

Als Tourist gekommen und als Ironman gegangen!

Der Ironman auf Hawaii übt weltweit auf Athleten und Zuschauer eine unglaubliche Faszination aus. Der härteste Triathlon-Wettbewerb ist Mythos, Herausforderung und Erlebnis zugleich. Der Dreikampf mit den Naturgewalten, den Gegnern und nicht zuletzt mit sich selbst, begeistert weltweit seit der Premiere im Jahr 1978 die Massen und verlangt den Sportlern alles ab.

YOU ARE AN IRONMAN - welcher Langdistanz-Triathlet möchte diese Worte nicht gern aus der heiseren Kehle des Hawaii Finishline-Announcers Mark Reilly hören?

Durch die Qualifikation beim Ironman in Klagenfurt im Juni, meiner Langdistanz-Premiere, wurde für mich dieses unfassbar emotionale, ja spirituelle Erlebnis, die Triathlon-Weltmeisterschaft auf Hawaii erstmals als Teilnehmer und nicht nur als TV-Zuschauer zu erleben, am 08. Oktober 2016 Realität.

Unter den insgesamt 2.401 Athleten der offiziellen Weltmeisterschaft befand sich nun also auch mein Name, für die Ewigkeit!

Für mich stand natürlich neben dem sportlichen Karriere Highlight auch das Erkunden der Vulkaninsel mit seinen ganz speziellen und sehr herzlichen Einwohnern im Vordergrund. Der Reiseveranstalter Hannes Hawaii Tours hat sich auf genau diese Klientel wie mich, die Urlaub und Sport miteinander verbinden wollen, spezialisiert und bietet neben Unterstützung für den Wettkampf auch unterschiedliche touristische Aktivitäten wie Inselrundfahrten und Schnorcheltouren an.

- Besuch der Vulkane Mauna Kea und Mauna Loa
- Besuch der Städte Hawi, Waimea, Hilo und unterschiedlicher Nationalparks, u.a. Volcanoes mit seinen aktiven Lavafeldern
- Inselrundfahrt mit Besuch der Kaffeeplantagen, Akaka Wasserfälle, South Point, traditioneller Hawaiianischer Kulturstätten
- Bootstour Body Glove

Die Insel Hawaii und der kleine Ort Kailua Kona am anderen Ende der Welt sollten sich innerhalb von 2 Wochen zu dem Laufsteg der Triathlon Weltelite entwickeln, begleitet natürlich durch eine riesige Messe von Sportartikelherstellern, die sich durch den gesamten Ort am Pazifischen Ozean zog. Diesem Trubel konnten wir uns nur schwer entziehen, da unser Hotel direkt an der Zielgeraden der Laufstrecke, dem weltberühmten Ali'i Drive, und dem Schwimmstart am Kailua Bay lag. Jeden Morgen ab Sonnenaufgang sahen wir Athleten aus aller Welt, wie sie sich im Training unter ganz besonderen klimatischen Bedingungen den letzten Schliff für die Weltmeisterschaft holen wollten.

Ein besonderes und emotionales Highlight war die sogenannte Nationenparade, der Einmarsch der Athleten durch Kailua Kona. Ich durfte das deutsche Team, das mit insgesamt 196 Athleten nach Australien und den USA das drittgrößte Teilnehmerfeld stellte, anführen und das Team GERMANY-Schild tragen - so fühlen sich also die deutschen Fahnenträger bei Olympischen Spielen, Wahnsinn! Auch das Welcome Banquet, die offizielle Eröffnungsfeier mit zahlreichen Prominenten und Heroen der Triathlon-Szene, wie z.B. die mehrfachen Ironman Weltmeister Mark Allen und Dave Scott, war gespickt mit emotionalen Reden und Videobeiträgen aus der Vergangenheit der Weltmeisterschaft. Den Abschluss meiner 2-wöchigen Vorbereitung bildete dann Freitag das Einchecken des Rennequipments in der Wechselzone sowie die Erdinger Alkoholfrei Nudelparty, um den Körper nochmal für den großen Tag vorzubereiten, der am 08.10. bereits um 3:30h beginnen sollte, um rechtzeitig um 4:50h beim obligatorischen Bodymarking, dem Aufbringen der Start-Nr., und dem offiziellen Wiegen zu sein.

Es sollte ein heftiges Rennen werden, ein harter Kampf gegen Wind, Wellen und die Hitze, aber genauso hatte ich es mir seit Wochen gewünscht und mich wahnsinnig auf den schwierigsten Marathon der Welt gefreut. Schließlich wollte ich das Erlebnis auf der Finishline nicht geschenkt bekommen. Je härter das Rennen – desto schöner der Zieleinlauf!

