

Verdens hårdeste løb

Er du ikke skræmt af 200 km løb i tæt jungle med edderkopper, slanger, sump og kæmpe hvepse, bør du unde dig selv at deltage i Jungle Marathon i Brasilien. Den danske ekstremløber **Christian Daniel Zagal** beretter fra syv dages løb, der for alvor sætter udholdenheden på prøve.

Tekst Christian Daniel Zagal · Foto Take One, Gil Serique, Clément Marin og adventurerun.dk

Første gang jeg læste om Jungle Marathon var i 2004, hvor jeg netop havde løbet Fjällräven Extreme Marathon 70 km og sluttede på en tredjeklads. I 2006 blev jeg opfordret til at tage af sted i 2007 af en løber, som selv skulle deltage. Jungle Marathon er et ekstremløb, som finder sted i en nationalpark, som ikke er offentligt tilgængelig. Løbet er cirka 200 km i fugleflugt, hvilket svarer til ca. 230 km fordelt på seks etaper og syv dage.

Den ene etape er på ca. 87 km som skal gennemføres inden for 35 timer. Distancen på de øvrige fem etaper svinger fra 16 til 32 km og skal gennemføres inden for 11 timer. Ruten er lagt på naturlige stier markeret med strimler. Der skal forceres floder, sumpområder med vand op til brystet, mudderbanker og strande. Hver løber skal være selvforsynende, hvilket betyder, at man løber med oppakning på ca. 6-8 kg. plus vand.

Nu er det min tur til at finde ud af, om jeg, efter mange måneders træning, er i stand til at gennemføre et af verdens hårdeste ekstremløb, hvor der hvert år udgår over 30 %.

Min rejse til Brasilien starter torsdag formiddag med et fly fra Århus til Stansted/London. Vi er fire danskere som skal løbe de 200 km (Johnny, Youssef, Marvin og jeg) og en som skal løbe 100 km (Per).

FREDAG, DEN 5. OKTOBER 2007

Ved ankomsten til Sao Paulo lufthavn mangler en hel del passagerer deres bagage, heraf en løber samt to supportere. Det viser sig, at deres bagage stadig er i London. De vælger at blive i lufthavnen til deres bagage kommer, men desværre ender historien med, at deres bagage slet ikke kommer frem, og alle tre er tvunget til at rejse hjem igen.

Vi andre flyver videre til Manaus. Ud ad vinduet kan jeg se Amazonfloden som en brun streg, der snor sig gennem junglen. Efter endnu en flyvning ankommer vi til Santerem Lufthavn, og da vi træder ud af flyet, står vi midt ude på runwayen og mærker varmen for første gang – 28 grader. Det føles godt. Fra lufthavnen bliver vi fragtet videre via bus til Santerem havn, hvor der ligger en større båd og venter på os. På båden møder jeg arrangøren og primus motor for hele foretagendet – Shirley Thompson, som selv har løbet Jungle Marathon (det første i 2003) plus en masse andre ekstremløber.

Vi er nu 45 løbere fra hele verden samt frivillige folk fra den brasilianske hær på båden, som skal sejle os til Itapuama. Soldaterne har til opgave at sikre de stier, vi skal løbe på. Jeg lurepasser de øvrige løbere. Den mest fremtrædende er Widy Grego fra Guadalupe, som er en ras-tafyr med kæmpe dreadlocks. Han taler meget lidt engelsk, så der bliver kommunikeret med tegnsprog. Widy er i øvrigt en af favoritterne til at vinde. Shaun fra Australien er en festlig type, skoleinspektør, samt en erfaren ekstremløber. Han blev nr. 77 i MDS, så ham er der også store forventninger til. Johnny fra Randers blev kaldt for Vikingen pga. hans størrelse. En erfaren ørkenløber som har løbet Marathon Des Sables (MDS) fire gange og sidste gang blev han nr. 44. I år er der tre kvinder med. Becky (UK) er sidste års vinder af Jungle Marathon for kvinder, og hun er favoritten blandt de tre.

LØRDAG, DEN 6. OKTOBER 2007

Vi ankommer til Basecamp i Itapuama omkring middagstid. Efter 68 timers rejsen er vi endelig fremme. Basecampen består af en række bungalows med halvtag og nogle enkelte huse – midt på en meget smuk bountystrand.

Vi får alle sat vores hængkøjer op i bungalowerne. Jeg ligger ved siden af Bert (US) og Derek fra Hong Kong, som kender min træner, Jacob Juul Hastrup, fra Danmark fra flere forskellige løb. Alle ser hinanden an, men der er en hyggelig og afslappet stemning. Resten af dagen går med at slappe af og lære de andre løbere bedre at kende. Jeg går i seng kl. 20-21, men vågner i løbet af natten. Er blevet småforkølet. Lige nu kan jeg ikke sove. Har prøvet at holde mig for ikke at tisse – den gik ikke. Så nu er jeg ved at vågne kl. 01.25, og det er bælgravende mørkt. Frem med pandelampen og i raske skridt hen imod wc-båsene.

