



# ALLES GANZ NORMAL, ODER?

Unterwegs mit dem Rennarzt am Jungfrau Marathon

**Der Jungfrau Marathon ist so schön wie beliebt. Doch er ist und bleibt auch ein Marathon mit allen Gefahren, die im Hochgebirge lauern können. Autor Michael Kunst begleitete für FIT for LIFE den Rennarzt Hans-Peter Berger beim letztjährigen Jungfrau Marathon – gegen die Laufrichtung!**



TEXT UND FOTOS: MICHAEL KUNST

**D**er Jungfrau Marathon 2009 ist gerade etwas mehr als drei Stunden alt. Sieger Jonathan Wyatt und Siegerin Claudia Landolt sind eben erst ins Ziel gestürmt, immer mehr der ankommenden Läufer schreien glücklich ihr «geschafft» und «endlich» in den stahlblauen Himmel über der Kleinen Scheidegg, als Hans-Peter Berger in aller Ruhe meint: «So, jetzt ist es Zeit, gehen wir?» Bepackt mit einem voluminösen Rucksack und einem kleineren Frontpack stieft er davon – ruhig und bedächtig, trittsicher, im typischen Schritt des erfahrenen Berglers. Auf zwei Metern Abstand habe ich schon nach ein paar Minuten Schwierigkeiten, Schritt zu halten. Doch vielleicht liegt das auch an den Tausenden Läufern, die uns auf dem schmalen Moränenpfad vor dem Eiger-Gletscher entgegenkommen und denen wir immer wieder mit wenigen Schritten nach links oder rechts ausweichen müssen. Wie eine lange Reihe devot gebeugter Pilger sehen sie aus, auf den letzten Kilometern ihrer Wallfahrt zum Ziel des landschaftlich wohl schönsten Marathons der Welt.

#### Als Handballer im Dienste der Läufer

Siebzehn Mal hat der Jungfrau-Marathon nun schon stattgefunden und 17 Mal war Hans-Peter Berger mit dabei, 12 Jahre als leitender Rennarzt. Der 62-jährige

praktische Arzt ist so etwas wie ein Prototyp für seinen Beruf: Durch den Vollbart strahlt er die nötige Gelassenheit aus, seine ruhige Stimme gibt Vertrauen, die eher kurzen, präzisen Antwortsätze vermitteln ärztliche Kompetenz. Auf seinem Praxisschild unten in Interlaken steht der Zusatz «Sportmediziner», was ihm schon per se eine gewisse Zuständigkeit für seine Aufgaben während des Jungfrau Marathons verleiht. Und dennoch findet er es ein bisschen seltsam, dass er es ausgerechnet mit Läufern zu tun hat: «Eigentlich bin ich Handballer, und über viele Jahre hinweg habe ich eine Eishockey-Mannschaft sportmedizinisch betreut.»

Hans-Peters Laune ist bestens, als er heute auf dem ersten Kilometer seines Kontrollganges zwischen der Kleinen Scheidegg und dem Wixi marschiert, welches 300 Höhenmeter weiter unten liegt. Gestern schüttete es noch wie aus Kübeln, die Wetterprognosen für den heutigen Renntag waren wenig berauschend. Und jetzt das: Stahlblauer Himmel mit strahlendem Sonnenschein, lediglich eine kleine Wolke schiebt sich mitunter über den Eiger hinweg, als wollte sie für Abwechslung bei den Postkartenmotiven vor dem Gletscher sorgen. Auch wenn man weiss, dass sich die Wetterlage in den Bergen sehr schnell ändern kann, so ist doch klar, dass heute keine Karpriolen mehr zu erwarten sind: Das ist keine Fön-Wetterlage, die manchmal orkanartige Fallwinde mit sich bringt. Wolken sind

bis zum Horizont kaum auszumachen und obwohl es gestern Abend hier oben noch geschneit hatte, dürften wir heute von jeglichem Niederschlag verschont bleiben. Echtes Läufer-Wetter also. Und perfekte Bedingungen auch für Hans-Peter und seine Sanitätsteams.

#### GPS-Daten auf Bannern

«Für die Sanitätsteams ist es hier auf den letzten Kilometern besonders hilfreich, wenn die äusseren, also hauptsächlich meteorologischen Bedingungen stimmen. So behalten sie den Überblick auf ihrem Streckenabschnitt und können die Läufer schon von Weitem beobachten», erklärt der Rennarzt und zeigt auf einen der kleinen Banner, die mit einem Abstand von rund 80m über den gesamten Verlauf der letzten vier Streckenkilometer aufgestellt sind. «Und wenn die Sicht mal nicht so gut ist und einer der Teilnehmer Hilfe braucht, können andere Läufer die hier aufgeführten GPS-Daten an die Rettungsteams weitergeben. So kann jeder von uns gefunden werden und missverständliche Angaben wie die zweite oder dritte Serpentine von unten sind dann ausgeschlossen!»

