

## Christian Zagal's Jungle Marathon 2007 i Brasilien.

**Torsdag, den 4. oktober 2007**

### Indledning

Første gang jeg læste om Jungle Marathon var i 2004, hvor jeg netop havde løbet Fjällräven Extreme Marathon 70 km og sluttede på en 3. plads. Men i 2006 blev jeg ved en tilfældighed 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 tilgængeligt.

Løbet er cirka 200 km i fugleflugt hvilket svarer til ca. 230 km fordelt på 6 etaper og 7 dage.



Den ene etape er på ca. 87 km som skal gennemføres inden for 35 timer. Distancen på de øvrige 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 gennem floder, sumpområder med vand op til brystet, mudderbanker, strande, bjerge m.m. hvor chancen for at vrikke om er næsten lig med 100 %.

Hver løber skal være selvforsynende, hvilket betyder at man løber med oppakning på ca. 6-8 kg. + 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 %.

For at gøre denne tur muligt og samtidig hjælpe Kræftens Bekæmpelse, skal

samtlig sponsor og samarbejdspartnerne have en stor tak for deres støtte. Uden jer var det ikke lykkedes.

En stor tak til sponsorer og samarbejdspartnerne



### Afrejse

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

Idet flyet til Sao Paulo først afgår kl. 22.35 fra Heathrow lufthavn, er der masser af tid til at kigge sig lidt omkring i London.

Ved en firetiden kommer jeg til Heathrow lufthavn og møder en hel del løbere og supportere. Flere af løberne er fra UK og kender hinanden fra ørkenløbet Marathon Des Sables. Med flere timers venten og godt humør kommer vi afsted med TAM Airlines ved en halv elleve tiden.

### Fredag, den 5. oktober 2007

Ved ankomsten til Sao Paolo 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. Desværre ender historien med, at deres bagage slet ikke kommer frem, og alle tre er tvunget til at rejse hjem igen. Alt udstyr mm., lå i deres bagage.



Foto: TakeOne

Vi flyver videre til Manaus og igennem endnu en tidszone. Ud ad vinduet kan jeg se Amazonfloden som en brun streg, der snor sig gennem junglen. Maden i flyet (med venlig hilsen fra Amazon Catering) ser ret uappetitlig ud, og jeg ved ikke, om det er en ristet edderkop med sovs, man får serveret.

Da vi ankommer til Manaus Lufthavn og træder ud af flyet, står vi midt ude på runwayen og mærker varmen for første gang - 28 grader. Det føles godt. Ved siden af lufthavnen ser jeg en række møgbeskidte cargofly stå oveni hinanden - must be the brazilian way of parking.

Er nu på vej til Santerem i en A320 flytype, som her bruges som flybusser i Para området.

Fra lufthavnen bliver vi fragtet videre via bus til Santerem havn, hvor der ligger en større båd og venter på os.



Foto: TakeOne

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 ekstremløb.

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 rastafyr med kæmpe dreadlocks. Han taler meget lidt engelsk, så der bliver kommunikeret med tegnsprog. Widy er i øvrigt en af favoritterne til at vinde, for han blev nr. 25 i Marathon Des Sables (MDS) i år (2007).

Shaun Bacon 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 MDS 4 gange og sidste gang blev han nr. 44. Så han er klart en favorit.

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 til at vinde i år.

De to ting jeg konstant får at vide fra de forskellige løbere, jeg taler med, er, at man skal passe på 2 ting: dels at man ikke dehydrerer og dels at man skal pleje sine fødder. Det er noget vi alle finder ud af undervejs.

### Lørdag, den 6. oktober 2007

Vi ankommer til Basecamp i Itapuama omkring middagstid. Basecampen består af en række bungalows med halvtag og nogle enkelte huse - midt på en meget smuk bountystrand. Fantastisk!!



Foto: TakeOne

Efter 68 timers rejsen er vi endelig fremme.

Vi får alle sat vores hængkøjer op i bungalowerne, en af mine naboer, Judah fra Texas (US), har feber og stiller muligvis ikke op, hvis ikke feberen fortager sig. Ligger ved siden af Bert (US) og Derek fra Hong Kong, som kender Jacob (min træner) fra Danmark fra flere forskellige løb.

