

Ironman-WM

Oliver Heil: »Das war mein schmerzvollster Zieleinlauf«

Ober-Mörler verpasst auf Hawaii humpelnd nur knapp die Zehn-Stunden-Marke – Andreas Klause aus Bad Vilbel vermisst Stimmungsnest in der Wüste

(mw) Was der Ironman auf Hawaii dem 29-jährigen Oliver Heil aus Ober-Mörlen abverlangt hat, drückt er bereits in seinem ersten Satz aus: »Ich bin körperlich und mental total am Ende«, schreibt der Student per E-Mail. In 10:05:29 Stunden hatte er am vergangenen Samstag (Ortszeit) bei der Weltmeisterschaft über 3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und 42,195

Kilometer Laufen das Ziel erreicht (wir berichteten aktuell) und erfüllte sich damit einen Traum – ebenso wie der 45-jährige Bad Vilbeler Andreas Klause, der 11:06:09 Stunden benötigte. Beide hatten sich beim Ironman Germany in Frankfurt mit der Radstrecke durch die Wetterau für den Klassiker auf der Insel im Pazifischen Ozean qualifiziert und sich hierfür vorgenommen, so-

nannte Daylight-Finisher zu werden. Klause gelang dies ganz knapp – Heil erreichte sogar noch fast sein vorher nicht offiziell ausgesprochenes Traumziel, unter zehn Stunden zu bleiben. Warum dies nicht klappte und wie es den beiden Triathleten aus der Wetterau beim wohl härtesten Ausdauerdreikampf der Welt erging, erzählen sie hier:



Andreas Klause spricht von einem »einmaligen Erlebnis« (Fotos: Reutzel)

Schwimmen

Oliver Heil: »Ich hatte in den Wellen Probleme, mich zu orientieren und war froh, als ich wieder festen Boden unter den Füßen hatte.«

Andreas Klause: »Durch das breite Startfeld musste ich mich sehr konzentrieren, um meinen Rhythmus zu finden. Dies gelang mir erst nach dem Wendepunkt, und von da an lief es gut.«

Radfahren

Heil: »Das war einfach nur brutal. Man denkt man fährt in einem Backofen oder einer Sauna. Die letzten 60 Kilometer hatte ich Gegenwind, der einem die Kraft aus den Beinen saugte. Ich hatte bereits meinen ersten Krampf in der Wade. Doch Ausruhen gab es auf der Strecke nicht. Aber mit der Zeit bin ich sehr zufrieden.«

Klause: »Kurz vor der Wende in Hawi ging es bergauf mit starkem Gegenwind, und ich freute mich auf den Rückweg mit Rückenwind. Doch der Wind drehte und kam aus allen Richtungen. Das Radfahren entwickelte sich zu einer Höllenqual. Ich war froh, alle sieben Meilen an eine Verpflegungsstation zu kommen. Ich habe meine Fangruppe von der Sportgemeinschaft der Druckerei Spiegler vermisst, die am Heartbreakhill in Bad Vilbel immer richtig Stimmung macht.«

Laufen

Heil: »Man wurde richtig durchgebraten. Nach einer Einführungsschleife durch Kona ging es geradeaus auf den Highway durch die Wüste und wieder zurück. Ich hatte das Gefühl, es nimmt kein Ende. Es ging aber trotzdem sehr gut. Ich habe mich an jeder Verpflegungsstelle gekühlt und mir Wasser über den Kopf geschüttet. Das war jedoch auch mein Problem. Ich hatte extrem nasse Socken und Schuhe, aber der Asphalt brannte von unten. Ich lief mir an jedem Fuß zwei große Blasen, die bei Kilometer 40 aufgegangen sind. Dann bin ich auf purem Fleisch nur noch gehumpelt.«

Klause: »Meine Haut zeigte irgendwann Verbrennungserscheinungen. Es kam mir vor als laufe ich in Lava. Bei der Wende innerhalb des Energy Labs nach rund 30 Kilometern kam Erleichterung bei mir auf. Da war ich mir sicher, ins Ziel zu kommen. Zwei Meilen vor dem Ziel, kurz vor Kona, hatte unser Reiseveranstalter einen Fanstand mit Musik aufgebaut, an dem ich mich im Vorbeilaufen feiern ließ. Grandios.«

Der Zieleinlauf

Heil: »Ich war auf 9:55-Stunden-Kurs, ich konnte jedoch wie erklärt überhaupt nicht mehr laufen. Ich hatte noch nie solche Schmerzen. Aufgrund dessen konnte ich den Zieleinlauf nicht so genießen. Es war mein schmerzvollster, das ist sicher.«

Klause: »Eine Meile vor dem Ziel stand meine Frau Heike und rief mir zu, dass ich es gleich geschafft habe. Dann wurde der Traum wahr. Der Zielsprecher begrüßte uns mit den Worten 'You are an Ironman'. Ich genoss den Zieleinlauf bei Sonnenuntergang in vollen Zügen.«

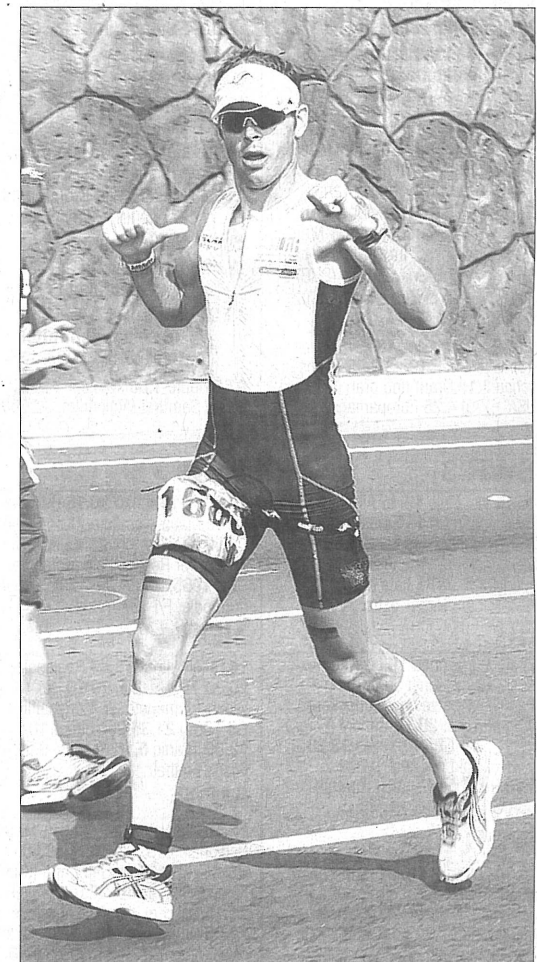
Das Fazit

Heil: »Das war mit Abstand das Härteste, das ich je erlebt habe. Ich habe mich schon etwas geärgert, dass es so knapp mit der Zehn-Stunden-Marke war. Aber ich komme wieder und knacke die zehn Stunden, das steht fest.«

Klause: »Es war schon einmalig. Mit meiner Finisherzeit bin ich nach diesen harten Bedingungen sehr zufrieden und danke allen, die mich auf diesem langen Weg nach und auf Hawaii unterstützt haben.«

Die Fakten (Splitzeiten ohne Wechsel)

1776 Starter, 1650 Finisher
Heil: 1:07:28/5:19:45/3:31:46 Stunden, Endzeit 10:05:29 Stunden, 42. M25-29, 324. Gesamt
Klause: 1:14:46/5:34:22/4:11:15 Stunden, Endzeit: 11:06:09 Stunden, 88. M45-49, 813. Gesamt.



Oliver Heil verpasst die Zehn-Stunden-Marke und kündigt einen erneuten Start an.