



Els Aelbers, Sportchefin der Gemeinde Lanaken, lebt mit ihrem Mann und zwei Töchtern in Uikhoven. 2012 lief sie ihren ersten Ultra auf dem schnellen Kurs von Stein. In Steenwerck wurde sie dieses Jahr Vizemeisterin und Erste in ihrer Kategorie (W45). Zwei Wochen später wurde sie erste in ihrer Kategorie bei den Steenbergen 24h.

Dieses Jahr hast du in Steenbergen eine neue PR auf den 24h gemacht, 10 km weiter als vor zwei Jahren. Und das 3 Wochen nach der Belgischen Meisterschaft 100 km. Können wir sagen, dass dies Ihr Höhepunkt war?

Es war eine tolle Leistung, aber der Höhepunkt war für den Herbst 2016 geplant, genauer gesagt beim 24h in Zelzate. Leider plagt mich eine Rückenverletzung und das Präparat ist hier komplett ins Wasser gefallen. Ich hoffe, dass ich im Oktober teilnehmen kann, muss aber abwarten, ob es 6 Uhr, 12 Uhr oder 24 Uhr ist. Ich hoffe eigentlich immer noch auf ein Wunder, denn ich bin seit dem 15. Juli nicht mehr gelaufen.

Du läufst viele Ultra-Rennen. Hast du eine besondere Vorliebe für eine Wettkampffart oder läufst du einfach nur gerne alle Ultras?

In den Vorjahren habe ich mich sehr auf meine 6-Stunden-Rennen konzentriert. Seit den 100 km in Amiens letztes Jahr und den BK 100 km in diesem Jahr gefallen mir auch die 100 km sehr gut. Ich merke auch, dass einige Fortschritte noch möglich sind. Während meiner ersten 24 Stunden war ich überzeugt, dass ich keine weiteren 24 Stunden mehr laufen würde. Trotzdem habe ich beschlossen, es dieses Jahr noch einmal zu versuchen, und mit nur 4 km von 180 km wird dies eine neue Herausforderung und ich brenne darauf, sie erneut anzunehmen.

2014 fand in Uikhoven die Belgische Meisterschaft 24h statt. Eine Region, die Sie gut kennen und an der Sie selbst teilgenommen haben. Wie blicken Sie darauf zurück?

Es waren meine ersten 24 Stunden. Ursprünglich sollte ich die 100km laufen, aber da es ein

Zeitlimit von 13 Stunden gab und ich bezweifelte ob das für mich machbar ist, habe ich mich für die 24 Stunden angemeldet. Mein Ziel war es, zuerst die 100 km schön zu absolvieren, dann einen weiteren Marathon zu versuchen und wenn es mir gelungen ist, waren 150 km meine ultimative Herausforderung. Meine Erfahrung in diesen ersten 24 Stunden war fantastisch. Während der ersten 50 km kamen wir fünfmal an unserem Haus vorbei, danach kamen wir alle zwei Kilometer zweimal an unserem Haus und dann auch am Haus meiner Eltern vorbei. Diese waren so in das Ganze vertieft, dass sie dem schlechten Wetter trotzten, um mich und die anderen Läufer den ganzen Tag zu ermutigen. Sogar Mama war im Schlaf so neugierig, ob ich noch laufe, dass sie plötzlich um 4 Uhr morgens hinter dem Fenster stand, um zu sehen, ob ich noch laufe. Das macht was mit dir! Dann, in den letzten vier Stunden, als die Dämmerung hereinbrach, bekam ich immer mehr Unterstützung von Leuten, die ich nicht kannte. Es war eine unglaubliche Erfahrung, in unserem eigenen Dorf spazieren zu gehen. Hoffentlich findet es eines Tages in unserem Dorf statt, dann werde ich sicherlich mein Bestes geben.

Die 24h Steenbergen werden, wie viele andere Bewerbe auch, nächstes Jahr nicht mehr stattfinden. Es ist daher keine leichte Disziplin. Sollten wir anfangen, über die Zukunft der 24 Stunden nachzudenken oder sehen Sie einen neuen Fortschritt?

Es wird in Zukunft sicher nicht einfach sein, Rennen auf der Straße zu veranstalten, aber auch auf der Piste ist es nicht selbstverständlich. Ihre Organisation muss 24 Stunden auf höchstem Niveau laufen, und es gibt viel Arbeit davor und

danach, und das für nur ein sehr begrenztes Teilnehmerfeld. Wir Ultraläufer hoffen, dass es im eigenen Land einige Möglichkeiten gibt.

Danke für das Interview Els. Ich wünsche dir eine schnelle Genesung.

Kevin Simons