

07.10.2010 05:06 Uhr, Sport

## LÄCHELND INS ZIEL KOMMEN

Ganz unterschiedlich sind die Ziele der Athleten des SV 05 Würzburg für den kommenden Samstag. Ankommen und dabei gut aussehen sind die obersten Ziele. Lediglich Marcel Bischof lässt sich auf eine Zeitvorgabe ein.



Win or Die: Siege oder gehe unter, heißt das Motto für die Profis beim Ironman in Kona, "Smile – Race - Finish" Lächle, mach dein Rennen und komme gut an, lautet eher das Motto für alle Altersklassenathleten am kommenden Samstag auf der Ironman-Strecke in Kailua-Kona. Wir drei Athleten vom SV 05 Würzburg haben uns zwischenzeitlich gut akklimatisiert. Während Jan Diekow zum ersten Mal hier ist, wird Marcel Bischof zum zweiten Mal starten und ich selbst werde mit dem dritten Start in der Bucht von Kona „alle guten Dinge“ komplettieren.

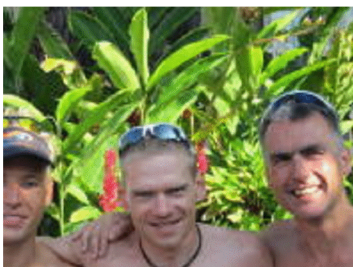
Entsprechend unterschiedlich sind unsere Erwartungen an das Rennen. Jan sagt von vornherein: „Das wird definitiv meine letzte Langdistanz“, erklärt er schon vor dem Rennen. Er habe ein Pensum trainiert, wie bisher noch nie für einen Wettkampf seiner bisherigen Laufbahn. „Ich will unterwegs nicht leiden müssen“, gibt er mit viel Understatement sein Ziel „ohne Qualen ankommen“ aus. Dass er doch nicht so ruhig und gelassen ist wie er sich gibt, zeigt sich daran, dass er unseren gemeinsamen Fototermin einfach verschwitzt. Marcel Bischof will sich zwar auch nicht festlegen, eins ist für ihn aber gewiss: Gegenüber seiner Zeit von 2008 will er sich deutlich verbessern.

„2008 habe ich auf dieser Strecke ja nur trainiert“, erzählt er fast abfällig von seinem ersten Auftritt in Hawaii, als er etwas über zehneinhalb Stunden brauchte. „Gut wäre es, wenn ich in neuneinhalb Stunden an der Finishline bin“, gibt er mir gegenüber doch sein Zeitziel preis. Damit würde er erfahrungsgemäß um Platz 150 unter den 1800 Teilnehmern landen. Einen Sieg in seiner Altersklasse, wie beim Qualifikationswettkampf in Florida, hält Marcel für unrealistisch. Erschwert wird die Situation für ihn auch noch dadurch, dass er seit dem Qualifikationswettkampf in die stärkere Altersklasse der über 25-jährigen wechselte.

Und was erwarte ich selbst? In meinem Alter von knapp 50 Jahren spielt das Ergebnis eher eine untergeordnete Rolle. „Ob ich am Ende 690. oder 985. bin, fragt später keiner mehr“. Meine Tochter, mit der ich über Skype via Internet kommuniziere, wundert sich, dass ich so kurz vor dem Rennen noch gar nicht aufgeregert bin. „Das ist das Alter“, sagt sie, die auch gerne dabei wäre und mich unterstützen würde.

Die Bedingungen, die am Samstag voraussichtlich herrschen werden, machen mir schon ein bisschen Angst, bin ich doch mit 65 Kilogramm Körpergewicht ein Opfer der böigen Winde. Auf die Laufstrecke freue ich mich, bin ich doch heuer auch schon bei der deutschen Ultramarathonmeisterschaft bei 35 Grad im Schatten 75 Kilometer gelaufen. Das müsste mir liegen, wenn ich bis dahin noch meine Leistung abrufen kann. Ein Ziel gibt Jan für sich doch noch zum Besten: „Den Marathon will ich schneller laufen als du“, sagt er zu mir.

Die Herausforderung nehme ich an, ungern zwar, aber ich nehme sie an. Bei unserem letzten gemeinsamen Ironman, hatte ich in der Laufwertung noch knapp die Nase vorn. Nach ganz anderen Herausforderungen wird Chrissie Wellington, die sich heute zum ersten Mal richtig ihren Fans präsentiert, gefragt: Sie wird als sichere Siegerin der Damenwertung gehandelt, da geht es nur noch drum, ob sie die Bestzeit schafft und wie viele Profi-Männer es schaffen werden, schneller zu sein als Chrissie.



Quelle: main.de

Artikel: <http://www.mainpost.de/sport/Hawaii-Laechelnd-ins-Ziel-kommen;art121025,5765091>

Wiederverwertung nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung