

Von Stephan Schwandke:

Bei dem größten Triathlon-Event des Jahres in M-V, dem IronMan 70.3 Rügen durften natürlich auch unsere HSV-Triathleten nicht fehlen. Guido Grimme und Stephan Schwandke als Einzelstarter über die 1,9km Schwimmen, 90km Radfahren und 21,1km Laufen und Thomas Geyer (Rad) in der Staffel "Die rollende Apotheke" und Betti Köhler (Rad) und Angelika Schlender-Kamp (Lauf) in der Frauenstaffel "Three NB-Girls" nahmen die Herausforderung vor traumhafter Kulisse an.

Am 09.09. begann bereits das Sportwochenende in Binz mit dem Triathlon-Bundesliga-Finale der Frauen und den Männern. Die Stimmung war grandios und man konnte schon eine kleine Ahnung bekommen, wie morgen die Zuschauer ihre Athleten anfeuern sollten. Über Nacht hatte sich das wechselhafte Wetter auf die Ostsee verzogen und es blies eine leichte Brise vom Land. Die Sonne schien ungetrübt und das Wasser war spiegelglatt bei 17,2 Grad. Traumhafte Bedingungen!

Pünktlich 10 Uhr startete der Bürgermeister von Binz das Rennen der Profi-Männer - zu denen auch Patrick Lange (Hawaii 3. des letzten Jahres) und Nils Frommhold, u.a. gehörten. 5 Minuten später folgte der Startschuss für die Profifrauen mit Anja Beranek (Hawaii 4.) und Daniela Sämmler. 10.15 Uhr war es dann soweit. Durch den RollingStart sprangen alle 5 Sekunden immer 3 Triathleten unter tosendem Applaus in die Fluten. Guido und Stephan als Einzelstarter zuerst und danach kamen die Staffeln.

Mit einer Zeit von 38:04min erreichte Stephan die Wechselzone - die sich gut 400m vom Schwimmausstieg entfernt befand und vollständig von Zuschauern gesäumt war. Guido folgte ihm in 39:43min. In der Wechselzone schnappten sich beide ihre blauen Wechselbeutel und tauschten den Neo für die Radschuhe und den Helm ein. An 1500 Rädern mussten sie vorbei, ehe es nach 3:51 für Stephan und 4:27 für Guido endlich auf das Rad ging. Die Radstrecke war anspruchsvoll und eindrucksvoll zugleich.

Es ging zunächst nach Bergen, von dort in die weiße Stadt Putbus und über Zirkow zurück nach Binz. 2x wurde diese recht hügelige, alleinreiche Strecke befahren. Thomas übernahm seinen Part und konnte mit einer Radzeit von 2:21:43 und der 7. besten Staffelfzeit an seinen Schlussläufer übergeben. Auch unsere Mädels schlugen sich hervorragend. Betti legte mit einem Schnitt von 31km/h eine Zeit von 2:51:00 hin und gab den imaginären Staffelfstab weiter an Angie.

Stephan und Guido verbesserten ihre Zwischenplatzierungen vom Schwimmen deutlich und konnten den Radpart mit einem Schnitt von 35 und 33,7km/h erfolgreich abschließen. Nun ging es zur Sahnedisziplin - dem Laufen. Schon die Radstrecke war von Zuschauern und Triathlonbegeisterten auf den unmöglichsten Abschnitten gesäumt. Aber was sich bei der Laufstrecke bot, das übertraf alle Erwartungen. 2,5 Runden wurden kreuz und quer durch Binz gelaufen und als wollte der Veranstalter die Laufstrecke nicht zu einfach gestalten, musste noch ein Anstieg von 11 % über 300m und dazu ein Gegenanstieg eingebaut werden. Schilder wie "Jetzt aufhören, wäre auch doof" oder "Der Schmerz vergeht, der Stolz bleibt" brachten einen trotz der Strapazen entweder zum Schmunzeln oder rührten zu Tränen. Spätestens auf der Zielgraden hatte jeder Gänsehaut. Kinder wollten abgeklatscht werden, Konfetti wurde durch die Luft gepustet und der Moderator heißte die Stimmung an.

Stephan konnte sich seinen Traum von unter 5 Stunden erfüllen. Nach 4:59:46 und einer Laufzeit von 1:40:08 kam er als 291 insgesamt und 45. seiner AK überglücklich ins Ziel. Guido hatte nur knapp die 5:20:00 verfehlt. Seine Zielzeit von 5:20:04 ergaben Platz 488 insgesamt und 48. in der AK. Ein traumhaftes Ergebnis gab es für Thomas' Staffel, der mit seinem Team um Annike Scheltz und Michael Fischer den 2. Platz in der Mixed-Wertung errangen. Das Team um Betti und Angie mit Schwimmerin Silvana Schenk kam nach toller Leistung von Angie auf der Laufstrecke in

1:37:44 insgesamt auf Platz 5 in einer Gesamtzeit von 5:07:37.

Was für ein Erlebnis, was für ein unglaubliches Event. Traumhafte Bedingungen sowohl vom Wetter, als auch vom Veranstalter, lassen den IronMan 70.3 Rügen 2017 definitiv zu keiner einmaligen Sache werden.

Gute Erholung euch allen!

hier die Ergebnisse im Einzelnen: <http://ironman-results.r.mikatiming.de/2017/ruegen/...>