

Hoppla... da war er schon. Der Tag X. Der Tag auf den ich mich seit Juli 2007 freue.

Es ist kurz vor 7 Uhr und ich stehe in meinem Neo im Langener Waldsee. Den glitschigen Boden nehme ich heute vor lauter Aufregung gar nicht wahr. Erst jetzt wird mir bewusst was es bedeutet mit ca. 2000 Menschen im Wasser zu sein. Nach dem Startschuss wird es gleich eng und an ein schwimmen ist nicht zu denken. Ich versuche mich mit einem Laien-Kraulstil vorwärts zu bewegen und nur nicht freiwillig mit dem Kopf unter Wasser zu gehen.



Als sich der erste Ansturm legt komme ich in den Genuss zu schwimmen, aber nicht für lange. Schon wieder überrollt mich eine Lawine von Athleten. Ich bekomme Schläge und Tritte am ganzen Körper ab. Kurz muss ich doch über meine naive Einstellung zu dem Ironman lachen. Dachte ich doch, es wäre ein nettes Abenteuer.

Aber die ganze Aufregung legt sich nach dem ersten Landgang und ich kann mein frühmorgendliches schwimmen im Waldsee doch noch genießen. Als ich nach 1.48 Stunden aus dem Wasser komme bin ich etwas von meiner Zeit enttäuscht. Ich hätte doch etwas mehr Gas beim Schwimmen geben sollen.

Freundliche Helferinnen unterstützen meinen Wechsel von Badesachen zu Radbekleidung. Da es mein allererster Triathlon ist, fehlt mir natürlich die Routine. Nach ca. 8 Minuten mache ich mich frisch gestylt auf zu meinem Fahrrad. Bernie ermahnt mich etwas schneller zu machen. Nur keine Hektik denke ich und grinse meinen Fotografen Ina und Ralf noch mal zu.

Leider bin ich direkt durch irgendwelchen Unrat gefahren, der nun an meinem Vorderrad klebt und gegen den Rahmen schlägt. Kurz vor Fechenheim halte ich an und entferne den Müll von meinem Vorderrad. Erst jetzt geht es für mich richtig auf die Strecke. Schon bald sehe ich die Tankstelle am Fuße von Bergen-Enkheim. Durch die Zuschauermengen am Rand bin ich so abgelenkt, das ich flott den Berg hochkomme. In Maintal bremsen ich ersteinmal bewusst ab und rolle gemütlich über das Kopfsteinpflaster. Auch hier geht es kurz und knapp hoch, die Zuschauer feuern einen an, aber ich denke nur an meine Reifen und bete, das sie alles heil überstehen. Zu viel Angst habe ich davor einen Plattfuss

zu bekommen. Dann geht es endlich raus in die Wetterau. Ich nehme trotz meinem Zeitdruck die schöne Landschaft wahr. Auf dem Weg zum Hühnerberg hoch lese ich meine Startnummer auf der Strasse und bin völlig verduzt als ich meinen Namen dazu sehe. Wer war hier denn so nett und hat an mich gedacht....? Allgemein läuft das Radfahren sehr gut für mich, auch wenn ich mir erst Mitte Mai das Rennrad zugelegt habe.

Ich genieße es einfach ohne PKW's und LKW's hier rum zu fahren. Rechne immer mal wieder nach, ob ich das erste Zeitlimit schaffe und bin guter Dinge. Dann fahre ich nach Bad Vilbel und weiß, das ich dort meinen Bruder und meine Schwägerin treffe, sowie meine Freunde Dani, Ina und Ralf. Die freuen sich sichtlich, dass ich auch endlich da bin und tragen mich regelrecht den Heartbreak-Hill hoch. Jetzt bin ich bald wieder in Frankfurt denke ich beim Blick auf meinen Tacho, aber ich werde noch lange hingehalten. Cirka 12 Kilometer sind es noch bis ich auf die zweite Radrunde gehen kann. Mit einem Blick auf die Uhr rase ich gen zweite Radrunde und nehme nur noch ganz kurz meine restliche Familie und Freunde an der Strasse wahr. Puhh das habe ich geschafft.

