



► Wahnvorstellungen, Ohnmachten und extremer Dehydration. Viele der Crews und Pacer beim Badwater haben festgestellt, dass die menschliche Fähigkeit, den Körper durch Schweiß zu thermoregulieren und zu kühlen, bei diesem Lauf bis an die Grenzen getestet wird und die Hitze sich vor allem auf das gastrointestinale System auswirkt. Der Körper tut sich schwer, Nahrung zu verdauen und seinen Flüssigkeitshaushalt aufrecht zu erhalten. Die Einnahme von Flüssigkeit und Nährstoffen bedarf also genauer Planung.

Der Wettlauf ist selbstverständlich hoch angesehen und zwingt immer noch viele in die Knie. Diejenigen, die den Kurs beenden und die begehrte Badwater 135 Gürtelschnalle – den Heiligen Gral des Ausdauerlaufs – erringen, können wahrhaftig sagen, dass sie die Elemente besiegt und eine persönliche Spitzenleistung vollbracht haben. ■

Länge: 217 km

Ort: Death Valley, Kalifornien, USA

Datum: Juli

Typ: Straße/gebirgig

Temperatur Ø: 30 bis 50°C



Dieses brutale Rennen birgt viele Gefahren; Verletzungen sind keine Seltenheit. Dennoch nehmen erstaunlich viele Läufer daran teil, und jedes Jahr beenden 80 Prozent der Teilnehmer den Kurs – doch nur einige wenige in unter 24 Stunden.