SØNDAG, DEN 7. OKTOBER 2007

Hele søndagen har stået på 'pack and repack' rygsækken for løberne. Det er tid til udstyrscheck, men Derek råder mig til at vente. I starten er arrangørerne mere strikse, men når halvdelen af løberne har fået deres grej checket, er de mere lemfældige.

Jeg får mit udstyr tjekket og kommer igen uden problemer. Kim Bo Seung (Peter) fra Korea spørger, om han kan låne mit kompas og medicin-kit, for han har ikke taget det med. At låne fra hinanden er åbenbart ikke unaturligt,

for flere af de lokale løbere låner af hinanden, og på den måde vægtminimerer de deres oppakning. Det er snyd, men det er svært at tjekke. Helbredstjekkene går også hurtigt igennem. Mit EKG diagram bliver screenet, og så er jeg clear!

Senere på dagen er der jungletræning, som er en briefing omkring, hvad man skal være opmærksom på, når der løbes i junglen. Her blev det illustreret, hvor skarpt junglegræs kan være. En steak og en tot junglegræs blev taget frem. Steaken blev kørt op og ned af græsset og få sekunder senere var kødet skåret igennem. Anden vegetation blev vist frem, f.eks. grene som er dækket af 5-10 cm pigge. Mottoet hed: Alt hvad der er grønt er farligt. Et hav af billeder med piratfisk, jaguarer, elektriske ål, vildsvin, slanger, edderkopper, skorpioner og hærmryrer blev også remset op.

I løbet af eftermiddagen kører der lidt af en konkurrence i min bungalow om at få den letteste rygsæk. Allerede nu er løbet gået i gang i form af mind gaming. Kan man psyke sine løbere før start, har man allerede et forspring. Al (US) får sin oppakning ned til omkring 4 kg uden vand. Det er helt vildt. Min rygsæk vejer ca. 8-9 kg med vand.

MANDAG, DEN 8. OKTOBER 2007

Endelig er det raceday. Er tidligt oppe for at pakke det sidste grej ned og står nu bare og venter på at komme afsted. Man kan mærke spændingen i luften, for nu kommer forløsningen efter alle de mange måneders træning. Etappen er på 16.3 km med tre checkpoints (CP) og starten er sat til kl. 05.30. Vi starter med at løbe en kort strækning på stranden, over en 100 meter bred flod og op ad en skrænt, hvor junglens grønne arme byder os velkommen.

Ti minutter efter start er alle våde af sved pga den høje luftfugtighed. De første to kilometer i junglen bliver der gået til den, for jeg vil være blandt de forreste, og det var de hårdeste to km overhovedet. Aldrig har jeg forceret så stejle bakker og mudrede skrænter eller så mange sumpe som i dag. De sagde godt nok til briefing, at etappen i dag vil være bakket – en mindre underdrivelse. At man føler sig som en yoyo er ikke helt ved siden af. Det eneste, man fokuserer på er, hvor de markerede strimler er, og hvor du sætter dine fødder. Det er svært at løbe op, man griber fat i grene for at for ikke at skride. Nedad er lige så svært, for her gælder det om at bruge træer og grene for at afbøje farten og for ikke at





skride. Hele tiden passer man på, at man ikke sætter hænderne på små kryb eller tager fat i skarpe grene. Historier om slanger og edderkopper på lavt hængende grene lurer i baghovedet.

