

Langdistanz Podersdorf - Staffel

Es begann ganz harmlos mit einer Frage von Michi bei einem Kaffee: „ich schwimme, du fährst Rad. Wenn Elias läuft, können wir eine Staffel in Podersdorf machen....“ Natürlich war die Langdistanz, der Ironman, damit gemeint. Das habe ich mich gar nicht zu hinterfragen getraut! Schnell war meine Entscheidung gefallen (ja nicht zu lange darüber nachdenken ...), und gemeinsam haben wir Elias dafür ebenfalls begeistert. Innerhalb von 2 Tagen standen wir in der Nennliste: „Dreamteam“, bestehend aus dem Schwimmer über 3,8km Michi, dem Radfahrer über 180km Karl und dem Läufer über 42km Elias. Der „Point of no Return“ war erreicht.

Mit näherkommendem Start stieg die Nervosität: Es gab Streckenbesichtigungen, die Übergabepunkte wurden inspiziert und die Strategie wurde detailliert ausgearbeitet. Das Material wurde nachgerüstet und optimiert – an diesem sollte das Projekt nicht scheitern!

3:45 – der Wecker verkündet den Beginn eines langen Tages.

Pünktlich um 07:00 stieg Michi ins Wasser. Geplante 4 Runden lang, jede mit einem kurzen Landgang. Eigentlich hätte er bereits bei uns vorbeikommen müssen Wir waren verwirrt. Die Teilnehmer waren in den Schwimmanzügen -auf Grund der hohen Wassertemperatur war kein Neopren erlaubt- schwer voneinander zu unterscheiden. Hatten wir ihn übersehen? Oder war etwas passiert? Unruhe herrschte. Nach knapp 34min dann Entwarnung: Michi ging in seine zweite Runde, lieferte einen souveränen Schwimm-Split und übergab nach 1:09 an Karl – die

Bis über die Mount-Line musste das Rad aus der Wechselzone geschoben werden. Nur nicht zu früh aufsteigen und eine Zeitstrafe kassieren! Nächtelang prägte ich mir die Regeln eines Triathlons ein. Der Start, die erste Runde war motiviert. Ich bewegte mich leicht über meiner vorgenommenen Pace, fühlte mich jedoch gut. So beschloss ich, bei meiner „Triathlon Premiere“ das Tempo zu halten, mit dem Risiko am Ende die Rechnung begleichen zu müssen. Schnell war ich im Rhythmus, die Verpflegung durch die Crew funktionierte perfekt! Auch das geplante Verpflegungskonzept stellte sich als sehr gut heraus – trotz zunehmender Temperaturen. Erst in der letzten Runde wurde es hart: Der Wind nahm zu – natürlich aus einer ungünstigen Richtung, die Temperatur stieg spürbar an, dafür musste ich an Leistung gering zurücknehmen. Zum Überdross bekam ich wohl an der Labe eine Flasche Wasser, allerdings nur halb gefüllt. Das war (zu)wenig. Ausgetrocknet kam ich ins Ziel, meisterte auf den Millimeter -mit gehobenem Hinterrad- die Mount-linie ein zweites Mal, und übergab meinen Chip an Elias. Ein erlösender Moment.

Elias hatte nun seinen zweiten Marathon überhaupt vor sich. Und das bei steigenden Temperaturen, in der Mittagshitze, ohne nennenswerten Schatten. 35° zeigte das Thermometer. Natürlich wurde auch Elias unterstützt: Motivierender Beifall, Wassergüsse durch Anrainer und regelmäßige Gels durch Michi begleiteten ihn. Der neue Schuh tat sein Übriges dazu: Konstant, trotz der extremen Umstände, spulte Elias Block um Block ab, und holte dabei beständig auf das Team vor uns auf. Der Hitze zum Trotz. Nach 42km durfte Elias durch den Zielbogen in Podersdorf laufen, wo die restliche Crew bereits wartete. Mit 2h58 lieferte er die Drittschnellste Zeit aller Teilnehmer ab! Und mit einer Gesamtzeit von 8:52 waren wir in unserem Plan von Sub9. Das ergibt am Ende Platz 2 im Staffelbewerb.

Die Freude und Zufriedenheit waren allen dreien ins Gesicht geschrieben!

Fazit:

Eine Idee allein ist wertlos – es braucht auch den Mut zur Umsetzung

Respekt und Vertrauen sind eine unbezahlbare Basis

Gemeinsam sind wir stark