



## Pionier und Rekordhalter im Einsatz als laufender Journalist

**Stefan Schlett schrieb schon etliche Male Sportgeschichte. Selber wird der Extremsportler für ein deutsches Fachmagazin eine Reportage über den Swiss Snow Walk & Run vom Samstag in Arosa verfassen.**

Ultra-Langstreckenlauf, Triathlon, Bergsteigen und Fallschirmspringen – all diese Sportarten übt Stefan Schlett mit grosser Leidenschaft und viel Freude aus. Im Zeitraum von 44 Jahren absolvierte er über 2000 Wettkämpfe in 97 Ländern und gelangte dabei zu manchem wertvollen und prestigeträchtigen Triumph. Die sportlichen Betätigungen hält er akribisch fest (Auszug siehe Box), und er publizierte schon mehr als 400 Reportagen in Print- und Onlinemagazinen in Deutschland, Österreich, Frankreich und der Schweiz.

Vier Kontinente durchquert

Stefan Schlett ist der einzige Mensch auf der Welt, der vier Kontinente mit eigener Muskelkraft und unter Wettkampfbedingungen durchquerte: Trans-Amerika-Lauf von Los Angeles nach New York 1992, Trans-Australia-Footrace von Perth nach Canberra 2001, Trans-Europa-Lauf von Lissabon nach Moskau 2003 und Tour d'Afrique von Kairo nach Kapstadt 2005. Die letzten zwei Rennen mit Längen von 5015 (in 64 Tagen) respektive 11 919 Kilometern (in 121 Tagen) bilden zugleich die längsten des bald 58-jährigen Ausdauersportlers aus Kleinostheim.

Darüber hinaus ist Stefan Schlett der erste Deutsche und der sechste Mensch auf der Welt, der auf allen sieben Kontinenten einen Marathon absolvierte. Und: Er hielt Landesrekorde im Sechs-Tage-Strassen-Rennen (751,563 Kilometer), über 1000 Kilometer (acht Tage und 3:51:27 Stunden), 1000 Meilen (13 Tage und 16:11:06 Stunden), 2000 Kilometer (17 Tage und 6:28:02 Stunden) und 1300 Meilen (17 Tage und 23:42:13 Stunden).

Fallschirmabsprung am Nordpol

Stefan Schlett ist aber auch der erste Läufer, welcher den höchsten (Mount Everest in Nepal), den niedrigsten (See Genezareth in Israel und Amman to Dead Sea in Jordanien), den nördlichsten (Spitzbergen/Norwegen) und den südlichsten (Antarktis) Marathon lief. Und: Er bestritt auch schon einen Triathlon über die zehnfache Ironman-Distanz (38 Kilometer Schwimmen, 1800 Kilometer Radfahren und 422 Kilometer Laufen).





Abseits des Ultra-Sportes bestieg Stefan Schlett etwa 400 Berge, unter ihnen die höchsten auf fünf Kontinenten: Mount Mc Kinley in Nordamerika, Aconcagua in Südamerika, Elbrus in Europa, Kilimandjaro in Afrika und Mount Kosciusko in Australien. Der höchste Berg respektive Vulkan, den er erklimmte, ist der Pik Lenin (7134 m ü. M.) im Pamir (Kirgistan) beziehungsweise der Ojos del Salado (6893 m ü. M.) in der chilenischen Atacama Wüste. Stefan Schlett absolvierte auch 496 Fallschirmabsprünge, einen davon am Nordpol.

„Nach der Sauna im Schnee wälzen“

Auch in der Schweiz weilte Stefan Schlett schon mehrmals zu sportlichen Zwecken. „Im Verlaufe der letzten dreieinhalb Jahrzehnte habe ich das Land umrundet, durchquert, seine höchsten Berge bestiegen, die kältesten Gewässer durchschwommen, die höchsten Pässe erobert und dabei die genialsten Landschaften Europas, die leckere Küche und die Schweizer Gastfreundschaft genossen. Nur zu einem Fallschirmabsprung reichte es nie.“

Am Samstag startet Stefan Schlett nun am Swiss Snow Walk & Run und wird dabei den Weisshorn Snow Trail absolvieren. Ausschlaggebend für seine Teilnahme sind das „Klasse Wettkampfformat und meine Liebe zu den Bergen“. Für den Veranstaltungstag wünscht er sich „einen halben Meter Schnee, blauer Himmel und Sonnenschein, gute Stimmung, eine spannende Geschichte für seine Reportage und nicht zuletzt die Möglichkeit, sich nach der Sauna im Schnee zu wälzen“.