Nach der nächsten Kurve steht das für die Läufer letzte Sanitätsteam auf Posten. Sie melden keine besondere Vorkommnisse, aber die vorbeikeuchenden Läufer zählen zum ersten Viertel der zu erwartenden knapp viertausend Teilnehmer: «Die

meisten Probleme erwarten uns später», wird prognostiziert. Und prompt stakst nach ein paar Minuten ein Läufer in seltsam nach hinten gebeugter Haltung heran. Er habe sich schon zwei Mal wegen Muskelkrämpfen massieren lassen und jetzt sei das Ziel ja fast schon in Sichtweite und überhaupt könne er nur noch rückwärts laufen! Problematisch auf einem 50cm schmalen Pfad, aber einer der Helfer greift beherzt nach dem Arm des Unglücklichen und führt den Verkehrtläufer in kurzen, tippelnden Schritten den letzten verbleibenden Kilometer vors Ziel. Hans-Peter grinst breit: «Bei einem unkonventionellen Wettkampf muss man eben unkonventionell helfen!».

Die Reihe der Läufer, die es bis hier hoch zur Moräne vor dem Eiger-Gletscher geschafft haben, wird immer dichter. Keiner tragt mehr, alle stemmen sich in gebeugter Haltung in den steilen Anstieg, in Einerkolonne hintereinander, keiner kann und will mehr überholen. Der Rennarzt steht jetzt in ständigem Funkkontakt mit seinen Sani-Teams. Vor uns legt sich einer der Läufer schwer japsend neben den Pfad. Hans-Peter ist nach wenigen Schritten neben ihm, legt beruhigend eine Hand auf seine Schulter. Es sei nichts Schlimmes, beteuert der etwa 55-Jährige, er sei einfach müde, wolle sich nur ein wenig ausruhen. Der Arzt beobachtet ihn eine Minute lang, glaubt ihm und geht weiter – nicht ohne sich alle

50 m nach dem weiterhin schwer Atmen den umzudrehen. «Der steht gleich wieder auf und marschiert weiter,» ist sich Hans-Peter sicher. «Und wenn er in fünf Minuten immer noch dort liegt, schicke ich über Funk ein Team zu ihm, die GPS-Koordinaten hab' ich mir jedenfalls gemerkt!»

#### Gefahr in Bergen dauerpräsent

Nach 500 Metern ein weiteres Sani-Team, direkt im steilen Anstieg hoch zur Moräne. An dem strategischen Punkt mit Blick weit hinunter über die Almen des Wixi sind auch Physiotherapeuten und Masseure im Einsatz, die bereits Dutzende Läufer behandelt haben. Die Stimmung ist auch hier prächtig, die meisten sind Marathon-erfahren und hier oben zum wiederholten Mal im Einsatz. «Für uns ist das Wetter im doppelten Wortsinne Stimmungsbarometer», sagt einer. «Vor drei Jahren etwa war die Sicht hier so schlecht, dass einer den steilen Hang hinunterstürzte, etwa da» – er zeigt nach drüben zur Moräne – «und wir gleich hin, durch die Wolkensuppe und befürchteten schon das Schlimmste, aber der Glückspilz hatte sich nicht verletzt, war nur sauer, dass er das Stück nochmals nach oben laufen musste.»

Ob immer alles so glimpflich verlaufe? Abwägende Blicke sind die erste Antwort, was kann man dem Journalisten alles erzählen, was sollte man besser nicht? Ein schneller Augenkontakt mit dem Rennarzt, und es wird mit verhaltenem Unterton aufgeklärt:

«Wir sind hier mitten in den Bergen. Das ist einerseits die Attraktion dieses Rennens und andererseits unser Problem. Denn die grosse Natur schert sich nicht um die paar tausend Wichte, die sich hier den Berg hinauf schlängeln.» Was sich pathetisch liest, ist in diesem Fall auch so. Denn auf Höhen, in denen von einem Moment auf den anderen die Sicht von «bis zum Horizont» auf «weniger als zwei Meter» schrumpfen kann; neben Felswänden, wo sich Fallwinde bilden können, die ganze Züge umwerfen (wie im letzten Winter geschehen), wo es im August schneien kann, wo es mitunter so stark regnet, dass die Pfade zu Rutschbahnen werden, gelten eigene Gesetze. Gesetze, die nichts, rein gar nichts mit denen unten im Tal zu tun haben.

