

## ARHUS

På den lange etape på 87 kilometer er der en 'dark zone' i junglen, som man ikke må befinde sig i mellem klokken fire om eftermiddagen og fem om morgenen, fordi der er jaguarer og pumaer, der jager

# Jungløjeløberen

**Ekstremløb • 200 kilometers løb mellem vilde dyr og farlige kryb i Brasiliens jungle. seks dage med enorme anstrengelser.**  
 Århusianske Christian Zagal er klar til verdens vildeste ekstremløb



At Brian Stræde og Hanne Mette Poulsen (foto) birst@avisen.dk

Tanken om at løbe 200 kilometer på seks dage på en lige landevej i Danmark ville få langt de fleste til at tage et forskrækket skridt baglæns.

Tanken om at løbe distancen i en vild jungle med piratisk i floden og masser af kryb i skovbunden er så langt ude, at kun få mennesker i verden overhovedet ville overveje det.

En af de få er Christian Zagal fra Århus, og han er ikke nøjedes med at overveje. Lige nu befinder han sig i Brasiliens jungle, hvor han er i gang med de sidste forberedelser, inden startskuddet til Junglemarathon 2007 går på mandag.

Efter at have løbet maraton og ultramaraton (50 kilometer) de seneste år, har han fået lyst til at prøve kræfter med noget mere ekstremt.

»Det tænkte mig, at jeg kunne klare at bryde rekorden på 42 kilometer, hvor det bliver rigtig hårdt. Det er udfordringen ved at prøve, om min krop kan gennemføre, og om jeg mentalt kan klare det, der driver mig,« siger Christian Zagal, som svar på det spørgsmål, der trænger sig mest på, nemlig »hvorfør?«

### Bidt af skorpion

For Junglemarathon 2007 er ragen spøg. Sidste års favorit uddik at løbet efter at være blevet bidt i hånden af en skorpion, og det mørke flodvand, som løbets skal strømme over, gemmer på krokodiller og piratisk. Der går tilmed historier om en løber, som blev forfulgt af en sulten jaguar og måtte slæbe raslende grene efter sig for at narre den til at tro, at den fornuftige en større gruppe.

»På den lange etape på

### Christian Zagal

- 36 år
- Bor på Frederiksbjerg sammen med sin kæreste.
- Arbejder som erhvervsjurist
- Er tilknyttet Aarhus Fremad Atletik Klub i Risskov.



87 kilometer er der en 'dark zone' i junglen, som man ikke må befinde sig i mellem klokken fire om eftermiddagen og fem om morgenen, fordi der er jaguarer og pumaer, der jager. Hvis man ikke er nået ud, bliver man henret af en flok specialsoldater, som arrangerer en ansat,« fortæller Christian Zagal, der dog ikke frygter dyrene.

»Jeg er mest bange for at udgå på grund af dehydrering. Det er dog sådan, at man ved hvert checkpoint på ruten skal tage 2,5 liter vand med sig, og jeg har elektrolytter (visvigtige salte, red.) med i pillerom for at kunne opretholde saltbalancen,« siger han.

De seks etaper varierer mellem 16 og 87 kilometer i længden, og læg sammen med varmen og den høje luftfugtighed er løbet en udfordring, som vil presse deltagerne ud over deres egne grænser.

»Men snævert er jo bare en tilstand, som man siger. Jeg er god til at presse mig selv og vil også fortsætte, selvom det gør ondt,« siger Christian Zagal.

Selvom det vil være en sejr i sig selv at gennemføre

### Junglemarathon 2007

- Løbet, der foregår i Amazonas-junglen i Brasilien, gennemføres i år for tredje gang.
- Der er seks etaper, som skal gennemføres inden for en bestemt tidsgrænse. De fem er mellem 16 og 31 kilometer, mens kongeejeren er 87 kilometer. Den skal gennemføres på højst 35 timer.
- Deltagerne overnatte i lejre undervejs, men de skal selv bære al oppakning undtagen vand, som de skal brygge på de seks dage.

løbet, sakter han også på at lave et godt resultat. Omkring 75 løbere deltager, og århusianeren håber på at blive blandt de 15 bedste. Forud for mødet med junglens strabadser er gået mere end et års forberedelse for Christian Zagal.

### Næsten til Horsens

Han har fået Danmarks mest erfarne ekstremløber, Jakob Nielsen, til at rådgive sig og sammenstrikke det helt rigtige træningsprogram.

»Træningen er blandt andet foretaget op og ned ad bakkerne i Mårslevskov, og på de længste træningspas har han løbet fire timer med fuld udstyr.

»Man når jo næsten til Horsens og tilbage igen på



Frysetørret mad, en levægshængeskøjle og godt med tørre sokker er en del af den seks kilo tunge oppakning, som Christian Zagal skal have med på hele turen.

mere end en personlig udfordring. Han bruger løbet som rampe til at samle ind til Kræftens Bekæmpelse og er blevet en del af foreningens 'For Life'-kampagne. Blandt andet kan man via hans hjemmeside og via sms donere penge til foreningen.

### Ørkenløb venter

»Mange af mine famillemedlemmer har haft kræft, og alle, jeg kender, har haft venner eller familie, som er blevet ramt af kræft. Hvis jeg kan se, at der bare sker lidt med indsamlingen, så er jeg glad,« siger han.

Jungløjøbet har tagt de lang pause fra ekstremløb, når han er kommet hjem fra Brasilien, men han regner med at kaste sig over endnu en stor udfordring i 2009.

»Jeg vil gerne tage et ørkenløb på et tidspunkt, måske Grand Raid Du Sahara i Mauritien,« siger han.

Inden da skal han dog lige overstå 200 kilometer løb på smalle junglestier og gennem floder i Amazonas.