



Erwin Fladerer
Eschenweg 8
84562 Mettenheim

08631/ 16 64 64
info@bayerische-laufzeitung.de
www.bayerische-laufzeitung.de

Presse/Laufbericht

Martin Cox - eine Berglauflegende

Meine
Laufgeschichten

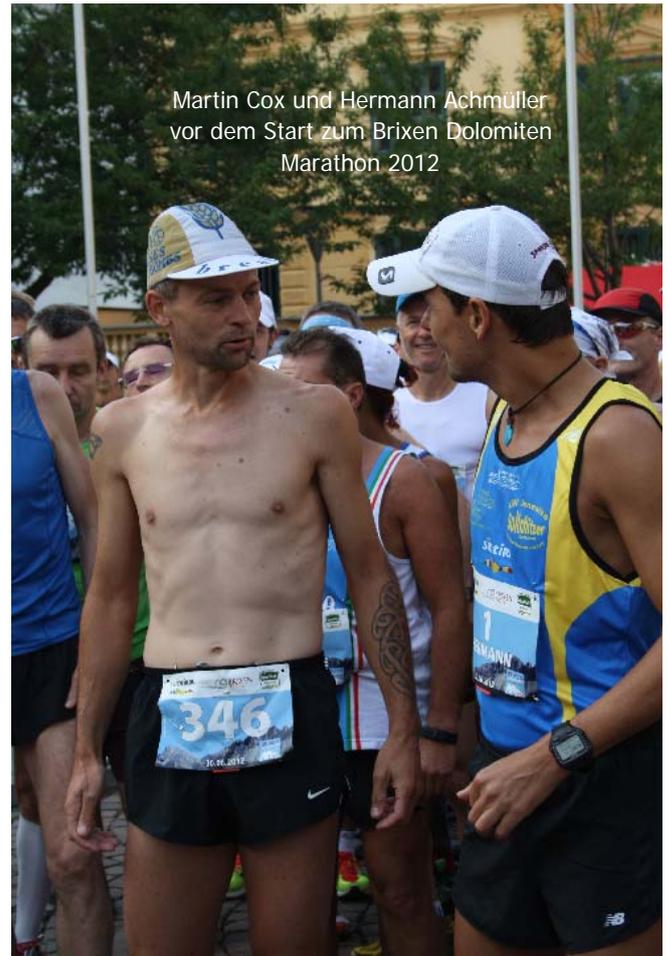
Mettenheim, im Juli 2012



Am Abend nach dem Brixen Dolomiten Marathon gönnen wir uns im Hotel Jonathan das Fünfgänge-Menü nach Südtiroler Geschmack. Wir schwärmen geradezu davon und von der Flasche des köstlichen Hausweines bleibt anschließend auf der von Weinreben überdeckten Terrasse auch nichts übrig. Während wir den herrlichen Tag noch einmal Revue passieren lassen und die Ruhe des abgeschiedenen Hotels genießen, sehen wir ein Stück weit gegenüber einen einsamen Herrn sitzen. Wir machen ihn als Sportler aus. Er sieht etwas mitgenommen von dem heißen Tag aus, trinkt ein Glas Wasser und verspeist mit großen Pausen eine Portion Spaghetti.

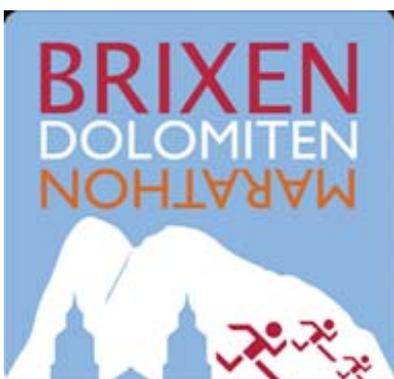
Bestimmt ist er heute den Dolomiten Marathon gelaufen, denken wir. Nudeln vor dem Rennen ja, aber wir belohnen uns nachher mit Kasnocken, einer Geflügelbrust mit knackigem Gemüse, Panacotta mit frischen Erdbeeren und natürlich mit dem fantastischen Wein der Gegend. Und er?

Er ist doch... ja: Martin Cox. Der berühmte Bergläufer, der heute bei traumhaftem Wetter bei der dritten Auflage des Brixen Dolomiten Marathon hinter Hermann Achmüller auf den zweiten Platz lief.



Martin Cox und Hermann Achmüller vor dem Start zum Brixen Dolomiten Marathon 2012

In 3 Stunden und 52 Minuten satte 2450 Höhenmeter und 42,195 Kilometer! Der mittlerweile 43-jährige ist ja eine Berglauflegende - wissen wir!



