

# Nach der Quälerei zählt zunächst nur noch Ruhe

Dass André Henk und Jens Daniel das Getting Tough Race überstanden haben, ist aller Ehren wert. Die Platzierungen der beiden Erzgebirger unter den 903 Teilnehmern, die in Rudolstadt das Ziel erreicht haben, spielen eine nebensächliche Rolle.



André Henk und Jens Daniel (rechts) mit ihren Erinnerungsmedaillen an das Getting Tough Race 2013 in Rudolstadt.

FOTO: PRIVAT

VON THOMAS SCHMIDT

**ANNABERG-BUCHHOLZ** – Durchgefroren, erschöpft, aber glücklich. Die beiden Extremsportler, die in Rudolstadt ihre siebte beziehungsweise sechste derartige Prüfung gemeistert haben, kühlen nun Abschürfungen und Prellungen. „Aber es gibt Schlimmeres“, sagt Henk, der jedoch zugibt, dass er nur ansatzweise geahnt hatte, was auf ihn zukommt.

## „Es gab keine Erfrierungen. Also gelungener Samstag.“

**André Henk** Extremsportler

Einige Gefühle und Eindrücke will der 45-Jährige jedoch schildern. So etwa, dass die beiden Erzgebirger anfangs dachten, dass am Ende der Runde die Betonteile einer Brückenkonstruktion zum Drüberlaufen dalagen. „Weit gefehlt, es hieß durchkriechen – und das bei einer Höhe von 60 Zentimetern. 60 Meter lang drückten sich Steine in unsere Körper“, erzählt der Buchholzer, der für den SSV Geyer an den Start gegang-

gen ist. Doch damit war der Abschlussparcours noch nicht bewältigt. Heuballen, ein Bus, zwei Panzer, mehrere fünf Meter hohe Kletterwände, eine Gerüstkonstruktion mit abschließendem Rutschen an einer Stange, eine Vielzahl von Betonteilen zum Übersteigen und Durchkriechen waren aufgetürmt. „Wie viele, das habe ich nicht gezählt. Aber es waren weit mehr als 20 Hindernisbereiche“, sagt Henk zum Halali. Bis dahin, bis zu jenem Zeitpunkt also, da die Kräfte bereits aufgebraucht schienen, hatten er und Jens Daniel jedoch bereits eine Menge Etappen bewältigt.

„Schon der Start erfolgte bei einem Grad Celsius und einem Zentimeter Schnee. Nur wenig später ging es das erste Mal durch zwei Gräben mit Wasser, das schätzungsweise vier bis fünf Grad kalt war“, schilderte Daniel den Beginn. Danach sei es recht entspannt über einen längeren Laufbereich in die umliegenden Berge von Rudolstadt gegangen. Hoch und runter, teils kriechend oder rutschend. „Und da der Oberkörper auch was leisten muss, war Reifenschleppen über einen Kilometer angesagt“, fügte der 44-Jährige hinzu. Erst im Zielbereich sei es allerdings ans Eingemachte gegangen.

„Und das nach 20 Kilometern. Es hieß tauchen. Da ein Freibad am Weg lag, wurde es genutzt. Also hinein ins Becken und unter sieben Holzstämmen hindurch. Erst da haben wir gemerkt, wie der Körper an Kraft verliert. Jens musste im Wasserbecken wegen einer alten Verletzung kurzzeitig sogar Hilfe annehmen, fand aber später wieder zu alter Stärke zurück“, erzählt Henk. „Glücklicherweise hat sich bei mir ein Umknicken nicht als größeres Problem herausgestellt.“ Nach einem weiteren Becken folgten ein paar einfachere Hindernisse – bis die Sturmbahn auftauchte.

## „Der Lauf ist der härteste auf dem Kontinent.“

**Jens Daniel** Extremsportler

Wieder hieß es Klettern, Feuer überwinden, Sandsäcke schleppen und einen Graben durchwaten. „Danach ging es noch einmal durch die Saale, bevor der eingangs geschilderte Vorzielbereich in Sicht kam“, berichtet Henk. „Es hieß, Schmerzen unterdrücken, die Zeichen des Körpers ignorieren – und kämpfen. Und dann hatten wir es geschafft, konnten wir aufs Zielpodest steigen und stolz die Medaille entgegennehmen.“

Zerschundene Knie und Ellenbogen, Schmarren am Kopf, blaue Flecke. „Ich merke die Härte am ganzen Körper. Aber es gab keine Erfrierungen. Also ein gelungener Samstag“, so André Henk. „Fast so hart wie der Tough Guy in England. Der Lauf ist der härteste auf dem Kontinent“, ist Jens Daniel vom SV Sparkasse überzeugt. Nach 3:46 Stunden hatten er und sein Kollege auf die Plätzen 404 und 405 die Tortour überstanden: „Der Glühwein hat noch nie so gut geschmeckt wie in der Badewanne.“