

## **Pressemitteilung / Vorschau**

**Ort:** Glarus Süd / Linthal / Braunwald

**Datum:** Juli 2026

**Sperrfrist:** Keine

---

### **10'000 Höhenmeter als Challenge:**

#### **Die Macher des MunggäRuns lancieren neues Sommer-Highlight in Glarus Süd**

**Die Macher des legendären Elm-Winterevents «MunggäRun» bringen den Glarner Sportsgeist in den Sommer. Am Samstag, 3. Oktober 2026, wartet auf alle wettergegerbten Ausdauersportler und «Spinnsiächä» eine extreme Premiere: 17-mal die Strecke von Linthal hoch ins autofreie Bergdorf Braunwald – am Stück.**

Seit fünfzehn Jahren steht der MunggäRun in Elm für pure Leidenschaft, Stirnlampen-Magie und brennende Oberschenkel auf Skitourenskis im tiefen Winter. Doch das OK-Team um Präsident Martin Baumgartner zieht es auch in der warmen Jahreszeit in die Glarner Bergwelt. Auf einer Trailrunning-Runde in Elm mit Streckenchef Andre Reithebuech und Sven Streiff wurde nun eine verrückte Idee für ein einzigartiges Sommer-Event geboren.

#### **Inspiziert von einer «Jugendsünde»**

Die Inspiration für das neue Format lieferte Streckenchef Andre Reithebuech höchstpersönlich. In einer legendären Aktion bezwang er einst in Braunwald sagenhafte 10'000 Höhenmeter am Stück. Genau dieser unerschütterliche Wille wird nun zur kollektiven Challenge für alle, die das Besondere suchen.

Das Prinzip der neuen Sommer-Challenge ist so simpel wie knallhart:

- **Die Strecke:** Von Linthal hoch ins autofreie Bergdorf Braunwald.
- **Die harten Fakten:** Über 600 knackige Höhenmeter verteilt auf knapp 3 Kilometer Wegstrecke.
- **Die Härteprüfung:** Das Ganze wird 17-mal hintereinander absolviert. Die Strecke kann auch weniger oder mehr als die 17-mal absolviert werden innerhalb der Zeit von 04:30 Uhr – 23:55 Uhr.
- **Der Ablauf:** Der Startschuss fällt frühmorgens um 04:30 Uhr. Hoch wird gebissen, bergab geht es jeweils bequem mit der Standseilbahn, die jede halbe Stunde zurück ins Tal fährt.

#### **Ein Tag voller Schmerz und Stolz**

«Wir wollten kein normales Sommerrennen, sondern etwas Einzigartiges, das den puren Glarner Sportsgeist widerspiegelt», erklärt OK-Präsident Martin Baumgartner. Wer bei diesem Event antritt, benötigt neben den richtigen Genen vor allem einen unerschütterlichen Geist und die Bereitschaft, an die eigenen Grenzen zu gehen. Natürlich muss die Strecke nicht zwingend 17-mal absolviert werden. Man kann auch später starten und sich zum Beispiel an der Tödi-Challenge mit 3'612 Höhenmetern messen“, erklärt Baumgartner. Belohnt werden die Teilnehmenden mit einem Tag voller Stolz, gesundem Schmerz und einer grenzenlosen Sport-Gemeinschaft in der Glarner Bergwelt.

Das Event dient zugleich als idealer Fitness-Macher und Vorbote für den Winter:

Am 16. Januar 2027 feiert die Organisation bereits die 16. Austragung des legendären MunggäRuns im Wintersportparadies Elm.

## Event-Details im Überblick

| Kriterium                                               | Details                                                                                  |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Event                                                   | Neue Sommer-Challenge der MunggäRun Events                                               |
| Datum                                                   | Samstag, 3. Oktober 2026 (Anmeldung öffnet am 1. August 2026)                            |
| Startzeit                                               | 04:30 Uhr morgens                                                                        |
| Ort                                                     | Linthal – Braunwald (Glarus Süd)                                                         |
| Anforderung                                             | 17 Durchgänge à 600 Höhenmeter / 3 km (Rauf zu Fuss, runter per Bahn)                    |
| Ausrüstung                                              | Trailschuhe, eiserner Wille,<br>ÖV-Ticket (wird vom Veranstalter zur Verfügung gestellt) |
| Vorschau Winter 16. MunggäRun in Elm am 16. Januar 2027 |                                                                                          |

---

### Für Medienrückfragen:

Martin Baumgartner

OK-Präsident MunggäRun Events 2026/2027

[info@munggarun.ch](mailto:info@munggarun.ch)

+41 78 688 06 47