

Timo Thräm (ehemaliger Schüler des BBZ Homburg) und sein Laufpartner Lucas Palm laufen im Herbst 2021 den Transalpine Run für den guten Zweck

---

Dieser Transalpine-Run (Alpenüberquerung) findet zum 17. Mal statt und es sind 264 km bei 16 000 Höhenmetern in 8 Tagen zu bewältigen. Um diese Herausforderung zu meistern ist ein gut vorbereitetes monatelanges Training notwendig. Die Trainingseinheiten nehmen sehr viel Zeit in Anspruch und sind bei jedem Wetter, auch bei Schnee, Regen oder Hitze zu leisten.

Timo testet gern seine Grenzen und ist bereits im Jahr 2011 den Ironman in Frankfurt gelaufen, sowie einige Halbmarathons. Für seine Idee, beim Transalpine-Run dabei zu sein, brauchte er einen Partner, der dieses „wahnsinnige Sportevent“ mitmacht. Mit Lucas Palm hat er seinen Laufpartner gefunden, der dieses schwierige Vorhaben – eines der härtesten und zugleich spektakulärsten Trailrun-Events der Welt – mit ihm gemeinsam stemmt.



Ziel der Beiden ist: Ankommen, aufgeben ist keine Option!

Timo bereitet das harte Training für beide vor, wobei nicht jede Einheit gemeinsam gelaufen werden kann, da jeder einen anderen Terminkalender hat. Lucas hat vollstes Vertrauen zu Timo und dessen Erfahrung. Für den Transalpine-Run müssen beide noch einige Kilo bis zum idealen Laufgewicht abnehmen.

Außer der sportlichen Herausforderung und das Ausloten ihrer Fähigkeiten, laufen die beiden jungen Männer für den guten Zweck. Über eine Spendenplattform unter dem Motto

Spartans4Good  
Wir schwitzen und ihr spendet

sind sie über jede gespendete Summe dankbar, da jeder Euro weitergeleitet wird. Die ausgewählten gemeinnützigen Projekte können auf der Internetseite unter [www.spartan-sports.de](http://www.spartan-sports.de) eingesehen werden.