

Schnell mal auf den Berg

Helmut Reitmeir ist der erfolgreichste deutsche Bergläufer

Inferno Halbmarathon, Hinteralm Brutal, Harakiri Run – wenn Helmut Reitmeir die Laufschuhe schnürt, wird es extrem. Der 68-Jährige ist der weltweit erfolgreichste Bergläufer in seiner Altersklasse.

Einfach gesagt: Mit jedem Kilometer, den der Oberbayer zurücklegt, steigt er 100 Höhenmeter den Berg hinauf.



Anfangen hat seine Läuferkarriere in den 1950er-Jahren. „Auf den Geschmack der Berge“ kam er, als er bei den Gebirgsjägern war. Seitdem ging es mit Helmut Reitmeir nicht nur sprichwörtlich bergauf. Er war seitdem jeweils in seiner Altersklasse sechsmal Bayerischer Berglaufmeister, fünfmal Deutscher Berglaufmeister, einmal Europameister und Berglaufweltmeister in den Jahren 2002 und 2004. Helmut Reitmeir siegte in seiner Altersklasse in insgesamt über

160 Bergläufen. Ein Ende ist nicht abzusehen.

Ein Abonnement auf den Titel scheint der gelernte Reprotechniker beim Zugspitzlauf zu haben. Siebenmal siegte der Münchner in seiner Altersklasse. Auch beim Jungfrau-Marathon in den Schweizer Alpen läuft er

regelmäßig zu Höchstleistungen auf: Sechsmal stand er ganz oben auf dem Stockerl, mit 52 Jahren lieferte er mit 3:27 Stunden seine Bestzeit auf der extremen Strecke.

Das Spannende seien aber nicht die vielen Trophäen, die er in den Jahren gesammelt habe,



sagt Helmut Reitmeir. Die besten Läufe seien die einsamen auf einen Sechstausender. „Da ist man auf sich alleine gestellt.“ Kein Handy, kein Mensch weit und breit und im Notfall würde es auch mit dem Rettungshubschrauber schlecht ausschauen. Trotzdem ist diese „puristische Art der Fortbewegung“ in schwindelerregender Höhe für ihn das Größte. Ein gut ausgebautes Straßen- und Wegenetz findet er dort nicht. Er läuft lieber in den Spuren der Inkas und nutzt deren altes Nachrichtenwegenetz.

An einen Lauf erinnert sich der 68-Jährige gerne zurück: „Ich startete 2009 in Norwegen bei einem Berglauf“, sagt Reitmeir. Vor dem Start fiel sein Blick auf ein Schild mit dem Schriftzug „2,5 kg“. „Ich fand heraus, dass man mit einem Rucksack mit einem Gesamtgewicht von 2,5 Kilo laufen muss.“ Jetzt packte er eigentlich seinen Rucksack immer so leicht wie möglich. Also legte er ein paar Steine als zusätzliches Gewicht obendrauf. Andere waren da praktischer veranlagt: „Da schleppte zum Beispiel mein Mitläufer Ricky Gates seine Kamera und eine Bierdose die ganze Strecke mit“, schmunzelt Reitmeir heute über die Erlebnisse am 1848 Meter hohen Skaala Opp.

Seit 2004 richtet der 68-Jährige seinen eigenen Wettbewerb aus. Beim Wallberglauf im Mangfallgebirge in den Bayerischen Voralpen müssen die Teilnehmer auf 5,3 Kilometer einen Höhenunterschied von 835 Metern überwinden. Die Besten brauchen dafür zwischen 31 und 35 Minuten. Zum Vergleich: Reitmeir, der Gründer der Veranstaltung brauchte für eine ähnliche Entfernung 2009 (als 65-Jähriger!) exakt 46:10 Minuten.

Bericht: M. Fryzel