

Im Duo durch das Musikantenland

Bericht von Timo Rokitta

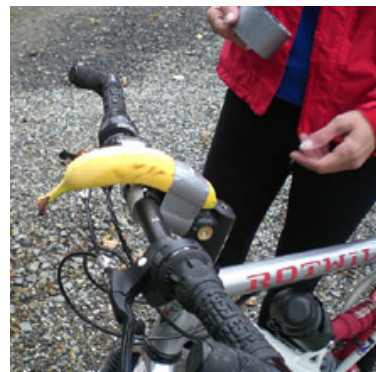
Schon seit 2002 findet im äußersten Nordwesten der Pfalz ein ganz besonderer Event statt. Die Mannschaft um Cheforganisator Eckard Steuer veranstaltet mit Erfolg einen sogenannten Teamduathlon. Da ich zwar wusste, dass es sich dabei um Radfahren und Laufen handeln musste, aber sonst ahnungslos war, informierte ich mich zuerst einmal auf der Homepage über den Austragungsmodus (<http://team-triathlon.de/team-duathlon/>)

Bei der Veranstaltung bilden zwei Personen und ein Fahrrad ein Team für einen Ausdauerwettbewerb, der über die Marathondistanz von 42,195 km mit 900 Höhenmetern geht und bei dem Läufer und Radfahrer ihre Position wechseln können, so oft sie wollen. Das Fahrrad darf aber immer nur eine Person transportieren und kann jederzeit auch geschoben werden. Reparaturmaterial, Handy und insbesondere ausreichende Verpflegung sind auf dem Fahrrad mitzuführen, da es nur eine Service- bzw. Verpflegungsstelle gibt. Das Fahrrad dient als Erholungsgerät zwischen den Laufabschnitten und als Instrument zur Versorgungsbeförderung. Andererseits muss es mitbefördert und schließlich auch ins Ziel gebracht werden. Die Strecke führt über 3 Runden durch hügeliges Geläuf und teilweise über unbefestigte Wege.

Es ist der 29.9.2007 und ich bzw. wir stehen am Start. Lange fand ich keine/n Teampartner/in. Alle Vereinskollegen hatten zu diesem Zeitpunkt komischerweise immer Termine oder keine Lust. Bei der Winterlaufserie im Januar traf ich dann die bekannte Triathletin Carmen Klumpp, die erst im Sommer den Ironman in Roth in 11 Stunden und 39 Minuten bewältigte. Mitte September sagte sie spontan ihre Teilnahme zu.



Dunkle Wolken jagen über die Hügel des so genannten Musikantenlandes, als Eckard Steuer den Startschuss gibt. Da alle 42 Teams gleichzeitig starten, sprinte ich zügig los. Nach einem Kilometer und 3:40 Minuten sind wir mit vorne dabei und können die Abzweigung ins unbefestigte Terrain ohne großes Gedränge in Angriff nehmen. Es geht durch Schlammlöcher und schmieriges Geläuf, immer leicht profiliert. Dies ist keine Strecke um Bestzeiten zu laufen. Der erste Steilanstieg, der glücklicherweise wieder auf Asphalt ist, treibt den Puls mit geschätzten 25 % Steigung auf über 200 Schläge hoch. Die ersten Radfahrer steigen schon ab und schieben mit hochrotem Kopf.



Endlich oben angekommen bleibe ich kurz stehen. Wir wechseln das erste mal. Carmen läuft jetzt einen Kilometer leicht bergab. Ich rolle noch gemütlich hinterher. Dann macht der Betonweg einen Bogen. Über eine ausgesetzte Hochebene geht es nun stetig bergan. Zwei Mixedteams überholen uns locker, zwei weitere heften sich an unsere Fersen. Ich ahne schon, dass wir nun gnadenlos durchgereicht werden. Carmen ermuntert mich und meint, dass wir unsere Langstreckenerfahrungen noch ausspielen werden. Es fängt an zu regnen und der kalte Wind treibt das Nass fast waagrecht über die Strecke. Optimales Wetter um sich eine schöne Mittelohrentzündung einzufangen.

Kurz vor dem Waldstück, welches hinunter zu einem Steinbruch führt wechseln wir das zweite mal. Am tiefsten Punkt der Strecke angekommen dann der nächste Wechsel. Ich fahre mit dem Mountainbike die Zufahrtsstrasse zum Steinbruch schnell strampelnd hoch. Auf dem Hügel wieder Wechsel. Ich renne die grobe Schotterpiste hinunter zum Start und Zielbereich. Die Strecke ist dabei sehr rutschig und gefährlich. Nach einer Stunde und 7 Minuten haben wir die erste von 3 Runden absolviert.