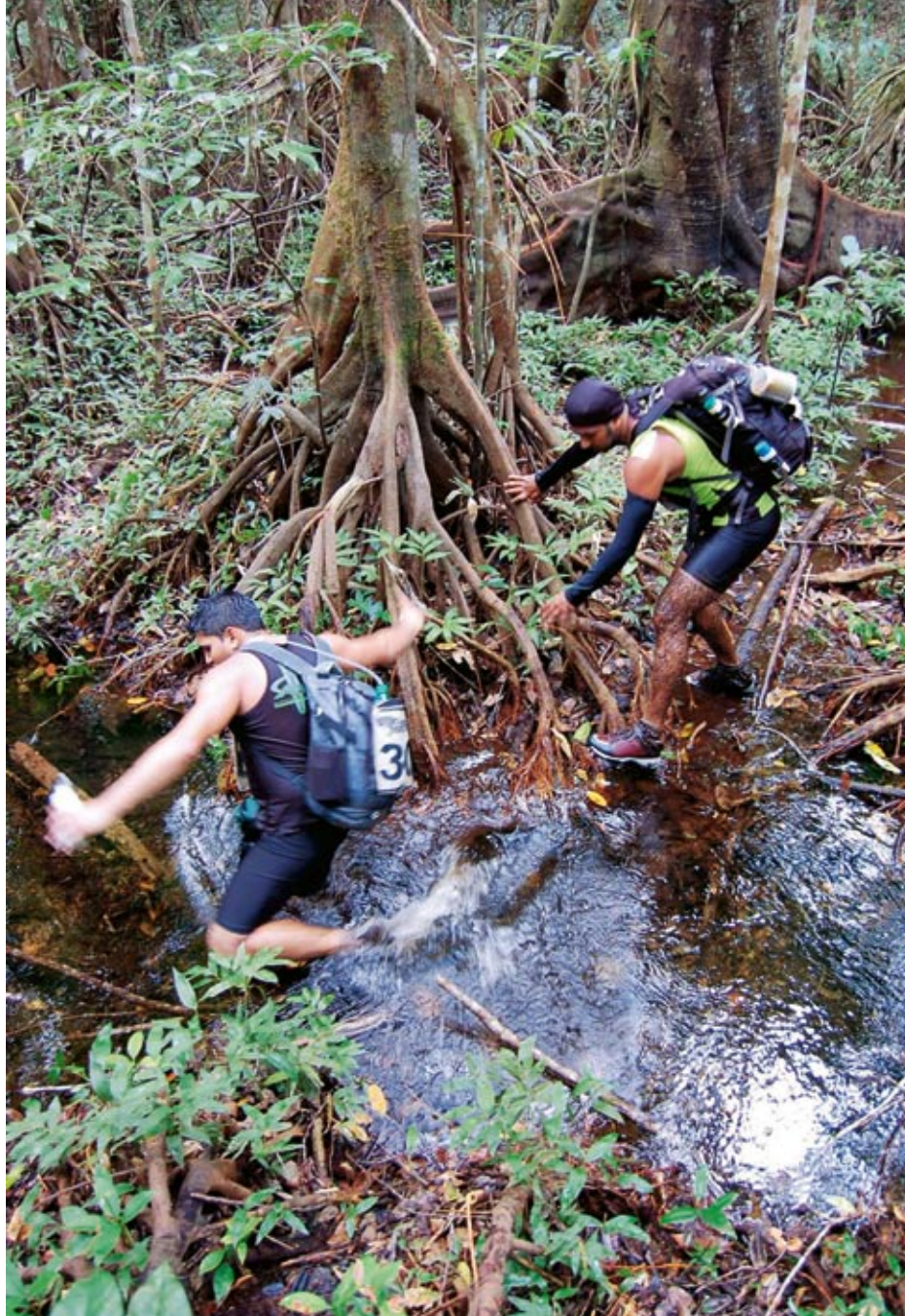
Jeg ligger cirka midt i feltet og løber nu alene med Mark (US). Det er varmt, men ikke ulideligt, når man er i skyggen, selvom sveden pisker ned ad en. Jeg drikker løs, og ved ankomst til CP 1 (3.5 km) har jeg næsten drukket en liter vand. Efter CP 1 går turen igen opad på en af etapens værste stigninger. Midtvejs skal en flod krydses med en line. På et tidspunkt får vi følgeskab af Shaun, som er den hurtigste traver, jeg til dato har set. Det bliver kun kortvarigt, for han stikker fra os ved CP 3.

Jeg begynder at få en del kramper i benene, og mine hænder begynder at svulme op pga. for mange elektrolytter. De sidste km på etapen er på stranden, hvor udsigten er fantastisk. Vi ænser den ikke, for vi spejder kun efter mållinjen og campsitet ude i det fjerne. I luften svæver flere gribbe omkring – ren Lucky Luke stil. Mark og jeg løber sammen i mål efter 4.5 time. Jeg er mere end tilfreds. Mark ved åbenbart en hel del om elektrolytter og deres virkning på kroppen, for han giver mig magnesiumpiller for at fjerne mine hævelser. En brasilianer blev taget ud, fordi han åbenlyst havde snydt og var kommet i mål, lidt for hurtigt i forhold til de øvrige løbere. Jeg kan allerede nu se, at mit kalorieindtag kommer til at gå i minus, hvis jeg forbruger så mange kalorier (3500) om dagen. Vægten er faldet med et kilo. Inden jeg går til ro, sidder jeg og tænker tilbage på, hvad for dyr vi så i dag; en del edderkopper i forskellige størrelser og farver, små firben, kæmpe frøer og vildsvin. Ikke dårligt på en enkelt dag.

TIRSDAG, DEN 9. OKTOBER 2007

Anden etape er på 24,5 km og med tre checkposter. Ruten er hård og består både af sumpe, hvor man går i til brysthøjde, et hav af træstammer og en del floder. Mark blev taget ud af løbet efter CP 1 på grund af dehydrering og udmattelse. Jeg danner trop med James Love (UK) et godt stykke tid.

Efter CP 2 på vej op ad en længere skrænt,



begynder James at få maveonde, og der går ikke mange øjeblikke, før han kaster op flere gange – den ene lårkede stråle efter den anden. Han når lige at sige til mig, at han har indtaget for meget vand, før han går i gang igen. Jeg er i tvivl om, jeg skal tage et billede af ham, for at forevige hans tilstand, men vælger at lade være. Jeg er nødt til at vende mig væk, for det ser helt vildt ud, hvor meget der egentlig kommer op. James ser helt skæv ud i hovedet og har brug for hvile, så jeg fortsætter alene.

Jeg når CP 3 og bliver et par kilometer længere henne ved et Y-kryds i tvivl, om jeg løber i den rigtige retning. Jeg kan ikke finde de bånd, som markerer ruten, så jeg løber lidt frem og tilbage. Flere steder stinker der af katteurin. To brasilianske løbere dukker op i bare tæer, de ved åbenbart hvilken vej vi skal løbe, for de vælger meget målrettet den ene vej.

