

Grösster Gletscher der Alpen



Medienmitteilung

Aletsch Arena, 10. Mai 2021 – Aletsch Halbmarathon 2021
Laufsport, Sport, Freizeit, Reise, Tourismus, Schweiz, Wallis, Aletsch Arena

Corona-Edition des schönsten Berglaufs in Europa

ALETSC HALBMARATHON 2021 – INDIVIDUELLE UND REALE HER- AUSFORDERUNG IN VIRTUELLER GEMEINSCHAFT

Kenner bezeichnen ihn als den „schönsten Halbmarathon Europas“. Ohne Zweifel aber ist er der schönste Berglauf. Mit spektakulärer Aussicht auf 40 Viertausender, entlang des von der UNESCO geschützten, längsten Eisstrom der Alpen. Durch ein wildes Meer aus Granit, vorbei an glasklaren Bergseen, durch uralte Arvenwälder und autofreie Bergdörfer. Ein Lauf hoch oben auf dem Sonnenplateau der Aletsch Arena, deren Landschaft den Atem raubt – und gleichzeitig beflügelnd, die Läufer ins Ziel pusht! Kein Wunder, dass die Startplätze jedes Jahr innerhalb weniger Stunden vergriffen sind.

Bereits zum zweiten Mal in Folge, muss der beliebte Berglauf in seiner ursprünglichen Form abgesagt werden. Bei über 2.500 Teilnehmern ist ein gemeinsamer Start nicht möglich. Wohl aber in einer entzerrten Corona-Version, wie sie bereits im letzten Jahr sehr erfolgreich durchgeführt wurde: individuell gestartet und gemeinsam getrackt – über einen Transponder in der Startnummer und installierte Zeitnehmer an der Strecke.

Vom 3. Juli bis 3. Oktober können Läufer die gut ausgeschilderte Halbmarathon-Strecke an einem beliebigen Tag absolvieren und dank der Zeitmessung trotzdem das gemeinschaftliche Erlebnis spüren.

Wer sich im Vorfeld einstimmen und Eindrücke des Laufs sammeln möchte: „Mach’s wie Vik!“ Der ehemalige Marathon Europameister Viktor Röthlin wird am 1. Juli von einer Drohne begleitet an den Start gehen und per Videobotschaft seine persönlichen Tipps für diesen besonderen Berglauf weitergeben.

„Der Entscheid fiel uns total schwer und es trifft uns brutal hart. Aber es geht nicht anders.“ Viele verschiedene Szenarien hatte der Geschäftsführer des Aletsch Halbmarathon, Anton König, im Vorfeld geprüft und musste sich letztlich doch für die Absage des beliebten Events entscheiden. Die Entwicklung der Corona-Zahlen liessen keine andere Wahl zu. Zudem wollte er den Läufern und Partnern frühzeitig Planungssicherheit gewährleisten. Alle erfolgten Anmeldungen werden automatisch auf die Austragung 2022 übertragen oder können bis Oktober zurückgegeben werden.

Umso erfreuter waren die Veranstalter über die Zusage des ehemaligen Marathon Europameisters, Viktor Röthlin. Der erfahrene Bergläufer wird seine Eindrücke vom Lauf schildern und sicherlich jede Menge Tipps preisgeben, wie man sich optimal vorbereitet und diese herausfordernde Strecke am besten bewältigt.

Grösster Gletscher der Alpen



Zur Strecke

Der Aletsch Halbmarathon startet an der Bergstation der Bettmeralp auf 1.950 Metern und führt an einem wunderschön gelegenen Bergsee vorbei zur Riederfurka. Von hier geht es mit mässigen Steigungen herum ums Riederhorn, wo fantastische Ausblicke auf zahlreiche Viertausender und das Rhonetal warten. Weiter dann entlang des felsigen Grates oberhalb des mächtigsten Eisstroms der Alpen, dem grossen Aletschgletscher. Ein Anblick der Kraft gibt für den finalen Schlussanstieg von der Moosfluh hinauf zum Bettmerhorn, wo Ziel und Bergbahn die Läufer erwarten.

Streckenprofil

Länge: 21,1 km

Start: 1.950 Meter

Ziel: 2.650 Meter

Höhenunterschied: 700 Meter (Aufstieg: 1.148 Meter; Abstieg: 432 Meter)

Im Läufer-Package zum Preis von 20 CHF ist die offizielle Startnummer mit dem Chip zur Zeiterfassung enthalten. Dazu: Ein Getränk beim Start, ein Läufer-Bag, Gratisrückfahrt vom Ziel mit der Gondelbahn zur Bettmeralp, eine persönliche Urkunde zum Download und die Teilnahme an monatlichen Verlosungen von Hotelübernachtungen in der Aletsch Arena.

Nicht angeboten wird ein Sanitäts- und Versorgungsdienst. Die Notfallnummer ist auf der Startnummer aufgedruckt. Toiletten und Verpflegungsorte (Restaurants, Lebensmittelgeschäfte etc.) sind auf dem Streckenplan eingezeichnet.

