

## Günter Liegmann auf dem Saar und Hunsrück Steig unterwegs

Ultraläufer Günter Liegmann vom TV Georgsmarienhütte nahm am 10.05. und 11.05.2013 am Saar – Hunsrück Supertrial teil.

Am ersten Tag wurden 66 km von Idar-Oberstein nach Braunshausen absolviert – 2000 Höhenmeter gehörten dazu. Am zweiten Tag fand ein Bustransfer nach Trier statt. Von dieser alten Römerstadt ging es dann zurück nach Braunshausen: diesmal 62 km und 1500 Höhenmeter. Gestartet wurde in zwei Gruppen: die etwas langsameren um 7:00 und die schnellere Gruppe mit Günter Liegmann um 8:30 Uhr.

Die Strecke verlief weites gehend auf dem Wanderweg „Saar Hunsrück Steig“, einem Premiumwanderweg Deutschlands. Das bedeutete laut Günter Liegmann landschaftlich reizvolle Strecken, Natur pur, schmale Wege, Wiesen, Moorgebiete, Bäche, große Waldgebiete usw.

Der höchste Punkt, der Erbeskopf mit 818 m ü. NN, wurde quasi parallel zur Seilbahntrasse erklommen, was einen sehr steilen Aufstieg bedeutete. Die am zweiten Tag schweren Beine und die zunächst bestehenden Fußschmerzen aufgrund zu leichter Laufschuhe am ersten Tag verfliegen aber angesichts der tollen Aussichten auf der Strecke rasch.

Mit unterwegs war Hans-Werner Rehers. Beiden, wie auch den anderen gemeldeten 95 Startern, gefiel besonders die tolle Organisation. „Einer der schönsten Ultras bzw. Läufe die ich je gemacht habe“, so Günter Liegmann.







Impressionen auf der Strecke und Günter Liegmann ( Foto 309 rechts)