Efter godt syv timer kommer jeg endelig i mål midt inde i junglen i en mindre landsby (hvis man kan kalde et par hytter for en landsby). Der er blevet sat nogle pæle op i udkanten

af en lysning, hvor vi kan sætte vores hængekøje op. Jeg får senere at vide, at de samme brasilianske løbere overraskede de sorte jaguarer. Først prøvede de at skræmme dem med at råbe ad dem, dernæst med stenkastning og fægten med stave. Da det åbenbart ikke virkede, trak de knivene og tog benene på nakken til målstregen. Det, som jeg bagefter finder mest skræmmende er, at jeg kunne have mødt kattene alene, hvis jeg ikke havde brugt tid på at finde vej. Og selvfølgelig kommer unyttige informationer frem på den indre skærm: "Vidste du, at jaguarer har så hårdt et bid, at det kan knuse kranieskallen på et menneske?" Nu sidder jeg heldigvis i campen og prøver at få styr på mine kramper og pleje mine fødder. Ni løbere (heraf Youssef (DK)) er udgæet enten pga. af skader, dehydrering eller udmattelse. Min vægt er røget ned med yderligere et kilo, og jeg kan se, at det kommer til at knibe med frysetørret mad, hvis jeg fortsætter med at være så sulten. Jeg er begyndt at få gnidesår på skuldre og lænd, og jeg får løbslægen til at tape mig ind de udsatte steder.



der fast i halsen. Men de er nødvendige så ned kommer de. Et par kilometer før mål bliver jeg overhalet af John (UK). Det skal fandme være løgn, og jeg prøver at nå ham. Den sidste kilometer løber vi nærmest om kap til mållinien.

Det tager næsten ni timer at gennemføre, og da jeg kommer i mål – efter John – er jeg så dehydreret, at jeg næsten kollapse. Jeg når lige at sætte mig i min hængekøje, før jeg begynder at hyperventilere og har problemer med vejrtrækning. Der går ikke mange sekunder, før jeg bliver båret af et par løbere ned til Amazonfloden for at blive kølet ned. For første gang bliver jeg sådan rigtigt forskrækket, og mit følelsesregister sidder ufrivilligt uden på tøjet. Med tårene trillende ned ad kinderne får jeg min vejrtrækning under kontrol igen. Kramperne i benene begynder at vise sig, men det kølige vand får dem til at forsvinde lige så stille.

Endnu to udgår på denne etape, bl.a. ireren som blev stukket af hvepsesværmen. Han måtte indtage drop pga. hvelserne og udgik derefter. Nu er vi kun 34 løbere tilbage, og alle er begyndt at lugte, men det matcher lidt den

“KOMMER JEG EFTER KL. 16, ER JEG NØDT TIL AT BLIVE DER TIL KL. 05, FOR VI ER I ET JAGUAROMRÅDE, OG STIERNE VI LØBER PÅ ER RET KRÆVENDE. VI VIL BLIVE ET LET BYTTE, HVIS VI BLIVER ANGREBET.”

ONSDAG, DEN 10. OKTOBER 2007

I løbet af natten begynder det at regne, og senere bliver vi vækket af brøleaber. Tredje etape er på 31.1 km og har fire CPs, og vi starter med at svømme over en flod på ca. 320 meter med udstyr. De fleste går ud med sko og udstyr, andre vælger at sejle over med båd og får derefter en tidsstraf. En enkelt svømmer får krampe i benet og går i panik. Youssef (DK) som er en erfaren svømmer/dykker, hjælper ham op på båden. På den anden side af floden er jeg nødt til at tømme min fronttaske for vand, for det hele skulper.

Selve ruten i dag har tre 'killer hills', som er mere bjerge end bakker – som først skal forceres inden mål. De øvrige bakker og mudderskrænter sætter spor i benene, men der bliver ikke stoppet. Adskillige gange går vi igennem sumpe op til knæene, og vablerne begynder at melde sin ankomst. Flere løbere blev under denne etape angrebet af kæmpe hvepse; en irer kommer så galt af sted, at han bliver stukket på hele ryggen og nakken med.

Lige så snart man enten hører en summen, nogen der råber “WASP!!!” (HVEPSE), eller et skrig af smerte, så styrter man af sted, uanset om det er op ad skrænter eller ned ad bakker – man løber som pisket! Bliver man stukket, svarer smerten til at blive brændt af en cigaretguld direkte på huden.

Her er så varmt og fugtigt, at jeg har svært ved at spise mine energibarer og gels, da det sid-

junglecamp, vi er i. Det bliver rart med en lille etape i morgen.