Am Wendepunkt peilen wir die Gegner. Das Team auf Platz eins ist weit vorne. Die werden wir nicht mehr einholen können. Das Team auf Platz zwei hat ca. 2 Minuten Vorsprung. Die viert- und fünftplazierten sitzen uns im wahrsten Sinne des Wortes im Nacken.

In Runde zwei halten wir unser Tempo. Es gibt keine großen Verschiebungen mehr auf den Plätzen. Wir wechseln wie in Runde eins und sind insgeheim froh, wenigstens bei unserem ersten Teamduathlonstart aufs Treppchen zu kommen.



In Runde drei muss ich mich schon quälen. Die glitschigen Anstiege saugen mir förmlich die Kraft aus den Beinen. Der Gedanke an den Steilanstieg löst fast eine Phobie aus. Doch was sehen unsere müden Augen, das Team auf Platz 2 wird langsamer. Ich gebe nun alles und ziehe am steilsten Stück vorbei. Carmen kann mein Lauftempo auf dem Mountainbike nicht mehr mithalten. Oben angekommen muss ich einige Meter bergab laufen um zu wechseln. Das dürfte der Konkurrenz den Willen gebrochen haben. Carmen versucht nun auf der Hochebene das Tempo zu halten. Doch plötzlich läuft die Frau vorbei, ihr Partner radelt locker nebenher. Haben wir zu früh attackiert ?

Kurz vor dem Waldstück wechseln sie mit ca. 100 Metern Vorsprung wieder. Wir wechseln nun auch, um auf dem langen Bergabstück aufzulaufen. Am Fuße des Steinbruches habe ich es geschafft, wir sind dran. Jetzt ist Taktik gefragt. Wir wechseln zu Erstaunen unserer Gegner wieder. Da bei den anderen der Mann läuft, erkennen wir ein Lächeln auf ihren Lippen. Carmen gibt jetzt alles, sie muss versuchen auf dem letzten Bergaufstück nicht zu viel zu verlieren. Mit einem Schnitt von unter 6 Minuten pro Kilometer fliegt sie förmlich den steilen Berg hoch. Plötzlich bleibt der Mann stehen, er hat Krämpfe. Als er versucht weiterzulaufen, muss er wieder stehen bleiben. Unsere Chancen steigen von Meter zu Meter. Oben angekommen hat die Konkurrenz 30 Meter Vorsprung und es sind noch zwei Kilometer zu laufen. Es ist angerichtet zum Showdown.

Nach einigen Metern bin ich schon an ihm dran. Carmen versucht mich zu bremsen und fordert mich ständig auf nicht zu überziehen. Doch das Adrenalin kocht in mir, ich renne einfach vorbei. Jetzt machen die anderen die entscheidenden Fehler, sie wechseln wieder. Ich denke mir, dass dies die Entscheidung war. Dieser Wechsel hat die anderen auf dem schnellen Stück zu viel Zeit gekostet. Doch plötzlich ist die Frau hinter mir. Der Gedanke auf den letzten Metern von einer Frau übersprintet zu werden lähmt mich fast. Doch dann ruft sie ihren Teampartner zu, dass sie nicht mehr kann. Sie wechseln wieder. Mit



einigen Metern Vorsprung biegen wir auf die Zielgerade ein. Ich sprinte im Windschatten von Carmen, die mit dem Mountainbike vorausfährt und Gas gibt.



Wir haben es geschafft. Im 3 Stunden und 9 Minuten und mit genau 10 Sekunden Vorsprung auf die Konkurrenz passieren wir die Ziellinie. Wir bleiben damit noch 3 Minuten unter der Siegerzeit von letzten Jahr. Ich falle auf den Boden vor Erschöpfung, wir haben es geschafft. Platz zwei bei den Mixedteams und Platz 8 von allen 42 Teams.

Bei der anschließenden Siegerehrung erhalten wir den Preis für den Sieg in der Altersklasse Mixed 80-89 Jahre (natürlich zusammen) und einen Pokal für den zweiten Gesamtplatz aller Mixedteams, sowie einen Einkaufsgutschein.