Wir marschieren weiter, Schritt für Schritt im Blickkontakt mit den Läufern. Hans-Peter ist wenig gesprächig, fixiert die Läufer und taxiert. «Manchmal sind welche dabei, denen man schon ansieht, dass sie ein paar Meter weiter pausieren werden, sie wollen es bloss nicht vor dem Arzt machen.»

#### Mit Infusion ins Ziel

Noch ein paar Schritte, und wir beobachten einen, der gerade versucht, wieder aufzustehen. Was nicht ganz gelingt. Hans-Peter ist schnell bei ihm, es ist ein Italiener, der zu verstehen gibt, dass er gleich weiter wolle. Der Rennarzt bleibt bei ihm, ein paar Minuten nur, und ordert dann die Sanitäter

Wie devot gebeugte Pilger – die letzten Kilometer auf dem schmalen Moränenpfad gleichen einer Wallfahrt. Mittendrin, aber entgegen der Laufrichtung: Rennarzt Hans-Peter Berger.





Bereits ausgebucht

**JUNGFRAU MARATHON 2010**

Der Jungfrau Marathon von Interlaken über Wengen hinauf auf die Kleine Scheidegg gilt für viele als der schönste Erlebnismarathon weltweit. Er wurde 1993 von Heinz Schild ins Leben gerufen. Die normalerweise 4000 Startplätze sind heiss begehrt, der Jungfrau Marathon ist regelmässig bereits frühzeitig ausgebucht (so auch dieses Jahr!). 2010 findet der Jungfrau Marathon am 11. September statt. Infos unter [www.jungfrau-marathon.ch](http://www.jungfrau-marathon.ch)

26

von oben herbei. «Der Mann muss unter Beobachtung bleiben, er wirkt einfach zu erschöpft.» Später, als wir schon ein paar Kilometer weiter gewandert sind, erleben wir über Funk die schier unglaubliche Geschichte rund um eben diesen Italiener: Er wirkte auch auf die abgestiegenen Sanitäter so erschöpft, dass sie ihm vor Ort eine Infusion legten. Sein Zustand besserte sich nicht merklich, so dass folgerichtig ein Hubschrauber mit Notarzt zum Abtransport herbeigeordert wurde. Als der italienische Läufer merkte, dass der Helikopter wegen ihm in Sichtweite landete, nahm er alle Kräfte zusammen und flüchtete mit Infusion zurück auf die Rennstrecke, zu schnell für die völlig verdutzten Sanitäter neben ihm. Später erfuhren wir, dass er tatsächlich das Ziel mit Flasche erreicht hat – und dort mit Sicherheit wiederum reichlich Verblüffung auslöste.

«Das sind natürlich Geschichten, die mich nicht mit besonderem Stolz erfüllen,» kommentiert Hans-Peter mit gerunzelter Stirn, «so lustig sich das ja auch anhören mag, aber ein vormals erschöpfter Sportler, der plötzlich meinem Sani-Team davon läuft?» Verständlich, dass so etwas einem Perfektionisten wie Hans-Peter seltsam vorkommen muss. Wer die Verantwortung für das Wohlergehen von über viertausend Läufern trägt, muss zum Pedanten werden. «Das ist auch Erfahrungssache», erklärt er. «Vor einigen Jahren erhielten wir Ärzte einen Notruf, in der Unterführung sei ein Läufer zusammengebrochen und gebe kein Lebenszeichen mehr von sich. Dumm war nur, dass es zwei Unterführungen auf der Rennstrecke gibt, und das Schicksal uns zur falschen geschickt hatte. Weisst Du nun, warum ich pedantisch auf Kleinigkeiten achte und etwa heilfroh über die GPS-Koordinaten-Banner bin?»

**Drei Herzinfarkte in 17 Jahren**

Was seine härtesten Momente im Laufe der 17 Jungfrau-Marathon-Jahre gewesen seien? Lange nachdenken muss er nicht: «Wir hatten in all den Jahren drei Todesfälle zu beklagen; ein Läufer, der während des Rennens verstarb, einer, der in der darauffolgenden Nacht starb und ein Zuschauer, der im Zielbereich auf seine teilnehmende Frau wartete und dort zusammenbrach. Herzinfarkt, in allen drei Fällen – ein Befund, bei dem wir selbst unter idealen Umständen nur eine geringe Rettungschance gehabt hätten, geschweige denn in einem Rennen. Und doch: Das geht nahe, richtig nahe. Als ich der Läuferin die Nachricht vom Tod ihres Mannes überbrachte, war das einer der härtesten Momente in meiner beruflichen Karriere!»

