

Challenge Almere-Amsterdam 2019 Triathlon-Mitteldistanz

1,9km swim – 92km bike – 21,1km run

Mein erste richtige Triathlon-Mitteldistanz am 14.09.2019 in Almere

Anmerkungen zu einer persönlichen Erfahrung vom TRIandertaler Holger Schubert

Ich wollte nicht. Ich wollte wirklich nicht.

Ich hatte mit den längeren Strecken schon unschöne Erfahrungen gemacht, mein fortgeschrittenes Alter(sagt meine Frau), und überhaupt hasse ich Laufen. Und Schwimmen im Freiwasser.

Ich glaube man nennt es **Aquaphobie** (lateinisch: *aqua*: „Wasser“ und griechisch: *φόβος*: *phobos*: „Furcht“) Diese kann verschieden stark ausgeprägt sein und sich auf eine Furcht vor tiefem Wasser beschränken. Das Schwimmen wird unmöglich, obwohl dies früher einmal gelernt wurde. In noch schwerwiegenderen Fällen kann die Badewanne oder die Dusche zu Hause nicht mehr benutzt werden, um sich zu waschen, was die Lebensqualität beeinträchtigt

Doch soweit wollte ich es nicht kommen lassen. Als Triathlon-Abteilungsleiter und Vater eines Profi-Triathleten-Sohnes und kämpferische Sportlernatur, habe ich mich dann doch entschlossen mich meinen Geistern zu stellen. Leider.

Zum einen fiel die Entscheidung erst zwei Monate vor dem Termin, zum andern wachte ich seitdem des Öfteren nachts schweißgebadet auf.

Daher verordnete ich mir eine kurze intensive Vorbereitung, kaufte einen neuen Flaschenhalter und neuen Neo(sehr schnell). Absolvierte Garmin-Challengenes mit zwei Bekloppten für Schwimmen, Fahrrad und Laufen. Außerdem fing fast jeder Urlaubstag mit einem Nüchternlauf an.

Dann, eine Woche vor dem Wettkampf, konnte ich nicht mehr. Alle Zipperleins der vergangenen Jahre meldeten sich. Und meine Frau war sauer weil ich ohne sie allein nach „Amsterdam“ wollte!

Unter diesen Voraussetzungen fuhr ich also mit Gleichgesinnten nach Ede. Who the Fuck is Ede? Ich wollte doch nach „Amsterdam“. Um es kurz zu machen, in Ede(115.000 Einw.) befindet sich die beste Eisdiele Hollands. Außerdem landeten hier im September 1944 Alliierte Fallschirmjäger(leider Verloren) und man kann hier freitags bis 21:00 Uhr shoppen. Und es wohnen hier die de Kloet's, die uns dankenswerterweise Unterkunft gewährt haben(schon mal nach einem MD-Wettkampf in ein Kinderhochbett gestiegen?). Trotzdem vielen Dank an „Hertog Jan“.

Ach ja, der Wettkampf.

Die Unterkunft hatte zur Folge, dass wir am Wettkampftag um 05:00 Aufstehen mussten, ich bin vom Sternzeichen her Eule!

Die Wechsel Beutel waren Blau-Rot-Gün, ich habe eine rot / grün Schwäche.

Mein Renner fand in der Fahrradwechselzone mitten drin ein Plätzchen, irgendwo zwischen Reihe W und V (sonst sahen Reihen und Räder alle gleich aus um diese Zeit).

Gleich sahen auch die Lemminge aus mit denen ich mich über einen roten Teppich Richtung Wasser bewegte. Ins, 'schuldigung, arschkalte Wasser.

Dann wurde es fast romantisch, wir schwammen in die aufgehende Sonne! Leider konnte ich dadurch die Wendebojen nicht genau erkennen und schwamm also auf ein Hochhaus zu, das optisch genauso groß war. Hinzu kam die gefühlte Erdkrümmung. Genug der Ausreden, ich schwamm also so schnell ich konnte den Anderen hinterher, geschützt durch meinen neuen Neo, den ich im Gegensatz zu anderen gar nicht mehr ausziehen wollte. Überhaupt habe ich sofort alle zuvor zu recht gelegten Taktischen Planungen missachtet.

