommen. «Der **Thuner** Stadtlauf ist wunderbar schön. Aber nach den zehn Kilometer flach spüre ich die Beine nachher mehr als nach einem Berglauf», vergleicht der Stapi. Eine Strecke mit etwas Steigungen und Abstiegen sei fast das angenehmste. Dabei geht auch der

Inferno-Halbmarathon, in der Staffel in drei Etappen unterteilt, ziemlich in die Höhe. «Wir haben kürzlich das Streckenprofil angeschaut und entschieden, dass ich die mittlere Strecke laufe», so Lanz. «Seine» Strecke von der Grütschalp zur Höhenlücke ist 7,5 Kilometer lang und enthält eine Steigung von 415 Höhenmetern. «Ich mache nicht gerade da komplizierteste.»

Der Laufsport ist für den **Thuner** Stadtpräsidenten kein ehrgeiziges Training, sondern ein ausgleichendes Hobby. «Ich bin beruflich viel drinnen und an Sitzungen. Es tut gut, wenn man sich bewegen kann», sagt Lanz. «Ich möchte Freude daran haben und auslüften.» Dabei kann er auch die Natur im Berner Oberland geniessen. «Unsere Umgebung eignet sich perfekt für solche Anlässe.»

Die Freude zählt

So will Lanz auch nicht allzu verbissen an den Inferno-Staffellauf. «Mein persönliches Ziel ist, unser Team nicht allzu stark runterzuziehen, denn die anderen



sind sicher stärker als ich», so Lanz. Deshalb schätzt Lanz auch das Format des Staffellaufes. «Soviel ich weiss, ist der Halbmarathon ziemlich hart. Aber in der Staffel können auch Leute teilnehmen, die nicht auf diesem Niveau laufen, und zu denen zähle ich mich auch.» Der Inferno Triathlon ist damit nicht nur für die sportlichen Supercracks geeignet, sondern auch für motivierte Hobbyläufer.

Das schmälert die Leistung der «richtigen» Triathleten aber

keineswegs. «Ich habe Hochachtung vor den Athleten, die zum Laufen noch zweimal aufs Velo steigen, nachdem sie schon den See durchschwommen haben», meint **Raphael Lanz**.

Auch wegen der grossen Durchmischung der sportlichen Leistungsfähigkeit gefällt ihm die Inferno-Atmosphäre. «Die Stimmung ist einfach toll. Alle Leute wollen auf ihrem Niveau etwas erreichen, und das finde ich schön.»

Anmeldung zur Staffel ist offen

Wer gerne Teil des Inferno-Triathlons sein möchte, ohne ein Supercrack zu sein, kann sich noch für den Staffellauf am Samstag, 18. August anmelden. Bis am Lauftag selber ist die Nachmeldung offen. Weitere Informationen finden Sie unter www.inferno.ch

Teilstrecken

Die Staffelstrecke ist die gleiche wie beim Halbmarathon. Eine Staffel besteht aus 3 Läufern beziehungsweise Läuferinnen, die folgende Distanzen zurücklegen:

1. Lauterbrunnen – Grütschalp, 7,130 Kilometer, 690 Meter Steigung
2. Grütschalp – Höhenlücke, 7,492 Kilometer, 415 Meter Steigung
3. Höhenlücke – Schilthorn, 6,475 Kilometer, 1070 Meter Steigung