

Schuhe mit Stahlnägeln für das Eis

Leichtathletik - Groß-Gerauer Extremläufer Angela Ngamkam und Edgar Kluge testen sich in der ersten Frostnacht

VON STEFAN BOCK

Die erste Frostnacht vom 6. auf den 7. Dezember nutzten die beiden Groß-Gerauer Extremläufer Angela Ngamkam und Edgar Kluge, um ihre Ausrüstung für den „Yukon Arctic Ultra“ zu testen. Denn am 14. Februar wollen sie bei diesem 100 Meilen-Rennen in Kanada an den Start gehen.

In den Wochen davor trugen die Läufer ihre Ausrüstung zusammen, was weniger eine Frage des Angebots als eine „Frage des Geldes“ war, wie es Kluge beschrieb. Bei Hundeschlittenführern haben sie sich informiert, was für den Wettkampf unerlässlich sei. Wichtig bei der Kleidung sei, dass sie atmungsaktiv und beweglich zugleich ist. „Die Feuchtigkeit muss vom Körper weg, denn sonst friert alles fest“, erklärte der Groß-Gerauer. Speziell für diesen Extremlauf kauften die Beiden Schuhe mit Stahlnägeln an der Sohle, ferner ergänzen Gamaschen die Fußbekleidung. Außerdem erfuhren die Groß-Gerauer vieles über die Laufstrecke.

In Alaska sei mit „Overflows“ zu rechnen, berichtet Ngamkam. Dies bedeutet, dass beim Laufen auf dem Fluss zwar Eis unter den Füßen ist, es allerdings auch zu Wasseraustritten kommen kann und die Groß-Gerauer somit zwar auf dem Eis, aber doch im Wasser laufen müssen. Darum ist es besonders wichtig, gutes, festes und

stabiles Schuhwerk zu besitzen. Wasserdichte Ausrüstung ist in allen Bereichen unabdingbar, so beispielsweise die Packsäcke.

Da im Groß-Gerauer Wald noch kein Schnee lag, konnten

Kluge und Ngamkam ihre Ausrüstung aber nicht unter den Extrembedingungen testen, die sie in Alaska erwarten werden. So war es trotz der Minus drei Grad Celsius im Schlafsack mit Fleece-

Inlet, der mit einem Biwaksack umgeben war, mollig warm.

Die Biwaksäcke werden den Beiden in Alaska als Zelt-Ersatz dienen, da die alubeschichteten Plastiksäcke im Vergleich zu ei-

nem Zelt „leichter und einfacher zu transportieren sind, ferner brauchen sie keine Aufbauzeit“, so Kluge. Allerdings sammelte sich Kondenswasser zwischen Schlaf- und Biwaksack. Dies kann bei den extremen Temperaturen in Alaska zum Problem werden, denn „ein tiefgefrorener Schlafsack ist eben nicht besonders heimelig“, sagte der 45-jährige Groß-Gerauer. Nach Alternativen müsse bis zum Abflug noch gesucht werden, fuhr er fort.

Der Test der Kleidung verlief hingegen positiv. Trotz Winddichtigkeit war sie beim Lauftest beweglich, darum sollte die Wärmeleistung bei entsprechenden Unterschritten ausreichen, berichteten die Beiden. Der Aufbau des Schlittens (Pulka) erwies sich als schwierig, da er selbst zusammengesetzt werden musste. Ferner müssen ihn Kluge und Ngamkam für den Transfer nach Alaska wieder zerlegen, ein leichter Auf- und Abbau ist unerlässlich.

Den letzten Stand der Vorbereitungen können interessierte Leser auf Kluges neuer Homepage www.e-kluge.de abrufen. Leider hätten sie bisher bei der Sponsorensuche wenig Erfolg gehabt, berichteten Ngamkam und Kluge. Doch aufgeben wollen sie nicht. So sind etwa Vorträge über ihre Unternehmungen in Planung, außerdem hat der Radiosender FFH zugesagt, einen Bericht über die Extremläufer zu bringen.



Gut vorbereitet will Extremläufer Edgar Kluge sein, wenn er mit seiner Partnerin Angela Ngamkam am 14. Februar bei einem 100 Meilen-Rennen in Kanada an den Start geht, denn die Ausrüstung müssen sie mittragen. Hier überprüft der Groß-Gerauer in der ersten Frostnacht seinen Schlafsack im Gerauer Wald

FOTO: PRIVAT