Noch eine knappe Stunde Fussmarsch hinunter zum Wixi, dem Einstieg in die steilen letzten vier Kilometer des Marathons. Auf unserem Weg treffen wir auf weitere Saniposten, die immer öfter mit entkrampfenden Massagen beschäftigt sind, kombiniert mit gutem Zureden, mit dem Austeilen von magenberuhigenden Mitteln, mit akuter Behandlung allzu schmerzhafter Blasen. Ernsthaft verletzen wird sich heute niemand, ein paar verstauchte Knöchel, einige überdehnte Bänder, zwei davon sogar mit Verdacht auf Bänderriss – Alltag im Marathonbusiness. An insgesamt 17 Sanistationen sind rund 180 Physiotherapeuten, Masseur, Sanitäter und selbstredend Ärzte eingeteilt, zudem die Bergrettungswacht mit ihren Helikoptern und speziell ausgebildeten Notärzten. 1400 Anwendungen wird es heute geben, angefangen beim Austeilen von Vaseline kurz vor dem Start bis hin zum «Tropf» auf der Kleinen Scheidegg. «Alles ganz normal», meint Hans-Peter lapidar und forciert das Marschtempo: Weiter unten lauert eine Aufgabe, der er nach all dem ärztlichen «business-as-usual» mit gemischten Gefühlen entgegen sieht. Und dies jedes Jahr aufs Neue.

**Schreckgespenst «Besen»-Mountainbike**

Als wir am Wixi ankommen, wartet bereits ungeduldig ein Dutzend Helfer auf Hans-Peter. Kisten mit T-Shirts werden geöffnet, Wasserflaschen bereitgestellt, eine Helferin hängt sich, diskret von den Vorbeiläufenden abgewendet, einige Medaillen über den Unterarm. Eine Art Netzzaun steht aufgerollt an der Wegzweigung, neben der Hans-Peter sein Team um sich schart und letzte Instruktionen gibt.

Die Gruppe steht an einer Schlüsselstelle des Jungfrau Marathons: Wer hier, wie 98% aller Läufer, rechts abbiegt, läuft auf der offiziellen Laufstrecke weiter und kann über die steilen Wege hinauf zur Moräne zum Ziel gelangen. Bleibt man allerdings auf der breiteren Schotterpiste, kommt man relativ bequem hinauf zum Ziel, freilich ausserhalb der offiziellen Wertung.

Kurz: Am Wixi liegt der Scheidepunkt des Jungfrau Marathons. Hier wird entweder ein provisorisches Ziel errichtet, wenn die Wetterlage es weiter oben nicht mehr gefahrlos erlaubt, die viertausend Läufer zum Gletscher zu schicken. Hier wird auf die Abkürzung zur Kleinen Scheidegg umgeleitet, wenn etwa Schnee die schmalen Pfade an der Moräne unpassierbar machen. Und hier wird das Rennen beendet, wenn das Zeitlimit von 6:30h überschritten wurde.

Der letztgenannte Punkt relativiert die gehetzten Blicke und das komische Vorspielen einer Schein-Form mancher Läuferinnen und Läufer, die uns jetzt etwa 150 Meter weiter unten erblicken und irgendwie ahnen, was ihnen blühen könnte. Ein kurzer Blick auf die Uhr – oh Schreck: nur noch 10 Minuten bis zum Limit! Worauf sich eine wundersame Wandlung vom schlurfenden Lahmen hin zum energisch ausschreitenden, locker trabenden Bergläufer vollzieht «der weiter unten noch auf einen Freund warten musste» oder «sich verlaufen hat» oder aus einem anderen,



Es kam auch schon vor, dass ein Teilnehmer die bereits gelegte Infusion rausriss und vor dem Sanitätsteam «flüchtete», um ins Ziel zu kommen.





Hans-Peter Berger ist der Prototyp des gelassenen Berglers und sorgt sich um seine Läufer: «Die Natur schert sich nicht um die paar tausend Wichte, die sich hier den Berg hinauf schlängeln.»

28

unverschuldeten Grunde aufgehalten wurde und nun mal eben schnell «dreihundert Plätze aufholen wird».

