

Menschen

„Du kannst nicht immer aufgeben“

Ernest Blasberg gehört zur Elite der Ultramarathonläufer – Interview mit einem heiteren Menschen

Armin Leßner
JÁVEA

Er ist nicht von großer Statur. Der Kopf kahl geschoren, der Drei-Tage-Bart gehört dazu. Im ersten Moment des Kennenlernens hält sich Ernest Blasberg zurück, doch schon im zweiten Moment überzeugt er durch sein heiteres Wesen: Die leuchtenden grün-braunen Augen beginnen zu wirken, der Mund lacht. Durch den kräftigen Händedruck spürt man Athletik pur. Blasberg, gebürtiger Bamberger, in Jávea wohnend, gehört zur Elite der Ultramarathonläufer.

Herr Blasberg, Ihre Lippen sind ganz aufgeplatzt. Was haben Sie denn gemacht?

Das kommt von meinem letzten Rennen Montpellier-Valencia. Ich war völlig ausgetrocknet. Ich bin nämlich ein schlechter Trinker.

Es ging über die Distanz von rund 500 Kilometern. Wie war denn das Rennen?

Dieses Jahr habe ich wirklich Pech gehabt. Ich habe mir schon während der zweiten Etappe (etwa 70 Kilometer) eine Waden- und Oberschenkelzerrung zugezogen. Was eigentlich nicht die Welt ist.

Es war also keine schwere Beinverletzung?

Die Knoten werden nur hart und das kann am Abend ausmassiert werden. Da stehst du am nächsten Tag da wie neu. Das ist kein Problem. Ich habe nur meinen Laufrhythmus gewechselt, also ein Bein stärker belastet als das andere. Und das mache ich, der ich doch jedem rate, den Rhythmus beizubehalten.

Welche Folge hatte dieser Rhythmuswechsel?

Bei der dritten Etappe waren meine Knie im Eimer. Durch die



„Es ist alles eine Willenssache“ – Ernest Blasberg. Foto: A. Leßner

einseitige Belastung wurden die Schritte nicht mehr über die Muskulatur, sondern über die Knochen abgedämpft. So hat sich Wasser in den Knien gebildet. Ich bin kaum mehr ins Ziel gekommen.

Haben Sie abgebrochen?

Nein. Die Knie wurden mit einem Stützverband fixiert. Das funktioniert ganz gut. Das tut zwar höllisch weh. Und dann isst man ein paar Schmerztabletten und es ist wieder gut. Am Ende wurde ich Siebter. Das hat mich etwas geärgert, weil ich im vergangenen Jahr Dritter war.

Also der Körper funktioniert, auch bei großen Schmerzen?

Man muss halt einfach darüber hinweg. Das ist so bei einem

Lauf über große Distanz. Man kommt bei solch einem Rennen immer wieder an diesen Punkt. Doch du kannst nicht immer aufgeben. Du musst einfach immer weiter. Du musst da einfach durch.

Ist es nicht gefährlich, nicht auf Signale des Körpers zu achten?

Aus medizinischer Sicht mag da was Wahres dran sein. Doch mit der Zeit kennt man seinen Körper. Ich hatte mal ein Erlebnis bei einem Trainingslauf. Da trainierte ich bei voller Hitze und plötzlich spürte ich eine Arrhythmie bei meinem Herzschlag. Da blieb ich dann stehen. Doch es war alles nur eine Fehlinterpretation. Ich bin dann gleich weitergelaufen. (Und lacht aus vollem Halse)

Hat es nicht auch schon Tote gegeben bei einem Ultramarathon?

Ja, letztes Jahr beim Lauf in La Reunión, bergauf, bergab, bei enormen Höhenunterschieden. Bei einer Etappe muss man am Seil hochklettern. Da ist einer aus Erschöpfung vom Seil gerutscht.

Schmerzen, Todesgefahr – was ist der Reiz eines Ultramarathons?

Einfach das Gefühl: Man will das jetzt einfach wissen. Zu was ist mein Körper fähig? Schafft er es? Marathon läuft doch jeder. Und im Ziel ist natürlich die Freude riesig.

Welche Eigenschaften sind notwendig für den Ultramarathon?