Nach einem meiner bisher längsten Wechsel(ca. 6 min) fand ich mein Rad auch besser als befürchtet, denn die meisten anderen waren schon weg. Aber das machte fast gar nichts, mit dem geliehenen Helm konnte man mich sowieso nicht erkennen.

Es folgte die schönste Wettkampffahrt die ich bis dahin gemacht habe. Es lief so Rund als würde ich meinem Avatar auf Zwift zuschauen. Vieleicht habe ich ein wenig zu wenig hingeschaut und deshalb gleich zweimal hintereinander meine superwichtige Lenker-Gel-Flasche verloren

Egal, wiedergeholt, weitergefahren und gebetet, nicht wie viele andere einen Plattfuß verpasst zu bekommen. Soll auch landschaftlich schön gewesen sein die Strecke, aber das einzige woran ich mich erinnere sind die Windräder die mir die Windrichtung anzeigen. So hätte es ewig weitergehen können, ja, bis ich meinen Drittstärksten Gegner einholte. Ab hier wurde es ernst. (Alex warum habe ich dich erst bei Km 70 eingeholt?). Ihr müsst wissen, der Erste Gegner ist die unerbittliche Uhr und der zweite mein eigener Körper, gegen die ich jetzt antreten musste.

Nachdem die Helferlein am Abstiegsbalken erschrocken zur Seite gesprungen waren ob meines eleganten Brems-Absprungmanövers und Punktlandung auf den Balken, begab ich mich auf die Laufstrecke. Hunderte, wenn nicht Tausende Fans begrüßten mich. Getragen von dem Anfeuerungslärm lief ich den ersten Kilometer in bester Intervallzeit, Taktik lässt grüßen.

Doch bald merkte ich, dass mir der Alex mit seinem ausgleichenden Wesen beim Laufen fehlte. Laut Plan wollte ich mit Ihm gemeinsam Laufen, aber der Plan.... . Während Alex also Duschte und der Erste ins Ziel lief, musste ich mich allein(unter Hunderten) auf den Runden bespaßen lassen.

Als ich in den Bereich kam den ich mir noch nicht so erlaufen hatte (> 17 km) tauchte auf einmal Gisy neben mir auf und lief mit. Sie blieb aber nicht lange genug bei mir, so dass ich eine Weile für mich selber klären musste ob sie auch teilnimmt und warum ich schneller war als Sie. Entweder Flow oder einfach nur Tunnelblick. Dann ging gar nichts mehr.

Geweckt wurde ich von Rufen wie „Du siehst gut aus“ und „Weiter, auf, du schaffst das“, welche ich sogar auf Holländisch verstand. So schleppte ich mich zum Red Bull Stand und nahm einen Becher (entgegen dem Plan). Seht es mir nach wenn ich vielleicht nur deshalb das Ziel nach 6:09:50 Stunden erreichte, ich bin sicher es steht nicht auf der Nada-Liste.

Danke und Gratulation an die Mitstarter: Alex, Adryan, Dirk&Nina, Marcel.

Danke an alle Supporter: Gerrit, **Martina**, Arthur und Gisy. Alex und Ann, Eltern DeKloet und Schwester und den kleinen unbekannten Ajax-Fan(der mit dem Hochbett).

Prolog

Und erinnert mich daran, dass ich nie(nooit, never) eine Lang-Distanz machen werde, dazu musste ich neben den eigenen Erfahrungen bei den Anderen viel zu viel mitleiden.

Weiterhin überlege ich, ob ich Almere für unsere Vereinsmeisterschaften vorschlagen soll, (zumindest fürs Eis essen).

Das Trainingslager zwar teuer, aber nicht umsonst sind.

Außerdem habe ich mich noch nicht gewaschen, nein nicht wegen der **Aquaphobie**, ich meine auch nur die Arme mit der **Nr. 3170**.

Grüße an „König“ Villalobos und gute Besserung Alex.

P.S.

Ich habe Amsterdam nicht gesehen!

H.S.