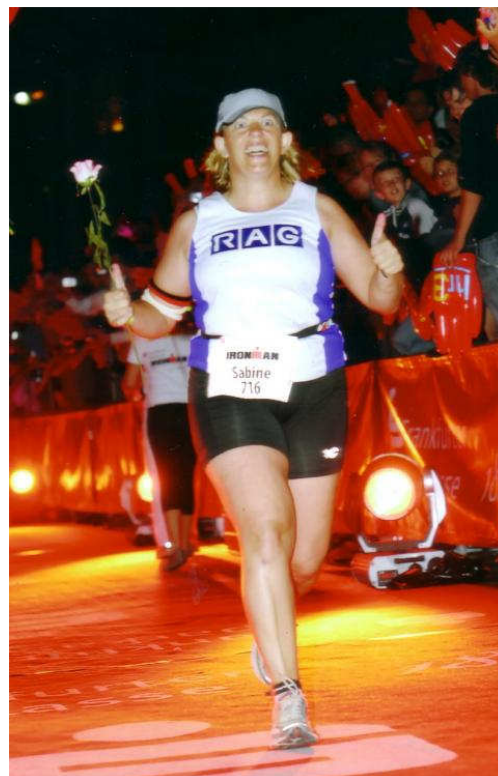


Kaum auf der zweiten Runde beginnt auch schon mein Alarm, mir dem Zeitlimit zu piepen. Jetzt mache ich es mir erst einmal so bequem wie's geht auf dem Fahrrad, esse und trinke noch was um wieder zu Kräften zu kommen und trete anschließend in die Pedalen. Schließlich will ich endlich auf die Laufstrecke. Aber erst muss ich noch dreieinhalb Stunden auf dem Fahrrad verbringen. Die anfängliche Angst disqualifiziert zu werden, weil ich zu dicht auffahre oder beim Überholen nicht genug abstand halte, legt sich. Ich bekomme sogar zeitweise die Möglichkeit, mich mit anderen Athleten zu unterhalten. Außer über den Gegenwind, freuen wir uns darüber noch im Rennen zu sein und an so einem schönen Sonntagnachmittag hier rum fahren zu

dürfen und glauben fest daran, das Feld von hinten aufzurollen. \*grins\* Die Hoffnung stirbt zuletzt.  
Die zweite Radrunde geht unspektakulär mit eingeschlafenen Füßen zu ende.



Vom Fahrrad runter "eiere" ich zum Wechsel ins Zelt und werfe mich abermals in ein neues Outfit. Wieder frisch gemacht gehe ich meiner Lieblingsdiziplin nach und laufe los. Jetzt erst einmal orientieren und Freunde an der Strecke abklatschen. Leider habe ich mein Astma-Spray beim Wechsel vergessen und das tiefe Atmen fällt mir nach fast 10 Stunden Sport treiben schwer. Aber schon bald sehe ich meine Familie und ein paar Freunde an der Strecke und bleibe gerne für ein Schwätzchen und ein Bild natürlich stehen. Gut gelaunt so viele Leute zu treffen und immer wieder zu hören, wie toll die Veranstaltung ist, beflügelt mich zu laufen .....



Auf der ersten Runde halte ich immer wieder bei meinen Freunden an und bedanke mich dafür, dass sie da sind. Beim Laufen geht mir immer wieder durch den Kopf, wie glücklich ich bin, hier zu sein.

Jede Runde werde ich mit Neuigkeiten versorgt und somit geht das Laufen für mich kurzweilig zu ende. Kurz vor dem Ziel treffe ich auf einen "alten" Bekannten, der mit mir ins Ziel läuft. Der Zieleinlauf ist gigantisch. Bunte Lichter, laute Musik und grölendes Publikum empfängt mich. Ein Tag ganz nach meinem Geschmack....