TORS DAG, DEN 11. OKTOBER 2007

Fjerde etape er en etape på omkring 18,4 km. Ruten er heldigvis ikke så kuperet, og vi starter med en rask svømmetur på ca. 380 meter. Har fået lappet mine fødder, men frygter at kombinationen af vand, sand og mudder vil forværre mine vabler. Selve etappen er en fladere rute, hvor vi kommer til at løbe igennem plantager og landsbyer. Dog slipper man ikke for at løbe på en masse små stier og kravle over et hav af træstammer. I forhold til i går har jeg fået det væsentligt bedre, men jeg tager den med ro. Før følgeskab af Phil (IR), som har fødselsdag i dag.

Etapen tager ca. 4.5 time at gennemføre, og vi er alle blevet mere vant til at færdes i junglen. En enkelt løber kommer nærmest haltende i mål. Under hele etappen har han haft sand i sine sko, og hans vabler er blevet til åbne sår. En anden har tabt flere tånegle. Mange af os er i gang med at pleje vores fødder, f.eks. sidder Becky (UK) ved lægen og punkterer sine mange vabler. Flere af os får skiftet forbindinger ud på skuldre og lænd. Det ligner mere et feltlazaret med sårede end jungleløbere.

I løbet af eftermiddagen har supporterne og arrangørerne tryllet en chokoladelagkage frem til ære for Phil, og manden blev jo helt rørt. Hvem vil ikke være det, når der står en flok ilde-lugtende løbere i underbukser og synger “Happy

Birthday to You”. Under pakningen af min rygsæk til i morgen kravler en brun skorpio pludselig over min taske og over mine fødder. Yddrk! jeg står helt stille, særligt fordi jeg kun har klipklapper på.

FREDAG, DEN 12. OKTOBER 2007

I løbet af natten blæser det op, og et tordenvejr bryder ud med lyn og kæmpe skrald, og regnen siler ned i flere timer. Alt bliver gennemblødt, og nu handler det bare om at søge ly i en af de tomme bygninger og prøve at få noget søvn. Regnen stopper først ved firetiden, hvor vi alligevel skal op, så det er ikke meget søvn, vi har fået. Alt udstyret er drivende vådt, men det er en del af spillet, for det bliver alligevel vådt, når starten går.

Femte etape er den lange etape på ca 87 km med otte CPs, og den sidste etape i junglen. De første 42 km samt fire CP skal løbes i junglen, og resten skal løbes i åbent terræn. Kl. 05 går starten, og igen skal vi svømme over en 250 meter flod, som det første, men det er forfriskende. Vi starter med at løbe i en lille gruppe på en bred sti, og der går kun et par kilometer, før vi ser de førende komme løbende imod os – med råb om, at vi er løbet forkert. “God start” tænker jeg og vender om. Alt er vådt efter nattens regn, og bunden er mudret og glat. Efter CP 2 synes jeg, at gruppen løber for langsomt, og jeg sætter farten op og forsvinder alene ind i junglen. Ved halv ellevetiden er jeg ved CP 3. Jeg skal igennem CP 4 inden kl.16, for det er sidste CP, inden vi er ude af junglen. Kommer jeg efter kl. 16, er jeg nødt til at blive der til kl. 05, for vi er i et jaguarområde, og stierne vi løber på er ret krævende, og vi vil alt andet lige blive et let bytte, hvis vi bliver angrebet.

Jeg når CP 4 kl. 13 og kort tid efter begynder det at regne igen i flere timer. Temperaturen er faldet, så det er nemmere at løbe og indtage energi. På et tidspunkt, hvor jeg løber alene og regnen siler, hører jeg pludselig en knurren i buskadset. Jeg drejer rundt om mig selv for at se, hvor lyden kommer fra. Det første, jeg tænker, er “Jeg skal ikke nyde noget, fokuser, fokuser!” og lunter hurtigt videre på junglestien

Der bliver gået til den, især på skrænterne. Jeg indhenter et par stykker, og Al (US) følger trop. Da vi når til CP 5 (en lille landsby) ved en tretiden, har vi løbet omkring 42 km og ligger blandt top 10. Vi tager en velfortjent pause og spiser lidt mad. Jeg er begyndt at få smerter i det ene ben, som om jeg har fået et trælar. Mine smerter gør, at det går ned ad bakke tempomæssigt, hvilket passer fint med Al. Efter et par timer kan vi ikke forstå, hvorfor vi ikke er kommet til CP 6 – er vi gået forkert? Men der er strimler, som indikerer, at vi løber i den rigtige retning. CP 6 skulle have været bemanded af nogle lokale i en mindre landsby, men af en eller anden årsag valgte de at blive væk. Ingen CP betyder ingen vand! Vi bliver nødt til at fortsætte og løber ca. 26 km i et stræk for at komme til næste CP.

Det begynder at blive mørkt nu, og vi har

løbet i cirka 11 timer. Ifølge kompasset løber vi næsten stik øst og væk fra Amazonfloden. Vi er trætte, og regnen gør det ikke bedre. Vores begreb om, hvad der er et åbent terræn, har ændret sig, for vi er stadig omringet af junglen. Al, som påstår at han er tidligere rangersoldat, trækker på et tidspunkt sin kniv. Han begynder at tale i vildelse om farlige dyr, men ligner mere en som er bange for mørke. Jeg synes, at det er lidt pinligt at se ham stå og vifte med sin kniv ud i mørket og beder ham om at fjerne den, før en af os kommer til skade. På et tidspunkt ser vi et kæmpe bål foran os samt supportere til at holde bålet i gang, og vi kan se, at stien knækker, så vi igen løber mod vest. En af supporterne snitter et par stave som jeg bruger som støtte, for mit ben hæver, og det gør afsindigt ondt, når jeg støtter på det. Vi møder Daryl (Canada), som er gået kold på stien. Han har lagt sig på stien og har rullet sig ind i sin hængekøje for at holde på varmen. Han siger, at han er all right, så vi fortsætter. (Han udgår på denne etape).