Durch die vielen TV Helikopter, enthusiastische Zuschauer, die über dem Vulkan Hualalei aufgehende Sonne und den traditionellen Kanonenschuss ist der Massenschwimmstart in der Kailua Bay ohne Zweifel einer der emotional aufgeladesten Starts des Sports. Starke Strömungen und Wellen sowie eine unfassbare Unterwasserwelt in kristallklarem Salzwasser sind für mich, der normalerweise nur in einem gechlorten 25m-Becken trainiert, eine große Herausforderung, lassen aber die 3,8km im Gegenzug in einer Zeit von 01:05:20h sehr schnell vergehen, da um jeden verfügbaren Freiraum im 27 Grad warmen Wasser auch durch körperlichen Einsatz vehement gegen 1.683 männliche Altersklassenathleten gekämpft werden muss und höchste Konzentration gefordert ist, um einen möglichst kontaktfreien, geraden wie schnellen Weg zu schwimmen. Ein sauberer Start in das Rennen und ein guter erster Wechsel auf das Zeitfahrrad.

Die Radstrecke über 180km bietet nicht weniger Herausforderungen. Zunächst aus Kailua Kona hinaus gen Süden über den Kuakini Highway und nach der 180 Grad Wendemarke weiter über die Palani Road und den Hot Corner gen Norden auf den Queen Ka'ahumanu Highway. Bis zur nächsten Wendemarke in Hawi bei km 100 war ich in einer durch Lavagestein gezeichneten Landschaft starken bis böigen Passatwinden ausgesetzt, die sich ihren Weg durch die beiden höchsten und schwersten (bei der Betrachtung vom Gipfel bis zum Meeresgrund) Berge/Vulkane der Erde (Mauna Kea 10.200m und Mauna Loa 9.200m) bahnen. Diese Winde variierten sowohl in ihrer Intensität als auch in ihrer Richtung auf dem Radkurs ständig, so dass ich nach dem schweren Aufstieg nach Hawi sogar auf dem Rückweg nach Kailua Kona Gegenwind hatte. Aus diesem Grunde sind bei diesem Rennen aus Sicherheitsgründen auch Scheibenräder an den Zeitfahrrädern verboten!

Das obligatorische Windschattenfahrverbot gilt natürlich auch für die Weltmeisterschaft, ist aber auf Grund der Masse und Klasse der Athleten leider nur schwerlich für die Marshalls auf der Strecke zu identifizieren und zu ahnden. Mit der Radzeit von 05:19:00h, das entspricht einem Stundenmittel von etwas mehr als 34km/h, konnte ich auf Grund der schwierigen Bedingungen auch sehr zufrieden sein!

Nach Verlassen der zweiten Wechselzone ging es dann zunächst für 15km auf den weltweit bekannten Ali'i Drive, wo unzählige Zuschauer die Strecke säumen. Dann geht es nach dem schwierigen Anstieg der Palani Road und dem Hot Corner bei mehr als 35 Grad und einer hohen Luftfeuchtigkeit wieder auf den sonnenüberfluteten Queen Ka'ahumanu Highway, um in die Richtung des Natural Energy Laboratory Hawaii Authority (NELHA), der letzten Wendemarke bei km 32, zu laufen.

Anschließend geht es dann wieder zurück in Richtung Kailua Kona und die Finishline auf dem Ali'i Drive, wo nach einer Marathonzeit von 03:44:28h sehnsüchtig Mark Reilly auf mich wartet: YOU ARE AN IRONMAN!

Nach insgesamt 226 Kilometern oder 140,6 Meilen stand letztendlich eine tolle Endzeit von 10:14:59h zu Buche. Gleichbedeutend mit Platz 65 in der Altersklasse (= achtbester deutscher Starter) und dem Gesamtrang 609.

Nach all den Strapazen eines sehr langen Tages werden traditionell sämtliche Athleten, die innerhalb der zugelassenen 17h das Ziel erreichen, auf der Finishline-Party abgefeiert und durch die drei Erstplatzierten Profis der Damen und Herren im Zielbereich empfangen. Selbstverständlich stand ich auch für Selfieanfragen der beiden deutschen Sieger Jan Frodeno und Sebastian Kienle zur Verfügung.

Und am Tag danach ist bereits in den frühen Morgenstunden alles abgebaut und der Ort Kailua Kona am anderen Ende der Welt verabschiedet sich bis zur Weltmeisterschaft im nächsten Jahr.

Für mich war diese sehr emotionale und erlebnisreiche Reise eine ganz wertvolle Lebenserfahrung, ich habe sehr viele tolle Menschen kennen gelernt, die auch einfach den Mythos Hawaii mit all seinen Geschichten und Traditionen erleben wollten oder auch Jahr für Jahr immer sehr gern wieder kommen!

Mein besonderer Dank gilt an dieser Stelle auch den Sponsoren, die mich auf dem Weg zu meinem großen Ziel unterstützt haben.

ITS – Informations Technologie Service und Consulting GmbH / your-its.de

BRDS - Brands TeamTex GmbH / brds.com

Zieler & Co. GmbH – Import von Trockenfrüchten und Nüssen / zieler.de

Fitnuts GmbH / fitnuts.net

Autohaus Kuhn & Witte GmbH & Co. KG / kuhn-witte.de

HSE Sportbrillen - Helbrecht Optics / helbrecht.com

Und die Reise geht 2017 weiter:

Februar – Radtrainingslager Zypern

März – Syltlauf 33,3km

April – Two Oceans Ultramarathon in Südafrika (Kapstadt) 56km

August – Ironman Hamburg (Premiere)

Sven Papendorf