



Meine erste Mittel-Distanz Ratzeburg 2008

Mario Klein

Nur noch wenige Tage bis zum Mitteltriathlon in Ratzeburg und mein Bauch kribbelt. Ein Tag zuvor ist es soweit, bei herrlichen Wetter breche ich zum Inseltriathlon nach Ratzeburg auf. Nach der Ankunft treffe ich Ralf, Nadine und Dagmar, wir gehen in die Inselstadt spazieren, dabei hole ich meine Unterlage ab. Insbesondere haben wir während des Spazierganges unsere Schwimmstrecke inspiziert, so haben Nadine und ich festgestellt dass wir mit 2000 m Strecke vom Strand bis an das andere Ende des Sees hin und zurück schwimmen müssen. Nochmals bekomme ich mulmiges Gefühl, ob ich die Strecke bewältigen kann?? Schwimmerin Dagmar würde bei 2000 m recht locker ins Ziel kommen, sie muss diesmal aber nur die olympische Distanz bewältigen.

Am nächsten Morgen vibriert mein Handy, gleichzeitig steigt ganz blaues Triathlon-Wetter in den Himmel. Nadine, Gereon als Begleiter und ich sind als erster in der Wechselzone. Ohne Neo ist Wasser nicht behaglich, ca. 19°C.

Als erster Start des Tages um 7:40 Uhr sind wir alle, bis auf wenige Mutige, mit Neo`s ausgerüstet. Auf langer Schwimmstrecke schwimme ich auf ruhiges Ausdauer-tempo, da dies ja nur der erste Teil eines langen Triathlon-Ausflugs ist.

Jetzt hinauf in die Wechselzone und bemerke, es war ein guter Anfang mit meiner Bestzeit 36 min nach 2000 m. Gleich steige ich auf meine Renner.

Noch sind hügelige 85 km zu fahren, die Sonne steigt während des Radrennens immer höher und die Strecke ist wunderbar. Die Landschaft erinnert mich stark an Toskanisches Flair. (nicht unbedingt). Nach der ersten Runde geht meine Kraft langsam aus, ich muss das mit Energieriegeln vor den nächsten Bergfahrten ausgleichen. In der 2. Runde ist etwas weniger gemütlich, da ich bis zur Wechselzone mühsam durch die „Berge“ weiterfahren muss.

Puh, vom Rad abgestiegen, am Rand der Wechselzone sind einige RVB`ler, die mich anfeuern. Anfangs fällt mir das Laufen sehr schwer, da meine Beine regelrecht drücken. Gleich dachte ich, ob ich nach 3 Stunden unterwegs wohl noch eine Halbmarathon schaffe oder lieber aufgeben soll. Doch ist mein Wille stark, an mich zu glauben. Nach 5 km Laufen fühle ich mich von schweren Beinen befreit und laufe immer schneller. Kurz vor dem Ziel jogge ich an Dagmar vorbei, jetzt werde ich bis zur Ziel immer schneller. Fast punkt 13 Uhr bin ich mit 5:19 Std ins Ziel gekommen, etwas später kommt Dagmar und fast 1 Std später folgt Nadine.

Eine Massage tat meinen Beine gut und macht sie für den nächsten Ausflug locker. Dank Wetter, Teams und Fangruppe haben wir als Finisher echt Spaß gehabt.

Ich glaube nächstes Jahr machen wir wieder mit.