

# Wettkampfbericht vom Triathlon in Buschhütten am 4. Mai 2008

von Melanie Schwalbe

Mit einer meiner besten Wettkampfleistungen bin ich gestern in die neue Saison gestartet!

Traditionell wurde die Triathlonsaison beim stark besetzten und prestige-trächtigen Triathlon in Buschhütten eröffnet. Dort wurde ich Gesamt-4. über die Kurzdistanz (1000m Schwimmen, 43km Radfahren und 10km Laufen).

Mit einer Gesamtzeit von 2:07:06 Stunden war ich sogar fast 5 Minuten schneller als im Vorjahr auf gleicher Strecke.

Aus dem Langdistanz-Training heraus sollte dies ein Aufbauwettkampf und gleichzeitig eine Standortbestimmung sein, wurde dann aber zu einem grandiosen Wettkampf.

Bedingt durch die in den Vormonaten absolvierten mehrwöchigen Trainingslager im Ausland, die auch eine trainingstechnische Vor- und Nachbereitung voraussetzen, war ich in diesem Jahr noch bei keinem 10km-Lauf an den Start gegangen, weshalb mir eine objektive Einschätzung der derzeitigen Form recht schwer fiel.

Erstmalig wurde ich zu diesem Triathlon als „Topstarterin“ eingeladen, was zwar Startgeld und Hotelkosten spart, aber auch einen nicht geringen Leistungsdruck aufbaute. Bereits am Vortag musste ich zu einem Fototermin und einer Autogrammstunde ins Siegerland reisen, und kurz vor dem Start wurden die Topstarter in der Turnhalle in Buschhütten in feierlichem Rahmen offiziell vorgestellt, und zu ihren Zielen und Erfolgen interviewt. Zur Autogrammstunde waren beispielsweise auch der 2fache Ironman-Hawaii-Sieger Normann Stadler und der 2fache Tour-de-France-Starter Marcel Wüst, sowie viele andere erfolgreiche Triathlon-Profis geladen.

Nach einem nicht zufrieden stellenden Schwimmstart, bei dem ich mich zunächst in den Wasserschatten einer für mich viel zu langsamen Schwimmerin hängte und damit den Anschluss an die schnelleren Gruppen verpasste, musste ich mich also über die gesamte Distanz alleine durchs recht kalte Wasser im Buschhüttener Freibad kämpfen. Aber ich wusste bereits aus den Vorjahren, dass sich dieser Triathlon durch eine sehr harte und stark windanfällige Radstrecke und durch eine sehr kraftraubende Laufstrecke auszeichnet, so dass eine mittelmässige Schwimmleistung nicht heißen muss, dass man sich nicht noch ins vordere Feld vorkämpfen könnte.

Ich verließ nach 16:41 Minuten als 11.Frau das Wasser, dies war etwa eine Minute langsamer als meine Zielsetzung. Auf dem Rad begann ich dann aber eine gewaltige Aufholjagd. Mit dem drittschnellsten Radsplit des gesamten Frauenfeldes (1:06:23h) arbeitete ich mich auf der windigen Strecke nach vorne, und konnte als 5.Frau auf die Laufstrecke wechseln.

Beim Laufen mussten alle Athleten viermal eine Steigung hoch- und wieder runterlaufen, weshalb die Strecke recht anspruchsvoll zu durchlaufen ist. Ich fand recht schnell in meinen Rhythmus, konnte eine gleichzeitig vom Rad gestiegene Konkurrentin weiter hinter mir lassen, und sogar noch eine weitere Athletin überholen.

Nach Platz 8 vor 2 Jahren und Platz 9 im Vorjahr war der 4. Platz in diesem Jahr eine echte Steigerung. Nach dieser Standortbestimmung, hoffe ich nun auf eine weiterhin erfolgreich verlaufende Saison. Der nächste Start wird in

3 Wochen beim Triathlon in Gladbeck sein, wo ich entweder über die Kurzdistanz oder für das Team des TV Lemgo in der 1. Bundesliga starten werde.