Ziemlich pünktlich taucht das Besen-Mountainbike an der Serpentine auf und scheucht einige verschreckt wirkende Läuferinnen mittleren Alters vor sich her; andere überholen noch schnell auf den letzten Metern und winken verschämt dem wartenden Team um Hans-Peter zu. Der wartende «Schlussläufer» macht sich bereit, um auf den nächsten vier Kilometern das Besen-Velo abzulösen und stellt sich schon mal den drei Ladies vor, die er wohl die kommenden zwei Stunden begleiten wird. Als die vier dann medienwirksam vor den TV-Kameras davonlaufen, lässt Rennarzt Berger die Strecke mit dem Gatternetz schliessen – das Zeitlimit ist längst erreicht, alle in Sichtweite wurden noch durchgewunken.

**Persönliche Dramen am Kontrollpunkt**

Alle weiteren, die sich im Laufe der nächsten 1,5 Stunden bis zum Wixi durchschlagen, werden vom Rennarzt freundlichst empfangen, auf das Zeitlimit aufmerksam gemacht, um ihren Teilnehmer-Chip geben und mit Finisher-T-Shirt und Medaille um den Hals über die Abkürzung zur Kleinen Scheidegg geschickt. Zu langsam ist nun mal zu langsam.

Doch was sich hier so lapidar liest, birgt persönliche Dramen, masslose Enttäuschung,

kaum verhohlene Aggression aber auch menschliche Grösse und lockeren Umgang mit dem Sport. Zum Beispiel der 69-jährige Holländer Jack, der hier schon drei Mal gefinisht hat und nun eben zu spät dran ist – was solls, wo gibts das nächste Bier? Oder der Franzose Jean, dessen Beine heute einfach nicht mitspielen wollten und der nun froh ist, dass ihm eine Entscheidung abgenommen wurde. Oder Elaine, die bereitwillig den Chip aushändigt, allerdings nur unter der Bedingung, dass sie im Auto nach oben gefahren wird. Und es gibt Dutzende, die erschüttert die Worte des Arztes wie in Trance aufnehmen und masslos von sich selbst enttäuscht sind – Finisher-Medaille hin oder her. Womit wir bei den vermeintlich Freundlichen angelangt wären: Die nehmen dankend die Medaille entgegen, fragen noch dem Abkürzungsweg, um dann nach 30 Metern laut fluchend die Medaille ins Gelände zu werfen, den Hang hinunter zum Moränenpfad stolpern und mit geballter Faust weiter laufen – zwar auf der Strecke, aber unter Missbilligung der Organisation und ausserhalb jeglicher Wertung.

Und es gibt die Wütenden: Schon von Weitem pöbeln sie, stellen sich stur, behaupten, sie seien in bester Form, wollen unbedingt im Rennen bleiben, verweigern die Herausgabe des Chips, klettern über das Gatternetz, machen einfach weiter. Mit ihnen gibt es Situationen, in denen der Geduldssaden von Hans-Peter kurz vor dem

Zerreissen scheint. Endlose Diskussionen, Wortgefechte in Englisch, Deutsch, Französisch – es gibt offenbar nichts Schlimmeres auf der Welt, als aus diesem Rennen genommen zu werden. Und nichts Schöneres, als sich stur allen zu widersetzen.

Drei Stunden später. Der Schlussläufer und seine Damenbegleitung sind längst im Ziel, die letzten Infusionen in der Rettungsstation in die Läufer getropft, das Rennen ist vorbei – der Rennarzt atmet auf. Hörbar. «Es ist immer wieder ein Abenteuer. Du weisst eben nie, was alles passieren kann in den paar Stunden», sinniert Hans-Peter Berger. «Manchmal kommt es mir wie ein kleines Wunder vor, dass nicht mehr passiert. Dabei weiss ich, was der wahre Grund dafür ist: Die immer bessere Vorbereitung eines jeden Teilnehmers auf das Rennen. Das ist das Erfolgsgeheimnis: Für das Rennen und für jeden Einzelnen!» **F**



**MICHAEL KUNST**

ist seit über 25 Jahren als freier Journalist und Fotograf vorwiegend in Ausdauer- und Abenteuersportarten tätig. Seine Lieblingsthemen sind Triathlon, Ultraläufe und aussergewöhnliche Sportler (je schräger desto lieber). Privat ist der 51-Jährige gerne mit dem Rennrad oder Mountainbike unterwegs und beim Jollensegeln war er schon mehrmaliger «Trainingsweltmeister».



Verdächtige Leistung.

SKINS hochentwickelte Kompressionsbekleidung erhöht die Sauerstoffzufuhr zu den Muskeln und verbessert so die persönliche Leistungsfähigkeit. Get your blood racing: [skins.net](http://skins.net)

Cheat legal.

