



# Hochkönigman - wenn der Wille siegt!

**Kennen Sie das „Ich habe es geschafft!“-Gefühl? Seit dem Wochenende baden sich die Finisher des Hochkönigman darin. An die 700 Trailrunner aus 20 Nationen haben die Ziellinie erreicht und Stolz gewonnen – zurecht!**

HOCHKÖNIG. Maria Alm, Dienten und Mühlbach, drei idyllische Bergdörfer, verwandelten sich am Wochenende zwischen 3. und 4. Juni 2016 zum Dreh-, Angel- und Laufpunkt für die härtesten untern den Läufern. Die Rede ist von Trailrunnern – sie meiden die Straßen und lieben Höhenmeter, sie laufen vom Grau davon, ins Grüne hinein, über Stock und Stein, durch Wälder und Wiesen, hoch hinauf auf einen, zwei, drei und mehr Gipfel!

## **HINDERNIS-RUN (Freitag 3.5.2016)**

Ganz schön dreckig! Auch heuer startete der Hochkönigman mit dem Hindernis-Run in Maria Alm, ein Funbewerb, der die Teilnehmer doppelt fordert. Einerseits geht es hier um die Zeit, aber andererseits vor allem um Spaß! Beim Funbewerb über 6 km galt es somit für Einzel- und Staffelstarter Kletterzäune zu überwinden, Traktorreifen zu überspringen, Wasserhindernisse zu durchlaufen und den Durchblick im Schlamm und Matsch zu bewahren. Das schnellste Team waren bei den Herren Müllauer Rupert und Herzog Peter, bei den Damen Mellitzer Victoria und Bachmann Sonja und im Mixed Bewerb Huber Sandra und Reichkendlner Werner. Pfennich Julia und Brüggel Christoph legten den Hindernislauf im Alleingang, pardon, -lauf am schnellsten hin. Bei der Intersport Junior Trophy siegten Ellmauer Felix und Langegger Christian im Team und Bernsteiner Jonathan in der Einzelwertung.

## **ENDURANCE (85 km/5.000 Hm) – MARATHON (47 km/2.900 Hm) – SPEED (24 km/1.500 Hm) (Samstag 4.6.2016)**

Was machen Sie mitten in der Nacht? Schlafen Sie schon, tanzen Sie noch oder laufen Sie schon? - Um 00.00 Uhr Nachts standen 107 Trailrunner am Start des Endurance-Laufs. Mit Stirnlampen, Flüssigkeit, Kohlehydrat-Gels, einer Portion Ehrfrucht und einer Menge Trainingskilometer in den Beinen um 85 km und 5.000 Hm zu überwinden. Die Entscheidung fiel nach ca. 30km schon ziemlich früh und es setzten sich Gerald Fister aus Kärnten von Free-Trailcondor und Florian Grasel alias Trailbeard aus Niederösterreich vom Rest des elitären Feldes ab. Gemeinsam liefen die beiden durch die Nacht, erlebten einen tollen Sonnenaufgang und liefen nach 11:24:09 für Florian Grasel und 11:24:11 für Gerald Fister ins Ziel. 24 Minuten hinter den beiden Siegern kam Robert Zenyk aus der Tschechei in 11:48:49 als dritter in Maria Alm an. Hut ab auch vor den Finisherinnen dieser Distanz mit der Hochkönigman-Siegerin Laetitia Pitis mit einer Siegerzeit von 13:46:51.

Auch kein Honigschlecken war die Marathon-Distanz mit 47 km und 2.900 Hm, auf der auch die Österreichischen Meisterschaften im Marathin Trail ausgetragen wurden. Michael Kabicher aus Oberösterreich vom La Sportiva Mountain Running Team - Friend konnte sich hier in 4:52:02 Stunden nicht nur gegen die sehr starke Konkurrenz behaupten, sondern damit auch den Österreichischen Meistertitel im Marathon Trail sichern. Vizestaatsmeister und Gesamtzweiter des Hochkönigmans Marathon Trails wurde Andreas Tockner aus der Steiermark vom Salomon Running Team Austria in 4:53:21 Stunden. Dritter und die Bronze Medaille in der Meisterschaftswertung des Marathon Trails holte sich in 4:47:35 Stunden Gerald Bauer vom La Sportiva Mountain Attack Team. Bei den Frauen ließ Cilly Schreyer, Nathalie Walter und Johanna Simmer hinter sich. Simmer durfte sich bei den Damen die Krone des Österreichischen Meistertitels aufsetzen. „Chapeau!“ für die 140 Finisher!