Daryl har senere fortalt, at imens han lå på jorden omslynget af sin hængekøje med en blinkende pandelygte ved siden af sig og ventede på at blive samlet op af lægeholdet, var han hele tiden nødt til at ryste sig fordi en masse kryb og edderkopper kravlede rundt på ham. Daryl udgik, fordi han allerede på vej til CP 6 manglede vand, og da posten ikke var der – og han dermed ingen vand kunne få – måtte han fortsætte, til han dejsede om af udmattelse.

Klokken 20.30 når vi CP 7, her går Al kold og jeg får sat et kompressionsbind på låret og fortsætter alene, for jeg vil igennem denne etape i dag. John og James indhenter mig, og vi følges nu en del af vejen. Men grundet mit ben går det for langsomt, og jeg bliver hængt af. Jeg går nu alene, og her er bælgmørkt. Junglen omkring mig har fået liv. Overalt pusles og larmes der, men jeg er for træt til at kigge og ser lige frem, hvor pandelampens lys skærer sig igennem den varme nat. Jeg kigger ned på fødderne og ser, at stien er blevet levende. Der løber kæmpe insekter og edderkopper omkring mine ben. Store tudser hopper forbi. Bruger mine stave til at skræmme dem væk. Indtil jeg bliver for træt.

Jeg ser lysprikker over det hele – det er øjne som kigger på mig, hvor lysskåret fra min pandelampe reflekteres tilbage som lysende prikker. Hvis der er lysprikker langs stien i græshøjde, som ikke bevæger sig, når man går forbi, er det slanger. Går på midten af stien og tænker kun på at komme til ottende og sidste CP.

Mine energidepoter er i underskud, og jeg fedtforbrænder. Hvad værre er, mit ben vil ikke som jeg vil, men jeg fortsætter med at presse mig selv. Klokken 2:10 om natten ankommer jeg til CP 8, træt, irriteret og frustreret og med ondt i armene. Der står supportere og hjælper mig med at fylde mine vandbeholdninger op. Jeg spørger, hvor langt der er endnu. Cirka 8 km! Efter at have været i gang i 20,5 time uafbrudt, tror supporterne ikke, at der er flere, som vil løbe igennem natten.

Jeg er den sidste, som vil fortsætte i mørket. Flere nåede ikke cut off tiden kl. 16 ved CP 4 og skal nu overnatte i campen ved checkpointet. Nu er det heldigvis almindelige jordveje man kan løbe på, men det er svært at se rutemarkeringsringerne, for her er bælgravende sort. Strimlerne er nu gennemsigtige – hvad foregår der?

Ved et Y-kryds kommer jeg i tvivl, Rutemarkeringen er sat til venstre side af stien, som går ned til en skrænt, hvor der er sump. På bunden spejder jeg efter spor efter løbere i mudderet, men det er svært at se noget overhovedet i mørket. Jeg kan mærke, at mit ben ikke har det godt med at klatre. Jeg sveder af smerte og

**“HVIS DER ER
LYSPRIKKER
LANGS STIEN I
GRÆSHØJDE, SOM
IKKE BEVÆGER
SIG, NÅR MAN GÅR
FORBI, ER DET
SLANGER.”**

varme. Klatrer op igen og kigger efter strimler på højre side af vejen – intet, kun mørke. Ned igen og går gennem buske og sump for at finde en markering. Jeg bruger unødigt meget tid på det her, tænker jeg, og beslutter mig for at prøve kræfter på den højre side af stien. 500 meter længere svajer en strimmel i vinden.

Jeg er rasende! Hvad fanden er det for noget! Sætter farten op og ser flere strimler. Stien bliver bredere og munder ud i en støvet grus vej med kæmpe vandpytter. Strimlerne bliver udskiftet til olielamper, som står langs vejen. De er tændt sporadisk, for der er 600-700 meter imellem hver olielampe. Min irritation over den dårlige belysning bliver hurtigt overmandet af træthed.

Nu melder søvnen sig, og jeg har svært ved

at holde mig vågen. Flere gange falder jeg bogstaveligt talt i søvn imens jeg humper mig frem. Har problemer med at rejse mig op fra jorden, for jeg kan knapt bøje det ene ben. Prøver at komme af med mit tunnelsyn ved at overdrikke vand og snakke med mig selv.

På et tidspunkt ved jeg ikke, om jeg går i den rigtige retning og må hive kompasset frem på mit ur. Jeg kan ikke høre floden, den skal være på min venstre side, og jeg skal gå mod nord. Jeg humper forbi en mindre landsby, hvor et par løse hunde begynder at glamme. Jeg kan bruge mine stave som våben, hvis de kommer for tæt på.

