

22. Austria Triathlon in Podersdorf

Triathlon extreme - Ein Bericht von Herbert Grümpel:

Am Tag vor dem Rennen war die Welt bei ruhigem See und heißen 36 Grad noch in Ordnung. Doch bereits um 4 Uhr morgens des Wettkampftages goss es brutal und es zog ein Gewitter auf. Ich packte meine Sachen und begab mich zum Einchecken.

Aufgrund der Witterungsbedingungen war lange Zeit unklar ob der Wettkampf überhaupt durchgeführt werden würde. Die Entscheidung das Rennen nicht abzusagen bzw. in einen Duathlon umzufunktionieren fiel erst eine halbe Stunde vor dem geplanten Rennstart. Von den 1050 Starten für Mittel- und Langdistanz gingen wegen der Wetterlage auch nur ca. 800 an den Start. Als ich meinen Neo anzog löste sich der Reißverschluss und in diesem Moment dachte ich der Wettkampf ist gelaufen. So leicht aufgeben wollte ich dann aber doch nicht und versuchte Werkzeug für eine Reparatur aufzutreiben, was mir letztlich auch gelang.

Der Startschuss fiel, ich reparierte noch und erreichte 7 Minuten später, mit wieder funktionstüchtigem Neoprenanzug den Schwimmstart und schwamm so dem Feld hinterher. Dieses hatte ich bald erreicht, was ich anhand eines Trittes in der Magengegend zu spüren bekam, aufgrund dessen ich mich übergeben musste. Dies geschah bei dem 1 – 2 Meter hohem Wellengang noch weitere drei Mal.

Etwas entkräftet erreichte ich schließlich den Schwimmausstieg und lief durch den knöcheltiefen Schlamm der Wechselzone. Zu diesem Zeitpunkt war bereits klar, dass ich mein gestecktes Ziel von 11 Stunden nicht mehr erreichen würde, zumal ein mörderischer Wind mit bis zu 60 km/h bließ, der die 180 km Radfahren zu einer echten Herausforderung machen würde. Ich entschied mich trotz schlechterer Aerodynamik eine Regenjacke anzuziehen, denn es war extrem kalt und nass. Zwar hatte ich von Beginn an guten Druck auf dem Pedal, was sich aber aufgrund des Windes leider nicht in der Geschwindigkeit bemerkbar machte. Bei den gegebenen Witterungsverhältnissen war es schwer sich überhaupt auf dem Rad zu halten. Am Ende der ersten Runde bog zudem falsch ab und fuhr somit auch noch einen kleinen Umweg – welch ein Tag! Zu dem Zeitpunkt dacht eich schon ans Aufhören. In der zweiten Radrunde löste sich meine Aerobottle und ich musste anhalten und diese wieder einsammeln und neu befestigen, was mich wiederum 4 min Zeit kostete. An dieser Stelle kam der Gedanke ans Aufhören noch mal hoch, doch ich beschloss die dritte Runde zu fahren, da für später besseres Wetter versprochen war. Der Regen ließ zwar nach, der Wind jedoch nicht. Auch wenn sich mittlerweile zusätzlich das zuletzt lädierte Knie bemerkbar machte, startete ich in die vierte Runde und wollte den Wettkampf unbedingt zu Ende bringen. Die Zeit war jetzt völlig egal. Übrig geblieben waren noch zwei Ziele: Finishen und eine Laufzeit um die 4 Stunden. Ich beendete das Radfahren ohne Hektik beim Wechsel und ging auf die Laufstrecke.

Da ich zuletzt keine Probleme beim Laufen hatte, war ich zuversichtlich und Stefans Anfeuerung auf der Laufstrecke tat enorm gut. Woher ich nach dem ganzen Verlauf noch die Kraft nahm weiß ich nicht aber der abschließende Marathon ging gut und ich konnte relativ konstant durchlaufen. Ich konnte trotz der widrigen Bedingungen noch lächelnd finishen und war letztlich zufrieden bei solchen Bedingungen überhaupt ins Ziel gekommen zu sein. Von den 250 Startern in der Langdistanz erreichten lediglich 176 das Ziel.

Ob es nun eine Ironmandistanz oder ein reines Abenteuer war weiß ich letztlich selber nicht, denn eigentlich ging es nur ums überleben. Auch wenn ich mein 11 Stunden Ziel verfehlt habe, war es gut diese Grenzerfahrung gemacht zu haben.

Das Rennen war an sich gut organisiert und wäre bei normalen Bedingungen immer interessant und vielleicht wage ich später noch einmal einen Anlauf.