Der Wille: Ich ziehe das jetzt durch, ich mache das vom Anfang bis zum Schluss. Manche haben sich schon die Füße blutig gelaufen. Ein Freund ist mit dick geschwollener Achillessehne gelaufen. Der ist da durch.

Ist diese Eigenschaft, der starke Wille, angeboren?

Jeder Mensch hat einen Willen. Man muss ihn einfach nur für sich entdecken. Und dann muss er geschult werden. Das geht aber nicht mit guten Worten. Das geht nur über das harte Schleifen, man muss sich selbst in den Hintern treten.

Geht es noch um den Sieg bei solch einem langen Rennen?

Ein bisschen schon. Doch wir sind eine kleine Gruppe von etwa 30 Läufern und wir kennen uns gut. Jeder gönnt jedem den Sieg. Im Prinzip läuft jeder allein, gegen die Distanz, und um eine neue persönliche Bestzeit.

Sie sind 48 Jahre alt, ist das nicht zu alt?

Ganz im Gegenteil. Bei uns gibt es kaum Junge. Beim letzten

Rennen haben vier 30-Jährige mitgemacht, die haben alle aufgegeben. Die wollten sich nicht schinden. Es kommt eigentlich wenig nach. Und einer von uns ist fast 70. Dem sieht man das Alter nicht an. Ein Franzose. Die sind sowieso die größten Knaller. Die laufen Distanzen, da träumst du davon. Ein Freund ist schon zweimal 550 Kilometer durch die Wüste non-stop gelaufen.

Wie hat der Sport Sie verändert?

Ich bin ruhiger und offener geworden. Außerdem hält der Sport jung. Ich könnte gut als 35-Jähriger durchgehen.

Was ist wichtig für solch eine Sportart?

Meine Maria. Ohne sie könnte ich Ultramarathon gar nicht machen. Wenn ich abends ankomme und mit ihr telefoniere, dann pöppelt sie mich immer wieder auf. Ánimo, mach weiter, sagt sie dann. Das hilft mir.



Übergroße Freude: Ernest Blasberg nach der Ankunft in Montpellier im Jahr 2004. Foto: Blasberg

Auch toleriert sie alles und organisiert mit.

Was ist noch wichtig?

Ein Sponsor. Ich werde derzeit vom Centro de Cocinas in Teulada gesponsert. Sie verkaufen Zeyko-, Allmilmö- und Schüller-

Küchen. Montpellier-Valencia kostet 1.250 Euro Startgebühr. Hinzu kommt die gleiche Summe an Material. Ich brauche alle 300 Kilometer neue Laufschuhe.

Was ist das nächste Ziel?

Ich möchte ganz gerne den

100-Meilen-Lauf im Himalaya mitmachen. Dafür trainiere ich. Ich laufe täglich zwischen 15 und 20 Kilometer.

Wie lange laufen Sie noch?

Wenn es nach mir geht, werde ich noch mit 120 laufen.

**NEU
NUEVO
NEW**

Wir suchen noch aktive Verarbeiter:
• guter Verdienst ...

AQUASTOP, S.L.
Mailbox-Nr. 75 • Ctra. Cabo La Nao 71-6
03745 Jávea
Tel. +34 607 482 243 • Fax +34 966 472 452
E-Mail: info@aquastop.info
Internet: www.aquastop.info

Bei undichten Terrassen werden die bestehenden Fliesen einfach mit **AQUASTOP Transparent** überzogen. Fertig!

Die Terrasse ist nun:

- auf Dauer dicht
- trotzdem atmungsaktiv
- dauerhaft von Algen befreit
- rutschfest auch bei Regen
- von der Optik her matt wie vorher
- abriebfest
- leicht zu reinigen
- hochelastisch - keine Risse mehr!
- wetterfest und UV-lichtbeständig

Einsatzgebiete:

- Terrassen • Pools • Treppen • Balkone
- Holzbalken, -türen, -fenster • etc.

Abdichten mit Nanotechnologie

**Hat Ihr Haus ein Problem mit Feuchtigkeit?
Ist die Terrasse oder der Pool undicht?**

Wir haben das Problem dauerhaft gelöst!
einfach und kostengünstig • schnell und sauber

vorher:
undicht und feucht!

nachher:
dicht und trocken!

AQUASTOP®

Ein Schweizer Qualitätsprodukt mit über 20 Jahren Garantie!