Efter en times tid, ser jeg et bål længere fremme. Ved bålet ved en flodbred sidder en



Ankomst til CP 8 omkring klokken 02.

supporter Paul (UK) og siger, at der er ca. fem km endnu, og jeg skal hoppe i floden og via et reb hive mig selv over på den anden side for at komme videre. Stien fortsætter herefter videre forbi et par huse og længere fremme fører strimlerne nu ned til stranden.

Stranden er bred og bakket. Sandet er så fint, at det ryger ind i skoene. Kan se lys som bevæger sig i horisonten. Det må være pandelamperne fra John og James. Men hvilken vej har de løbet? Jeg ser efter fodspor og strimler i sandet. Skiftevis skal man over sandbakker og vandløb, og flere steder kommer mit dårlige ben i vejen.

Klokken er ca. 4 om morgenen, og solen er ved at stå op, da jeg endelig kommer i mål. Tidtageren er den eneste, som er vågen, og han hjælper mig hen til de andre sovende løbere. Jeg smider mig i sandet, helt færdig, og efter noget tid får jeg rejst mig op og hængt min køje op.

Det har været en rigtig hård etape, cirka 23 timer har jeg været i gang. Nu er jeg bare glad for, at jeg har en hel dag, hvor jeg ikke skal lave noget. Mine fødder er helt hævede og opløste. Særligt slemme er mine storetånegle, der er kommet kæmpe vabler under neglene. Selvom

HVAD MAN KAN LÆRE AF 200 KM JUNGLE MARATHON

■ Jeg er blevet klogere på mange ting, både hvad angår udstyr og madrationer, men i høj grad også på min egen formåen. At holde sig vågen i næsten 23 timer

er noget, som kan mærkes både fysisk og psykisk.

■ Jeg har tabt mig omkring fem kilo, som jeg nu prøver at få tilbage.

■ Derudover har jeg lært på den hårde måde at disponere bedre over mine ressourcer. Min overanstrengte lårmuskel har været en hård og smertefuld

lærestreg.

■ Jeg er blevet spurgte, om jeg ville gøre det igen, og svaret er ganske enkelt: Ja! Har man mod på at få en oplevelse

for livet i et af verdens hårdeste ekstremløb og få gode venner fra hele verden, så kan Jungle Marathon anbefales. Uanset om man gennemfører eller ej.



Your friends have no idea what
you see in running.

Maybe its time you got
some new friends.



THE 1224
In stores end June

LOVE/hate. this is the new balance



www.newbalance.dk
www.newbalance.com



Christian blev nr. 14 i tiden 52 timer og 58 minutter.

FOTO: ADVENTURERUN.DK

mine fødder er tapet ind, er der kommet vabler rundt om tapen. Jeg tør ikke punktere dem med risiko for, at der kommer sand i dem.

I løbet af formiddagen begynder de fleste af løberne at komme i mål. Flere har sovet ved de enkelte CPs. De ser trætte ud, men glade for at komme igennem kongeetapen. Tre løbere udgår på etapen.

Kim Bo (Peter) fortalte, at han selv havde en kæmpe krise omkring CP 7, hvor han snakkede i vildelse og blev nærmest samlet op af nogle af de andre førende løbere. Han valgte at få noget søvn et par timer, før han løb videre. Om eftermiddagen kommer Widy hen til mig og spørger på blandet fransk og tegnsprog, om jeg kan hjælpe ham med noget medicin. Han har fået gnidesår i skridtet og manglede noget til at smøre sårene ind i. Widy smågriner lidt, da han spørger, om han kan låne min Savlon spray (Desinfektionsmiddel). Det næste, der sker, er, at han sætter sig ned i sandet på min hammock-pose, trækker sine shorts ned og trækker sin willy frem og begynder at spraye fra flere vinkler. Det bliver et tilløbsstykke, og vi er færdige af grin over Widy's show. Hammock-poseden fik efterfølgende en tur i vandet.

Arrangørerne var så barmhjertige at give os alle en kold sodavand, som blev nydt i fulde drag. Ureglementeret, men vi er ligeglade. Til orientering blev vinderen af denne etape brasilianeren Elton på 13 timer og 17 minutter. Nr. 2 blev Widy 30 minutter senere. Sidste mand, Judah (US), brugte næsten 40 timer og kom først i mål omkring kl. 22 om aftenen. Selve Cut Off-tiden var på 35 timer, men der blev givet dispensation, så han kan fortsætte på den sjette etape. Jeg er i underskud kaloriemæssigt og har brugt omkring 10.000 kalorier på femte etape. Min sidste frysetørrede ration blev spist i formiddags, og jeg har nu kun energigels tilbage. Jeg går sulten i seng.