Der Speed Trail hört sich zwar kurz und knackig an, aber auch bei der kürzesten Distanz müssen die Läufer über 23 km und 1.500 Hm zurücklegen. Über die Sprintdistanz gab es von Beginn an ein heißes Rennen, welches Armin Höfl vom Buff Team Austria in 2:08:51 Stunden für sich entscheiden konnte. Dicht dahinter kam in



2:09:13 Stunden Johannes Klein vom Mammut Local Hero Team und das Podest komplettierte Franz Fuchs in 2:13:58 Stunden.

Bei den Frauen entschied Tatiana Mitkina vom Triathlon TSV Altenmarkt in 2:39:20 den Speed Trail für sich. Am zweiten Rang kam in 2:45:16 Vroni Brand vom SC Aising-Pang. Dritte wurde Melanie Trimmel in 3:05:23 vom B'jaks Running team Austria.

Egal welche Distanz, alle schweißtreibende Höhenmeter wurden mit einem herrlichen Panoramem und einem ausdauernden Rahmenprogramm mit Expo belohnt. Die Band „The pure & band“ feierten mit den Zuschauern die Finisher im Hochkönigsaal des Hotel Niederreiter und mit würdigem Applaus. Der Termin für den Hochkönigman 2017 steht schon fest also gleich vormerken: 2.-4. Juni 2017

**Fotos (zur freien Verwendung):** <https://we.tl/lqSdb9F1VZ>

**Fotocredit:** TVB Maria Alm

**Bilduntertexte:**

**Hochkönigman 1-7:** Laufen, schwitzen, Spaß haben – alleine oder in der Staffel. Das ist die Devise beim Hindernis-Run, dem Hochkönigman-Eröffnungsbewerb.

**Hochkönigman 8-12:** Trailrunner - wo anderen wandern, rennen sie, wo andere bergsteigen, laufen sie und das über Distanzen von 24, 47 und 85 Kilometer!

**Hochkönigman 13:** Start zu einem der größten Trailrunning-Abenteuer – dem Hochkönigman 2016

**Hochkönigman 14:** Nach den Gipfel endlich im Ziel – Florian Grasel und Gerald Fister, die beiden Sieger des Endurance Trail beim Hochkönigman 2016

**Hochkönigman 15:** Das „Ich habe es geschafft“-Gefühl nach dem Hochkönigman 2016

**Hochkönigman 16:** Ausgepowert, verschwitzt und überglücklich. Im Ziel von Maria Alm stehen für die Läufer Pools für eine erfrischende Abkühlung bereit.

**Hochkönigman 17:** Siegerinnen unter sich – Cilly Schreyer Königin des Marathon Trail und Laetitia Pitis Gewinnerin des Endurance Trail beim Hochkönigman 2016

**Hochkönigman 18:** Starke Typen – Sieger und damit auch Österreichischer Meistertitel im Marathon Trail Michael Kabicher, Zweiter Andreas Tockner und die beiden Dritten Gerald Bauer und Markus Stock beim Hochkönigman 2016

**Ergebnisliste:** <http://my4.raceresult.com/39117/results?lang=de#>

**Pressekontakt:**

**Herr Franz Bauer**

Tourismusverband Maria Alm  
Am Gemeindeplatz 7  
A-5761 Maria Alm  
Tel.: +43 (0)6584 20388-20  
E-Mail: [mariaalm@hochkoenig.at](mailto:mariaalm@hochkoenig.at)  
[www.hochkoenig.at](http://www.hochkoenig.at)

**Herr Thomas Bosnjak**

Trainingszentrum Bjak  
Linzerstraße 61  
A-4810 Gmunden  
Tel.: +43 (0)676 5509794  
E-Mail: [trailshop@bjak.at](mailto:trailshop@bjak.at)  
[www.trailshop.at](http://www.trailshop.at)