



Der Lämmerspieler Jens Köhler läuft bei der Ironman 70.3 Weltmeisterschaft in Clearwater/Florida dem Ziel entgegen.
Foto: p

Sich ein bisschen quälen unter der Sonne Floridas

Jens Köhler nach Triathlon-WM um eine Erfahrung reicher

Clearwater (kla) ■ Pelikane kreisen über dem Wasser, doch die Männer und Frauen in den schwarzen Neoprenanzügen haben für die Schönheiten der Natur kaum einen Blick übrig. Sie befinden sich auf der 1,9 Kilometer langen Schwimmstrecke, die es bei der Ironman 70.3 WM in Clearwater/Florida zu bewältigen gilt.

Ein Ironman 70.3 führt über die Hälfte der klassischen Distanz. Nach dem Schwimmen stehen 90 Kilometer Radfahren und ab-

schließend 21,1 Kilometer Laufen auf dem Programm.

In Clearwater am Start ist auch der Lämmerspieler Jens Köhler, der sich Mitte August beim Ironman 70.3 in Wiesbaden für die WM qualifizierte. Unter der Sonne Floridas kommt er nach respektablen 32:15 Minuten aus dem Wasser und legt dann in 2:23 Stunden seine bislang beste Radzeit auf den Asphalt rund um Clearwater. Dabei hat er sich allerdings verausgabt, und der abschließende Lauf wird ein „bisschen zur Qual“,

wie er erzählt. Aber nach 1:47 Stunden und einer Gesamtzeit von 4:49:30 ist das Ziel erreicht und Jens Köhler wieder um eine Erfahrung reicher. Jetzt gilt es, den Blick nach vorne zu richten. Nach einer Regenerationspause beginnt die lange Vorbereitungsphase für die mittlerweile vierte Teilnahme am Ironman Germany am 5. Juli 2009 in Frankfurt. Dann aber über die volle Ironman-Distanz mit vielen weiteren Vereinskollegen und -kolleginnen des EOSC Offenbach.