SØNDAG, DEN 14. OKTOBER 2007

Den sjette og sidste etape på omkring de 24,8 km starter kl. 05 og er et rent sandhelvede. Mit indbundne ben er svulmet op til dobbelt størrelse, og jeg kan kun bøje det halvt, så jeg glæder mig ikke. Har spist smertestillende med energigels til morgenmad. Da starten går, ser man Judah som skudt ud af en raket fare af sted. Og så ser jeg ham ikke mere. Senere får vi alle at vide, at han faldt i søvn et par kilometer længere fremme under et buskads og først vågnede et par timer senere.

Denne etape skal bare gennemføres, også hvis det kommer til at gå langsomt. Efter fem km smider jeg mine stave, de sænker mig. Det tager mig en halvanden time at komme til CP 1 (6,4 km). Solen er stået op, og den brænder. En del vabler springer i det varme sand, og mine sko er i forvejen fyldt med sand, så det gør pænt nas. Stranden fortsætter så langt øjet rækker, og det er lidt opgivende.

Flere løbere, som ellers ville være bagerst i feltet, overhaler mig. Jeg hægter mig på Becky (UK), og vi ankommer samtidig til CP 2. Lige efter CP 3 hopper vi i vandet for at køle os ned, for her er bagende varmt. Jeg bliver tilbudt Haribo-vingummier af Becky, og de smager helt fantastisk. Selvom jeg slæber mig af sted og ikke kan løfte mit ene ben, hjælper hun mig hele vejen til Alter do Chão, hvor torvet fungerer som målstreg. En masse lokale er troppet op og klapper hele vejen til mål.

Jeg prøver, at give den fuld gas til sidst, og det går godt, indtil mit dårlige ben rammer en kantsten, og smerten er total. Jeg ser prikker og stjerner overalt. Becky kan se, at den er gal og venter på mig, så vi samlet løber i mål. Det hele sortner, og jeg husker, at uret bliver stoppet: cirka fem timer, og så slår hjernen fra pga. smerten. Det næste jeg husker er, at jeg ligger i skygen med cola i hånden og har fået isposer på lår,

{ JUNGLE MARATHON

nakke og ryg for at blive kølet ned. En løbslæge fortæller mig, at min lårmuskel lige over knæet heldigvis ikke er blevet revet over, men kun er kraftigt overanstrengt. Jeg er glad, grædefærdig og i smerter – og med en lermedalje i hånden, som ligner noget en børnehaveklasse har lavet i formning.

Efter noget tid kan jeg humpe mig ned til de andre. Ifølge en GPS har vi løbet 31 km, og hvis det er rigtigt, vil jeg næsten vædde med, at det har været det samme med de andre etaper. Om ikke andet så er jeg glad for, at det er overstået. Jeg glæder jeg mig til at få behandlet mit hævede ben, mine 13 vabler (inkl. to blodvabler under storetåsneglene) samt afslutningsfesten.

Vi bliver alle inviteret til frokost på en restaurant lige ved målområdet. En kæmpe buffet med alskens mad, som bliver rippet af en masse sultne løbere. Nu vil vi have rigtigt mad i stedet for frysetørret mad.

Det bedste har været at møde alle de løbere, som er lige så tossede som mig. Mange af dem, som har løbet andre ekstremløb, heraf Marathon Des Sables, Yukon Challenge og The Gobi Desert er enige i, at det her løb er det hårdeste, de nogensinde har løbet.

Dagen efter får vi vores midlertidige placeringer. Widy blev overordnet vinder med en samlet tid 33:15 timer, skarpt efterfulgt af en lokal triatlet Elton, 33:53 timer. For os tre danskere, som gennemførte den lange distance (ud af i alt 31 som gennemførte), blev Johnny nr. 5 (41:40), jeg nr. 14 (52:58) og Marvin nr. 29 (70:38). Samlet udgik 30 % (14 løbere) pga. dehydrering, udmattelse og skader. Becky blev endnu engang nr. 1 hos kvinderne med en tid 57:48 timer.

EFTER LØBET

Den næste dag går med at slappe af og pleje vores forpinte kroppe. Stort set alle har fået hævede stænger og fødder, så det eneste man kan gøre, er at tage det med ro. Jeg punkterer mine vabler under neglene for at undgå, at de ryger af. Flere skal have lægehjælp til at få rensset deres sår. Der er en del, inkl. mig selv, som har fået betændelse i vablerne, hvilket lugter ret grimt.

Senere på dagen bliver vi kørt i bus ind til Santerem by, for at få en sightseeing. En ældre dame kommer op til mig og gør nar af min gangart til stor morskab for de andre.

Dagen efter ventende i Manaus lufthavn ser jeg en svært bevæbnet kvindelig politiagent fra Federale Policia gå forbi og eskortere en sort stewardesse i håndjern hen til en firehjulstrækker. Stewardessen bliver herefter hevet ind i et bur i bilens bagagerum af nogle betjente. Det ser noget voldsomt ud, og man tænker straks "Drug bust". Det hele sker ret hurtigt, og bilen forsvinder anonymt i trafikken. Efter en meget lang overflyvning, lander vi alle i Århus lufthavn torsdag formiddag. Og vi er nu en stor oplevelse rigere. 🐼

Se listen over turens sponsorer, videoklip fra løbet og meget mere på www.adventurerun.dk