

Triathlon-Premiere in Lampertheim - Bericht von Heiko Schulz

Am 22.06.2008 startete ich meinen ersten Triathlon. Bereits am Abend des Vortages ging es nach Lampertheim um meine Startunterlagen in Empfang zu nehmen. Das hätte locker auch noch am Morgen vor dem Start gereicht, jedoch war die Aufregung so groß dass irgendwas schief geht. Daher mußte das am 21.06.2008 erledigt werden.



Ich schaute mir bei der Gelegenheit auch gleich den Streckenverlauf aller Distanzen an. Das Gefühl bei einem Wettkampf in einem See zu schwimmen war für mich neu, denn bisher hatte ich lediglich einen Duathlon absolviert. Aber ich schaute so am Vortag über den See und dachte "Was tust Du Dir da nur an?". Im Gegenzug kam aber sofort das Gefühl auf den ersten Triathlon zu bestehen.

Die Distanzen von 500 Schwimmen, 20 km Radfahren und anschließend 5 km Laufen haben mir doch aufgrund meines Trainingstandes nicht derartige Zweifel eines Abbrechens signalisiert. Vielmehr dachte ich sogar daran nicht nur durchzukommen sondern sogar noch eine einigermaßen gute Zeit mit nach Hause zu nehmen. Nun ja die Nacht voller Aufregung kaum geschlafen fuhr ich früh am Morgen nach Lampertheim um meine Wechselzone einzurichten und mir noch mal einen Überblick in aller Ruhe zu verschaffen. Um 10.15 Uhr fiel dann der Startschuss für meine Startgruppe. Es waren sehr viele Athleten im Wasser was mir auf den 500m doch einige Male Schwierigkeiten bereitete, da jeder überholen wollte. Nun ja nach 13 min kam ich aus dem Wasser und wechselte aufs Rad.



Auf den ersten 2km mußte ich mich erstmal sortieren und meinen Puls einregulieren. Dieser war doch durchs Schwimmen leicht erhöht. Mit mäßigem Gegenwind ging es dann bis zum Wendepunkt Richtung Hüttenfeld. Durch das Radfahren konnte ich einige Minuten die ich durchs Schwimmen verloren hatte, wieder gut machen. Nach 39 Minuten kam ich in der Wechselzone an und ging sofort ohne große Zeit zu verlieren in die Laufschuhe und auf die Laufstrecke. Bei Sonnenstrahlen und heißen Temperaturen mußte ich dann die 5km durchhalten. Ralf Gehrman, Andre Kuhn und Wolfgang Wellstein standen am Rande der Laufstrecke um mich anzufeuern, das gab mir jede Menge Kraft und Motivation.

Der Zieleinlauf war in Sicht und ich hörte auch schon meinen Namen aus der Ferne. Da stand eine kleine Fangemeinde die extra wegen mir morgens nach Lampertheim zum Ziel kamen um mich dort zu empfangen.



Mit einer Gesamtzeit von 1:22 kam ich ins Ziel. Es hat mir sehr viel Spaß gemacht. Jedoch habe mich erst nach Tagen richtig davon regeneriert.