



ENGADIN  
SKIMARATHON

PRESENTED BY **helvetia** 

## ENGADIN SKIMARATHON

### Die Geschichte der grössten Langlaufveranstaltung der Schweiz

## Man läuft so gut, wie man sich verpflegt...

**Wer sich nicht richtig verpflegt, wird das Ziel nicht erreichen: Diese einfache Grundregel gilt auch beim Engadin Skimarathon. Um die 14'200 Teilnehmer mit Essen und Getränken zu versorgen betreibt der Engadin Skimarathon zusammen mit Partnern eine ausgefeilte Logistik.**

Das Ressort der Läuferverpflegung ist eine logistische Herausforderung: Rund 500 freiwillige Helfer stehen während dem Marathonsonntag im Einsatz und sorgen für das leibliche Wohl der Teilnehmenden. Neben dem Verpflegungsangebot am Start und im Ziel stehen fünf Verpflegungsposten auf der Strecke zur Verfügung. Bevor die Getränke und Esswaren herausgegeben werden können, müssen aber rund 20'000 Liter heisses Wasser für die Zubereitung von Tee und Bouillon bereitgestellt und zu den verschiedenen Posten geführt werden.

In den ersten Jahren des Engadin Skimarathon war jeweils jeder Posten selber für die Wasserzufuhr ab den Hotels seines Dorfes besorgt. Seit 1979 beziehen alle Posten das Wasser direkt ab der Milchzentrale Lateria Engiadinaisa in Bever. In der Nacht vor dem Skimarathon wird das Wasser auf 80 Grad aufgeheizt und am nächsten Morgen mit Lastwagen an die verschiedenen Verpflegungsposten geliefert. Insgesamt werden 5 Heisswassertanks und 6-8 Tanks mit kaltem Wasser für die Zubereitung der Getränke ausgeliefert.

Das Verpflegungsangebot hat sich seit 1969 stark gewandelt. Einschneidend war das Aufkommen der isotonischen Getränke in den 80-er Jahren. Gefragt wären auch Bier und Kaffee, insbesondere bei den letzten Verpflegungsposten. Die Ärzteschaft hat sich aber gegen die Abgabe von Kaffee ausgesprochen: einem ermüdeten Körper sollen keine stimulierenden Mittel zugeführt werden. 2015 wurde in Zusammenarbeit mit Isostar (Wander) ein neues Verpflegungskonzept eingeführt. So werden nebst den traditionellen Max Havelaar Bananen der Isostar High Energy Riegel und Ovomaltine-Schokolade angeboten. Ab 2020 wird die Schweizer Firma Oswald die Bouillon für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer zubereiten. Allein am Marathon-Sonntag werden jeweils rund 3'500 Liter davon getrunken.

## **Mengenübersicht 1988**

### **Flüssigkeiten**

19'000 Portionen Rivella  
8'000 Portionen Rivella Activ  
41'000 Portionen Rivella Marathon  
5'600 Liter Knorr-Bouillon  
200 Liter Zitronensaft  
300 Portionen Instant-Tee

### **Feste Nahrung**

40 kg Traubenzucker  
2'500 Sandwiches  
100 kg Schinken  
5'000 Reistörtchen  
300 kg gedörrte Aprikosen  
200 kg Orangen

## **Mengenübersicht 2020**

### **Flüssigkeiten**

75'000 Portionen Isostar  
35'000 Portionen Tee  
20'000 Portionen Bouillon  
15'000 Portionen Ovomaltine  
80'000 Portionen Wasser

### **Feste Nahrung**

28'000 Portionen Isostar High Energy Riegel  
80'000 Portionen Ovomaltine Schokolade  
9'000 Bananen MAX HAVELAAR