Alle ser hinanden an, men der er en hyggelig og afslappet stemning. Vi bliver kort introduceret for arrangørerne, som byder os velkommen. Resten af dagen går med at slappe af og lære de andre løbere bedre at kende.

Går i seng kl. 20-21 og vågner i løbet af natten. Er blevet småforkølet - det er alt for tidligt at blive snottet!! Det har styrtregnet tidligere på dagen, og nu begynder det at drypne.

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, men varmt. 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 de fleste løbere.

Det er tid til udstyrscheck, Derek råder mig til at vente med at få mit grej checket. I starten er arrangørerne mere strikse, men når halvdelen af løberne har fået deres grej checket, er de mere lemfældige.

Får mit udstyr tjekket og kommer igennem uden problemer. Kim Bo Seung (Peter) fra Korea spørger, om han kan låne mit kompas og medic 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. Helbredstjekket går også hurtigt igennem, Mit EKG diagram bliver screenet. Så er jeg clearet!!

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 hærmyrer blev også remset op.



Foto: Zagal

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.

Jeg vælger at observere showet. Al (US) får sin oppakning ned til omkring 4 kg uden vand. Det er helt vildt, men vanvittig. Min rygsæk vejer ca. 8-9 kg med vand.

Her til aften bliver vores eksterne bagage fjernet og bragt ombord på båden. Nu er det alvor.

Løbet starter i morgen tidlig kl. 06.00 pga. varmen. Det har igen regnet, så alt er fugtigt.

Bliver vejret til 61.7 kg. Alle skal vejes hver morgen, imens løbet står på.

## Mandag, den 8. oktober 2007

**1. etape** - Endelig er det raceday. Er allerede 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 forløsningsen efter alle de mange måneders træning.

Etapen er på 16.3 km med 3 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.



Foto: Gil Serique

Ti minutter efter start er alle våde af sved og af den høje luftfugtighed. De første to kilometer i junglen bliver der gået til den, for jeg vil være blandt de forreste, men 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, for det går konstant op og ned. 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.



Foto: Gil Serique

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 travler 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, men jeg vælger at fortsætte trods mine skavanker.

De sidste km på etappen er på stranden, hvor udsigten er fantastisk. Vi ænser den ikke, for vi spejder kun efter mållinien 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.

Nu skal der slappes af og spises. 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 1 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.



Foto: N. Archer

## Tirsdag, den 9. oktober 2007

**2. etape** er på 24,5 km og med 3 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.



Foto: Gil Serique

Efter CP 2 på vej op ad en længere skrænt, begynder James at få maveonde, og der går ikke mange øjeblikke, før kaster han op

flere gange - den ene lårfede 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, så 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. For jeg kan ikke finde de bånd, som markerer ruten. Så jeg løber lidt frem og tilbage. Flere steder stinker der af katte urin.

To brasilianske løbere dukker op i bare tæer, de ved åbenbart hvilken vej vi skal løbe, for de vælger meget målrettet den ene vej. Før jeg når at sige noget, er de væk og jeg kan høre dem råbe et eller andet. "Ok - det må betyde at det er den rigtige retning".



Foto: Gil Serique

Efter godt 7 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. Vi hænger på rad og række.

Jeg får senere at vide, at de samme brasilianske løbere overraskede to sorte jaguarer. Først prøvede de at skræmme dem med at råbe ad dem, dernæst med

stenkastning og fægten med stave, men da det åbenbart ikke virkede, nærmest tværtimod, 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.

9 løbere (heraf Youssef (DK)) er udgået enten pga. af skader, dehydrering eller udmattelse. Godt nok var ruten hård, men det er noget overraskende, at der er udgået så mange løbere.

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.



Foto: Zagal

Er begyndt at få gnide sår på skuldre og lænd, jeg får løbslægen til at tape mig ind de udsatte steder. Har endnu ikke fået vabler på fødderne. Desværre bliver jeg sløset med at tape mine fødder, hvilket hævner sig.

### **Onsdag, den 10. oktober 2007**

I løbet af natten begynder det at regne, og senere bliver vi vækket af brøleaber, og larmen står på i et par timer lige før solopgang.