Engadiner Sommerlauf

33. Engadiner Sommerlauf, 27 km
17. Muragl Lauf mit Nordic Walking, 10 km
13. Kids Race, 1-3 km

Mit Kategorie
Firmen & Teams

Sonntag, 19. August 2012
www.engadiner-sommerlauf.ch

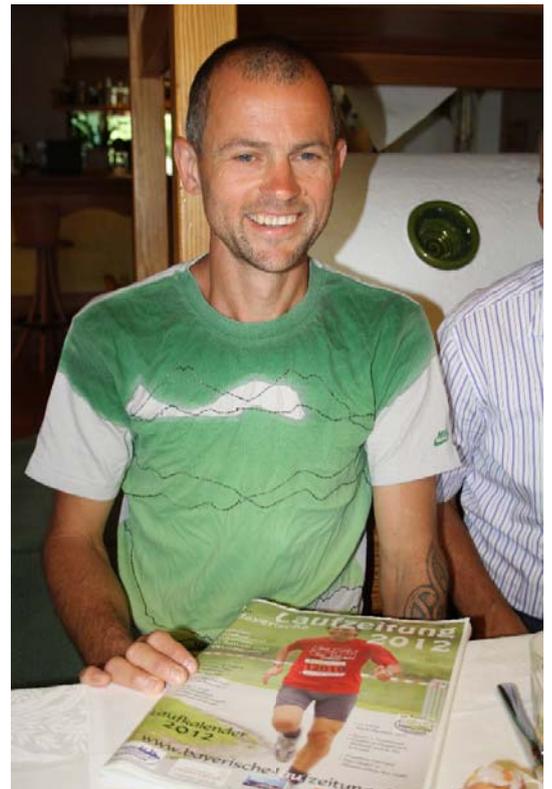
adidas | Angerer | N.F.C. | ERDINGER | engadinmobil | Engadiner Post



Wir dürfen uns zu ihm setzen und plaudern ein wenig über seine Person und das heutige Rennen. Martin stammt aus dem südeinglichen Bath und wohnt derzeit in Anze're in der Schweiz. Er arbeitet als Landschaftsgärtner und gehört in seiner sportlichen Leidenschaft zu den großen Bergläufern der Szene, spielt seit zwei Jahrzehnten im Konzert der Großen mit. Wer kennt sie nicht, die Erfolgreichsten der Berglaufszene wie Jonathan Wyatt, Robert Krupicka, Roman Skalsky, die Italiener Marco de Gasperi und Marco Gayardo, die Österreicher Markus Kröll und Helmut Schmuck, den Schweizer DAvid Schneider oder die Deutschen Helmut Schießl, Timo Zeiler und Michael Barz - und Martin Cox.

Seine Erfolge sind nicht unendlich, sein Dasein in der Berglauf- und Ultraszene auf schwierigen Etappen aber füllen die Chroniken der namhaftesten Veranstaltungen in der Welt. Martin Cox war der erste Sieger des Graubünden Marathon von Chur (585 m) auf das Rothorn (2865 m). Er wird als der härteste Bergmarathon bezeichnet. 2682 Höhenmeter bergauf und 402 Höhenmeter bergab sind dabei zu bewältigen.

Martin Cox schaffte das in 3:37:12 Std. Zehn Jahre später gewann Martin erneut diesen Klassiker, wir sind ganz aktuell im Jahre 2012 in 3:50:12 Std. Die Schweiz wurde seine Läuferheimat. Dreimal hintereinander (von 2007 bis 2009) gewann der Brite den Glacier 3000 Run, einen 26 Kilometer langen Hochgebirgslauf vom mondänen Gstaad über 1900 Höhenmeter auf das 2950 Meter gelegene Gletschergebiet Glacier 3000.



Seine Wahlheimat: die Schweizer Berge



Die "bergsichere" Befestigung für Startnummern



Martin trug sich in die Siegerlisten des Jungfrau Marathon und des Zugspitz Extremberglaufes ein, duellierte sich oftmals mit dem vielfachen Weltmeister Jonathan Wyatt, mit dem er viele Jahre trainierte und zusammen wohnte, wenn der Berglauf Saison hatte.

Er ist auch heute noch ein Weltenbummler in Sachen Laufen geblieben. Martin Cox, dem eine vornehme Schüchternheit anlastet, lässt sich nicht leicht in eine Rolle biegen oder für eine Veranstaltung begeistern, wenn nicht sein eigener Kopf das wolle. Deshalb läuft er oftmals oben ohne, was seine Suche nach potentiellen Sponsoren nicht leichter macht. Er schlägt seine saisonalen Zelte mal in den USA, in Neuseeland oder überwiegend in der Schweiz auf. Vor allem aber werden wir ihn noch eine ganze Weile sehen bei den großen und langen Bergläufen in der Schweiz, in Italien, in Österreich und auch in Deutschland. Wir freuen uns drauf, diesen bescheidenen aber großen Läufer wieder zusehen. Ihn, der für eine gesunde Lebensweise steht und nach seinen eigenen Worten trotzdem ein Laster hat: mindestens eine Tasse Kaffee zuviel.



www.lavita.de

Martin Cox und Hotelier Toni Überbacher, der als Sportler für Sportler was übrig hat. Im Hintergrund Brixen`s Hausberg; die Plose



Hotel Jonathan
I-39040 Natz/Schabs 86
Südtirol - italien Tel +39 0472 415066
Fax +39 0472 415014 info@hotel-jonathan.com - www.hotel-jonathan.com



Das neue **BERGLAUFJOURNAL** kommt!

- Alles Wissenswertes zum Berglauf
- Trainingstipps
- Alle Berglauftermine
- Aktuelles

druckfrisch zum 15. März

Bausig Oberwallau-medien - Am Grabhü 1 - D-84006 Niedermosau
Tel.: 08151-80218, E-Mail: info@wui-medien.de - www.berglauf.info
Bausig Oberwallau-medien - Am Grabhü 1 - D-84006 Niedermosau

Das Handbuch für Bergläufer