



Wir vom EOSC

Ausgabe 1 - 2009

Triathlon WM in USA

Schwimmen

Basketball



Mitgliederversammlung

Positive Aussichten

Ironman 70.3 Weltmeisterschaft in Clearwater/Florida

Dienstag 4.11. Abflug vom Flughafen Frankfurt Richtung Orlando, im Gepäck neben dem Fahrrad auch Laufschuhe, Neopren und den EOSC-Wettkampfanzug.
Ziel: Die Ironman 70.3 Weltmeisterschaft in Clearwater/Florida für die ich mich im August beim wohl härtesten 70.3 Wettkampf der Welt nach Monaco in Wiesbaden qualifiziert hatte. Begleitet hat mich meine Frau Claudia, Ihres



Zeichen weltbeste Wettkampfbetreuerin.

Wer mit dem Begriff 70.3 nichts anfangen kann: 70.3 entspricht der Summe der Distanzen eines sog. Halbdistanztriathlons (also 1,9km Schwimmen, 90km Radfahren und 21,1km Laufen)

Es ist eine andere Welt dort, die man vor allem im November dort nicht erwartet. Es ist warm, die Sonne scheint und alles ist wie bekannt ein paar Nummern grösser. Wir kamen am Abend der Wahl Obamas an, aber so richtig hat man auf der Strasse nichts mitbekommen. Unser Quartier lag direkt am kilometerlangen Sandstrand in unmittelbarer Nähe des Start- und Zielbereichs. Die Tage vor dem Wettkampf wurden für Shopping genutzt, ein bisschen trainiert wurde neben Muschelsammeln auch. Am meisten begeistert haben mich die Pelikane, die in Massen ihre Kreise ziehen und fischen.
Punkt 6:30 am Wettkampftag wurde die amerikanische Nationalhymne gespielt, nun also rein in den Neo und ab ins Drängelgitter, denn jetzt ging alles ganz schnell. Mit einem Kanonendonner wurden wir auf die Reise geschickt. Das Schwimmen war angenehm, kein Problem mit Salzwasser oder das sonst übliche Geprügel.

Nach 32 Minuten war die erste Disziplin geschafft und ich und mein Bike auf der Strasse. Es rollte und rollte und rollte. Am beeindruckendsten war der Abschnitt über den gesperrten Highway durch die Tampa Bay. Das Wetter war übrigens top, keine Wolke am Himmel. Nach der Hälfte zeigte mein Tacho einen 38er Schnitt an, den ich fast bis ins Ziel halten konnte (Bikesplit: 2:23h).



Zwischendurch habe ich natürlich auch meine Blutzuckerwerte überprüft, die lagen alle im grünen Bereich. Auf der Laufstrecke kam dann aber der Hammer. Es mussten zwei Runden a 10,5km über eine Brücke gelaufen werden, die mit 12% "recht" steil war. Zwischenzeitlich war es auch richtig warm und ich hatte doch einige Probleme. Gegen Mitte der zweiten Runde hatte ich mich aber erholt und konnte nach 4:49h erfolgreich im Ziel einlaufen. (Laufsplit 1:42).
Wer mehr Bilder sehen möchte kann dies unter www.teamcjk.de -> Media gerne jederzeit tun.

Jens Köhler