**3. etape** er på 31.1 km og har 4 checkpoints, og vi starter med at svømme over en flod, 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 skvulper. Nu gælder det om at indhente dem, som er foran mig.

Selve ruten i dag har 3 "killer hills" - som er mere bjerge end bakker - som først skal forceres inden mål. De øvrige bakker og mudderskrænter sætter spor i benene, de gør ondt, men der bliver ikke stoppet. Adskillige gange går vi igennem sumpe op til knæene. Vablerne begynder at melde sin ankomst.



Foto: N. Archer

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, råbt "WAPS!!!" (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! For bliver man stukket, svarer smerten til at blive brændt af en cigaretglød direkte på huden.

Her er så varmt og fugtigt, at jeg har svært ved at spise mine energibarer og gels, det sidder fast i halsen. Men de er nødvendige så ned kommer de.

På et tidspunkt skal vi alle over en flod med meget kraftig strøm. Men i stedet for at svømme over, skal vi fires over via reb.



Foto: Gil Serique

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 9 timer at gennemføre, og da jeg kommer i mål – efter John – er jeg så dehydreret, at jeg næsten kollapser. 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 bogstaveligt talt 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 tårerne 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, en af dem skyldtes at han blev stukket af hvepse på hele ryggen og nakke. Han måtte indtage drop pga. hævelserne og udgik derefter. Nu er vi kun 34 løbere tilbage og alle er begyndt at lugte, men det matcher lidt den junglecamp, vi er i. Det bliver rart med en lille etape i morgen.

### Torsdag, den 11. oktober 2007

**4. 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. Får følgeskab af Phil (IR), som har fødselsdag i dag.



Foto: Gil Serique

Etapen tager ca. 4.5 time at gennemføre, og vi er alle blevet mere vant til at færdes i junglen. I nat skal alle overnatte i en lille landsby langs floden. Det skal gøre godt at slappe af, og nu glæder jeg mig bare til i morgen.

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.



Foto: TakeOne

I løbet af eftermiddagen har supporterne og arrangørerne tryllet en chokoladelagkage frem til ære for Phil. Manden blev jo helt rørt. Hvem vil ikke være det, når der står en flok ildelugtende løbere i underbukser og synger "Happy Birthday to You".

Under pakningen af min rygsæk til i morgen kravler en brun skorpion 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, 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. Nogle ligger på jorden og sover, andre vælger at sætte køjen op og sove. Regnen stopper først ved fire tiden, 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.

**5. etape** er den lange etape på ca 87 km med 8 checkpoints, og den sidste etape i junglen. De første 42 km samt 4 CP skal løbes i jungle, og resten skal løbes i åben terræn.

Kl. 05 går starten og igen skal vi svømme over en 250 meter flod, som det første, men det er forfriskende. På den anden side løber vi igennem et fiskerleje og videre ind i junglen.



Foto: TakeOne

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 elleve tiden 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 jaguaronråde, 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.



Foto: Zagal



Der bliver gået til den, især på skrænterne. 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 trælår. Nu er det på tide at komme videre inden vi går helt i stå. 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 bemandet 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 ranger soldat, 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.



Foto: TakeOne

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 hægtet af. 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. 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 lysskæret 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 midt af stien og tænker kun på at komme til 8. og sidste checkpoint.

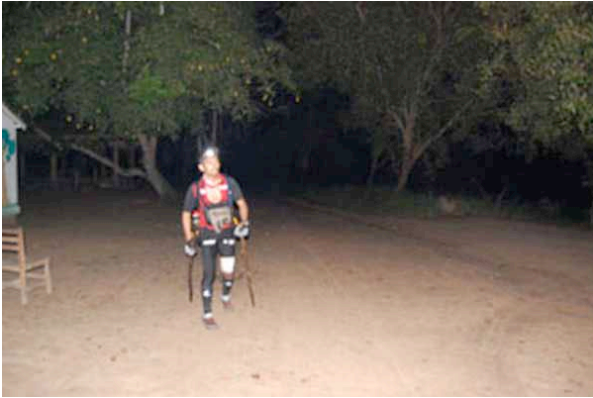


Foto: Gil Serique

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 ondt i armene. Der står supportere og hjælper mig 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. Det er svært at se rutemarkeringerne, for her er bælgravende sort. Strimlerne har fået nye farver, fra blå til hvide til gennemsigtige – hvad foregår der?? Nogle af strimlerne er kastet på jorden.