Die jeweils aktuellen Covid-19 Schutzbestimmungen müssen eingehalten werden. Eine Voranmeldung ist erforderlich.

Online Anmeldung ab 10. Mai 2021: www.aletsch-halbmarathon.ch/echtes-lauferlebnis

Die Ausgabe der Startnummern erfolgt bei der Bergstation der Luftseilbahn auf Bettmeralp

Bei Fragen: info@aletsch-halbmarathon.ch, Telefon: +41(0)27 928 58 88

+++ Wussten Sie schon +++

Höhentraining: Das Laufen in der Höhe

Der Aletsch Halbmarathon führt von 1.950 Meter bis hinauf zum Bettmerhorn mit stolzen 2.650 Metern. Mit steigender Höhe sinkt der Luftdruck und auch die Funktion der Lunge, das Blut mit Sauerstoff anzureichern. Der Körper versucht, dieses Manko durch Steigerung von Atem- und Herzfrequenz zu kompensieren und diese Anpassung wiederum führt zu höherer Ausdauerleistung. Nach mehreren Tagen in der Höhe vermehren sich zudem die roten Blutkörperchen, die den Sauerstoff im Blut transportieren. Dadurch gelangt mehr Sauerstoff zu den Muskeln, der Sauerstoffspeicher in der Muskulatur wird grösser, die Atemtätigkeit effektiver und der Fettstoffwechsel erhöht sich, da mehr Energie durch die Anpassung benötigt wird.

Von Höhentraining spricht man ab einer Höhe von 1.800 Metern und es verlangt in der Regel eine Mindestdauer von einer Woche, um merkliche Erfolge zu erzielen.

Grösster Gletscher der Alpen



Veranstaltungs-Tipps

1. Aletsch Trail Challenge 25.9.2021

Zum allerersten Mal findet am Samstag, 25.9.2021 die Aletsch Trail Challenge statt. Dieses besondere Trail-Event bietet 4 Rennen zwischen Fiesch (1.062 M) – Fiescheralp (2.214 M) und dem Eggishorn (2.869 M) von VK2 bis Gletschi Kids Trail. Das Berg- und Vertikalrennen wird in den Kategorien Männer, Damen, Kinder und Jugend angeboten.

Ersatztermin: Sonntag, 26.9.2021

Mehr Informationen: www.aletscharena.ch/aletsch-arena/veranstaltungen/veranstaltung/aletsch-trail-challenge

Zur Region

Im UNESCO-Welterbe Swiss Alps Jungfrau-Aletsch thronen die autofreien Bergdörfer Riederalp, Bettmeralp und Fiescheralp auf dem sonnenverwöhnten Hochplateau der Aletsch Arena. Im Blick den imposantesten, längsten Eisstrom der Alpen und 40 Viertausender!

Knapp zehn Minuten gondelt die Bahn aus dem Tal – mit den charmanten historischen Orten Betten Dorf, Mörel, Lax, Fiesch und Fieschertal – hinauf in die barrierefreie Sommerfrische der kristallklaren Bergseen und magischen Kraftorte; der eisigen Abenteuer-Touren auf dem 23 Kilometer langen Aletschgletscher; der 1000-jährigen Arven im märchenhaften Aletschwald; der unzähligen Kinderprogramme; der Mountainbike-Trails und Seilparks; und des sensationellen Blicks von den View-Points Hohfluh, Moosfluh, Bettmerhorn und Eggishorn.

Gletscherfreundliche Anreise: Wir alle wissen, dass der Gletscher durch den Klimawandel bedroht ist. 2090 wird es, so haben Forscher berechnet, nur noch einige kleine Reste des heute noch so eindrucksvollen Aletschgletschers geben – wenn die Erderwärmung fortschreitet wie bisher. Die autofreie Aletsch Arena eignet sich bestens für eine Anreise mit Bus und Bahn: Der Zielbahnhof liegt direkt im Bergbahn-Gebäude. Die Deutsche Bahn fährt ab 18,90 Euro in die Schweiz. Ab Zürich geht es dann komfortabel und gletscherfreundlich weiter mit den Schweizer Bahnen.

Neuer ÖV-Hub in Fiesch: Zug, Bus und Bergbahn vereint – barrierefrei

Das neue, moderne Bahnhofsgebäude vereint Zug- und Bus-Terminal und bietet einen komfortablen, direkten Zugang zur neuen 10er Gondelbahn hinauf auf die Fiescheralp. Das Jahrhundertprojekt der Region verspricht den Gästen einen grossen Mehrwert, für eine klimafreundliche Anreise mit dem öffentlichen Verkehr.

Mehr Informationen unter www.aletscharena.ch

Rückfrage-Hinweis Monika König-Gottspöner, Leiterin Kommunikation

Aletsch Arena AG | Furkastrasse 39 | CH-3982 Mörel

+41 27 928 58 63 | monika.koenig@aletscharena.ch | aletscharena.ch/medien