

UGE 40 NR 3 2007

# MED RUNDT



POST

## OVER STOK OG STEN I JUNGLEN

Christian Zagal fra Århus skal deltage i et af verdens farligste ekstremløb i Brasilien – hvad driver ham?

Læs mere på indersiderne



# GREEN-LINE®

Din kontakt til EL-kram

Bestil et gratis katalog på  
Tlf. **54 75 80 98**

Vi leverer dagligt 15.000 varer, omgående !

Spar op til **40%** på el-artikler

[www.greenline.dk](http://www.greenline.dk)



Se vores store udvalg af stikkontakter !

Vi har flotte spots i mange varianter !



Spar store mængder energi med vores helt nye **LED** pærer





## LØBER FOR EN GOD SAG

Dét med at være bange for slanger og edderkopper, duer ikke, hvis du skal overleve i Brasiliens jungle i syv dage. Heldigvis lider 36-årige Christian Zagal ikke af den slags fobier, for til oktober vender han snuden mod Amazonas for at deltage i et af verdens farligste ekstremløb Jungle Marathon 2007

"Løbet foregår i den nordøstlige del af Brasilien, ikke langt fra en nationalpark, men flere timers sejlads fra den nærmeste by. Vi skal løbe omkring 220 km fordelt på seks etaper. De fleste etaper er fra 16 til 32 km og skal gennemføres på 11 timer. Men den hårdeste er på 87 km, og den har vi 35 timer til at gennemføre. Ruterne er lagt på naturstier, og vi skal forcere floder, sumpområder med vand op til brystet, mudderbanker, strande og bjerge", fortæller en spændt Christian.

Det er nemlig første gang, han deltager.

Til daglig er der ikke så meget Indiana Jones over Christians liv. Han bor i Århus med sin kæreste og arbejder med vindmølleprojekter i Tyskland. Han har dog løbet i mange år og gennemført flere maratonløb både herhjemme og bl.a. i Berlin og New York. Men nu synes han, at tiden var inde til nye udfordringer, og sidste år i december begyndte forberedelserne til det syv dage lange løb i Amazonas jungle.

### DEN ENES MARERIDT, DEN ANDENS DRØM

Ikke nok med at deltagerne skal ud på den ene mere halsbrækende rute efter den anden, skal de også selv bære på alt det, de skal spise, have på og sove i, i løbet af de syv dage. Det vil sige en oppakning på omkring 6-8 kg. Egentlig kunne det godt lyde som lidt af et mareridt, men for Christian er det en drøm.

"Det er en kæmpe udfordring. Løb er ikke uvant for mig, men jeg har aldrig gennemført så

krævende et løb før. Derfor bliver det rent mentalt en skelsættende oplevelse. Hvis jeg kan klare det, så kan jeg klare hvad som helst. Og så er der jo alt det sanselige. Amazonas er utrolig smuk, unik og helt anderledes fra den danske natur. Men det er bestemt ikke ufarligt. Nogle gange tænker jeg da også, hvad det er, jeg har rodet mig ud i", griner Christian.

**ALT DER ER GRØNT ER GIFTIGT**  
Og Amazonas er bestemt ikke et sted, man skal tage på skov-



tur. En god tommelfingerregel er, alt der er grønt er giftigt. Derudover er der 40 grader om dagen, utrolig høj luftfugtighed, og sandsynligheden for, at man støder ind i slanger, edderkopper i alle størrelser, skorpioner og andet behåret småkravl på sin løbetur, er ret stor. Er man rigtig uheldig, kan mødet med en jaguar, krokodiller, piratfisk eller en anakonda blive fatalt. Derfor er Christian i skarp træning og har Jakob Hastrup som personlig træner, der selv har løbet ekstremløb

flere steder i verden, bl.a. på Antarktis.

"Selvom det er oplevelsen, der er i centrum, er det også et løb, hvor man konkurrerer om at komme først. Jeg løber for at få en god placering og med det træningsprogram, Jakob har lagt for mig, skulle det lykkes at komme i top 15. Seks gange om ugen står den på intervaltræning, bakke- og trapetræning og lange løbeture. Men ud over æren vinder man altså ikke noget".



### I EN GOD SAGS TJENESTE

Det er ikke gratis at deltage i Jungle Marathon, og Christian er afhængig af sponsorer for at komme af sted. Derfor har han indgået et samarbejde med Kræftens Bekæmpelse, hvor overskuddet af hans sponsorater går til organisationsarbejde.

"Der er mange grunde til, at jeg lige har valgt at arbejde sammen med Kræftens Bekæmpelse, og samarbejdet er klart en blæstempling af projektet. En anden vigtig grund har været, at jeg har haft kræft tæt



inde på livet, og på den her måde har jeg haft mulighed for at yde et bidrag til en sag, jeg tror på".

Læs mere om Christians forberedelser til Jungle Marathon på [www.adventurerun.dk](http://www.adventurerun.dk) **KG**

Udgives af Post Danmark AVS, CVR-nr. 26 66 39 03, Tietgensgade 37, 1566 København V. Ansvarshavende redaktør: Søren-Michael Pihl. Fotograf: Mette Krull. medrundt.dk, email: medrundt.red@post.dk. Tryk: Berger Plus AVS på EMAS certificeret trykkeri. Annoncesalg: Mediabørs Danmark AVS, tlf. +45 33 91 11 11