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 sumpe. 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 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.



Foto: TakeOne

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 frem og tænker "Yes, nu nærmere vi os". Ved bålet ved en flodbred sidder en supporter Paul (UK) og siger, at der er ca. 5 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, når man skal sætte af.

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



Foto: Zagal

Nu ligger jeg og ser solen stå op, og det er svært at sove i denne varme.

I løbet af formiddagen begynder de fleste af løberne at komme i mål. Flere har sovet ved de enkelte checkpoints. De ser trætte ud men glade for at komme igennem kongeetapen. 3 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 posen 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, således at han kan fortsætte på den 6. etape. Judah har kun 6 timer til at sove i, før han skal op og være klar igen.

Jeg er i underskud kaloriemæssigt og har brugt omkring 10.000 kalorier på 5. etape. Min sidste frysetørrede ration blev spist i formiddags, og har nu kun energi gels tilbage, hvilket hænger mig ud af halsen. Jeg går sulten i seng.

## Søndag, den 14. oktober 2007

**6. etape** på omkring de 24,8 km starter kl. 05 og er et rent sandhelvede. Ruten har 3 checkpoints. Mit indbundne ben er svulmet op til dobbelt størrelse, og jeg kan kun bøjede det halvt, så jeg glæder mig ikke. Har spist smertestillende med energi gels 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 var vågnet et par timer senere.

Denne etape skal bare gennemføres, også hvis det kommer til at gå langsomt. Efter 5 km smider jeg mine stave, de sinker 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. Har ikke tid til at se på vabler. Stranden fortsætter så langt øjet rækker, og det er lidt opgivende.

Flere løbere, som ellers ville være bagerst i feltet, overhaler mig. 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. Efter en fem minutters afkøling fortsætter vi.

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 kort at uret bliver stoppet: cirka 5 timer, og så slår hjernen fra et kort øjeblik pga. smerten. Det næste jeg husker er, at jeg ligger i skyggen med cola i hånden og har fået isposer på lår, 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 larmedalje i hånden, som ligner noget en børnehaveklasse har lavet i formning.



Foto: TakeOne

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.

Ydermere glæder jeg mig til at få behandlet mit hævede ben, mine 13 vabler - hvoraf to er blodvabler under begge storetåns negle - 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 har været en rigtig god oplevelse, smertefuld men spændende. Det bedste har dog 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 (t), skarpt efterfulgt af en lokal triatlet Elton, 33:53 t.



Foto: TakeOne

For os tre danskere, som gennemførte den lange distance (ud af i alt 31 som gennemførte), blev Johnny nr. 5 (41:40 t.), jeg nr. 14 (52:58 t) og Marvin nr. 29 (70:38 t). Samlet udgik 30 % (14 løbere) af dehydrering, udmattelse og skader. Per gennemførte den kort distance på 100 km. Becky blev endnu engang nr. 1 for kvinderne med en tid 57:48 t.

Vi afslutter aftenen med en fest-banket, hvor vinderne bliver kåret.

## Mandag, den 15. oktober 2007

Dagen 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 bruger min tid på punkterer mine vabler under neglene for at undgå de ryger af.

Flere skal have lægehjælp med at få renses deres sår. Der er en del inkl. mig selv, som har fået betændelse i vablerne, hvilket lugter ret grimt.



Foto: Zagal

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.

## Tirsdag, den 16. oktober 2007

### Hjemturen

Ventende i Manaus lufthavn ser jeg en svært bevæbnet kvindelig politiagent fra Federale Policia gå forbi, 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.

I Sao Paulo Lufthavn møder vi Shaun, han tog allerede af sted mandag, men pga. forsinkelser nåede han ikke sit fly til Australien. Nu sidder han og venter på at komme af sted torsdag middag.

Efter en meget lang overflyvning, lander vi alle i Århus lufthavn torsdag formiddag. Og vi er nu en stor oplevelse rigere.

## Prolog

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 5 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 spurgt, 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.

Med venlig løbehilsen

Christian D. Zagal  
[www.adventurerun.dk](http://www.adventurerun.dk)