Laufen auf Schnee empfindet Stefan Schlett als „angenehm weich. Es schult die Koordination, macht Spass und ist nicht alltäglich. Zudem hat es eine besondere Atmosphäre durch Licht und Farbe sowie eine schallschluckende Wirkung. Speziell war die Ambiance für ihn auch 2003, als er zusammen mit einem anderen Läufer vom „Spiegel“ auf einer 500 Kilometer langen Strecke durch die zentralasiatische Sandwüste Taklamakan begleitet wurde. Die Dokumentation wurde 2004 auf VOX und SAT.1 ausgestrahlt. Seine Reportage über den Swiss Snow Walk & Run erscheint im April im deutschen Magazin „Laufzeit“. (pd)

BOX 1



**MIGROS**



## Ein paar Zahlen zu Stefan Schlett

Anzahl

- Marathons: 208
- Ultraläufe: 505

### Zurückgelegte Wettkampfkilometer

Laufen: 71 492

Rennrad: 35 815

Mountainbike: 20 540

Kajak: 328

Schwimmen: 425

Segeln: 3000

Inline Skating: 600

Treppen (aufwärts): 152 091

### Weltrekorde

Laufband (Fussgängerzone in Aschaffenburg): 111 Kilometer in 11 Stunden

Marathon auf einem Schiff (Meridian): 3:46:45 Stunden

Treppenlauf auf der Rolltreppe (Frankfurt): 21 403 Stufen/5000 Höhenmeter in 5:03:11 Stunden

Ultramarathon auf einem Schiff (Explorer of the Seas): 50 Kilometer in 4:04:59 Stunden

Ultramarathon unter der Erde (700 Meter unter der Erde/500 Meter unter dem Meeresspiegel im Salzbergwerk Sondershausen/Thüringen): 50 Kilometer in 5:31:38 Stunden

BOX 2

## Vom Box-Europameister zur Musikerin

Bei der 16. Austragung des Swiss Snow Walk & Run in Arosa erwarten die Organisatoren rund 1300 Läuferinnen und Läufer. Sie teilen sich auf vier Distanzen zwischen 6,1 und 21,1 Kilometern auf. Im Zentrum der Veranstaltung steht der Weisshorn Snow Trail mit Start in der Nähe des Obersees und Ziel auf dem Weisshorn-Gipfel.

Vor Ort sein werden auch mehrere bekannte Personen. Unter ihnen befinden sich der Ex-Tennisprofi Marco Chiudinelli und der frühere Rad-Bahn-Spezialist Franco Marvulli, der Schwergewichts-Europameister Arnold Gjergaj, die mehrfache Weltmeisterin Emma Pooley und die



**MIGROS**



amtierende Schweizer Marathonmeisterin Natascha Baer. Ihre Teilnahme angekündigt haben auch André Reithebuch (Mister Schweiz 2009), die Musikerin Eliane Müller (Gewinnerin «Die grössten Schweizer Talente» 2012), der aktuelle Bachelor Patric Haziri, Tobias Rentsch (Bachelor 2015 und Mister Schweiz 2001) sowie Stephan Weiler (Mister Schweiz 2008) und Maria Bruggner (Teilnehmerin Bachelor 2018). Die Beiden lernten sich übrigens vor Jahresfrist am Swiss Snow Walk & Run kennen – und wurden schnell ein Liebespaar.

Wer sich am Swiss Snow Walk & Run kurzfristig mit den aufgeführten Personen messen und gleichzeitig zu einem unvergleichlichen Lauferlebnis in der verschneiten Berglandschaft gelangen möchte, kann sich am Samstag vor Ort nachmelden. (pd)

**Informationen:** [www.snowwalkrun.ch](http://www.snowwalkrun.ch)