

IRONMAN SOUTH AFRICA

Pechvögel und Glückspilze

Selten lagen Freud und Leid in einem einzigen Rennen so dicht beieinander: Während Sonja Tajsich und Raynard Tissink beim Ironman in Port Elizabeth sportliche Höhenflüge erlebten, endete der Wettkampf für andere, bevor er überhaupt begonnen hatte. von Jan Säget

Als ihr Idol Raynard Tissink auf die Zielgerade am Shark Rock Pier von Port Elizabeth einbog, probten die südafrikanischen Triathlonfans schon einmal für die Fußball-Weltmeisterschaft, die auch in der Millionenstadt am Indischen Ozean Station machen wird. Fünf Jahre nach dessen erstem Titel bejubelten sie den lang ersehnten zweiten Sieg des Lokalmatadors. Einen ganz besonderen Moment erlebte auch Sonja Tajsich: Vier Jahre nach ihrem ersten und bisher einzigen Ironmansieg gelang der Regensburgerin in Port Elizabeth das Rennen ihres Lebens.

SCHWEIZER IM SCHLEUDERGANG

Nicht einmal die unsichtbare Aschewolke des Vulkans Eyjafjallajökull konnte die Regensburgerin auf dem Weg zum bisher wertvollsten Sieg ihrer Karriere aufhalten. Ihr geplanter Flug nach Südafrika war zwar zunächst abgesagt worden, doch mit etwas Glück traf Tajsich schließlich doch noch rechtzeitig in Port Elizabeth ein. Andere hatten weniger Erfolg: Der Belgier Gerrit Schellens, der das Rennen 2006 und 2007 gewinnen konnte, war sicher das prominenteste Opfer der mächtigen nordischen Naturgewalt. Aber auch zahlreiche weitere der 209 gemeldeten europäischen Athleten hatten sich vorerst umsonst auf den Ironman am Südzipfel Afrikas vorbereitet.

Dort machte „The Windy City“, wie die Hafenstadt bei den Einheimischen auch genannt wird, ihrem Namen vor allem am Morgen des Renntags alle Ehre. Furchteinflößende Wellen schlugen den fast 1.800 Athleten beim Schwimmstart am Hobie Beach entgegen. „Wie in einer Waschmaschine herumgewirbelt“ fühlte sich beispielsweise der Schweizer Mathias Hecht. Tajsich sprach später von den schwersten Bedingungen, die sie je bei einem Rennen erlebt habe. Als Ausrede für ihre mäßige Schwimmzeit wollte sie das aber nicht gelten lassen. Andere hätten ja



gezeigt, dass es ginge. Damit meinte sie vor allem Vorjahressiegerin Lucie Zelenkova, die in 50:25 Minuten einmal mehr die schnellste Frau im Wasser war. Nur acht Männer brachten die 3,8 Kilometer schneller hinter sich als die Olympiateilnehmerin von Athen. Der spätere Sieger Tissink gehörte nicht dazu. Hecht, der Italiener Daniel Fontana und Stephen Bayliss dagegen schon.

EIDGENOSSE OHNE GNADE

In den folgenden Rennstunden bestimmte allerdings allein der Schweizer das Geschehen. Dass der 29-jährige auf dem welligen Kurs „zu 100 Prozent auf Sieg“ fuhr, bekamen bei Halbzeit erst Bayliss, später aber auch 70.3-Vizeweltmeister Fontana und die schwimmstarken Brüder Brad und Anton Storm zu spüren. „Ich habe gnadenlos aufs Tempo gedrückt, bis ich meine Verfolger abgeschüttelt hatte“, beschrieb Hecht seine simple, aber bis dahin sehr erfolgreiche Strategie. In Zahlen las sich das vor dem abschließenden Marathon so: Knapp zwei

Minuten vor Brad Storm und weitere fünf vor Fontana und Tissink schlüpfte Hecht in die Laufschuhe. Jan Raphael, der nach dem Schwimmen nur etwa zwei Minuten hinter Hecht gelegen hatte, beendete die 180 Radkilometer mit fast einer Viertelstunde Rückstand auf Zwischenrang sieben.

Komplett anders entwickelte sich das Rennen der Frauen: Noch auf der ersten von drei Radrunden verlor Zelenkova ihre Führung an die Schweizer Newcomerin Caroline Steffen und die Hawaiianerin Bree Wee. Nach 120 Kilometern steckte Top-Favoritin Zelenkova überraschend auf. Der Bruder ihres Verlobten war zwei Tage vor dem Rennen bei einem Verkehrsunfall ums Leben gekommen. Dennoch habe sie ihren Titel in Port Elizabeth unbedingt verteidigen wollen. „Ich war bereit für den Wettkampf, aber nach diesem Wochenende emotional einfach leer“, erklärte die 35-jährige nach ihrer Aufgabe niedergeschlagen. Für ein schnelles Rennen sorgten unterdessen Steffen und Wee, die

Fotos: Mike Holmes

No risk, no fun: Die kompromisslose Angriffstaktik des Schweizer Mathias Hecht geht nicht ganz auf

sich zwischenzeitlich mehr als sieben Minuten von ihren Verfolgerinnen lösen konnten. Erst auf den letzten Kilometern der wegen einer Baustelle etwas verlängerten Radstrecke ging dem Duo sichtlich die Puste aus. Das nutzte Sonja Tajsich, um im schnellsten Tempo aller Frauen und mit der Belgierin Tine Deckers am Hinterrad den riesigen Rückstand vom Schwimmen bis zum zweiten Wechsel auf etwa vier Minuten zu verkürzen.

HAWAII-TICKET IM SACK

Die Entscheidung um den Sieg fiel bei Männern wie Frauen dann schon vor der Halbmarathonmarke: Wild entschlossen sammelte Tissink während seiner Aufholjagd erst Fontana und Storm ein. Noch vor der 20-Kilometer-Marke ließ der Lokalmatador schließlich auch Hechts Traum vom ersten Ironmansieg zerplatzen. Vom heimischen Publikum getrieben, blieb Tissink in 2:52:08 Stunden neben



Altmeister Jason Shortis auf der Marathonstrecke als Einziger klar unter der 3-Stunden-Marke. Hecht brachte den zweiten Platz sicher nach Hause, qualifizierte sich damit direkt für den Ironman Hawaii – und war dennoch nicht ganz zufrieden. „Ich habe sehr viel riskiert. Nun ist das Ticket für Hawaii im Sack und das tröstet mich etwas über den verpassten ersten Ironmansieg hinweg.“ Mit letzter Kraft rettete sich Fontana als Dritter vor dem heranstürmenden Shortis ins Ziel. Der mittlerweile 40-jährige Australier legte mit fantastischen 2:51:46 Stunden die beste Laufzeit des Tages hin.

Bei den Frauen ereilte Caroline Steffen das gleiche Schicksal wie ihren Landsmann. 18 Kilometer verteidigte die Senkrechtstarterin von 2009 ihren Vorsprung – gegen die Attacke von Sonja Tajsich war die 31-Jährige dann aber machtlos. Zwölf Minuten Rückstand hatte Tajsich nach 26 Laufkilometern in fast zwei Minuten Vorsprung verwandelt. Den ließ sich die Vorjahres-Zweite dann nicht mehr nehmen. „Es ist ein überwältigendes Gefühl, wenn sich die ganze Trainingsarbeit am Ende in dieser Form bezahlt macht“, jubelte die Mutter einer kleinen Tochter. In 3:07:14 Stunden war sie auf der Marathonstrecke mehr als zehn Minuten schneller als Steffen und alle anderen. Die Schweizerin holte fünf Minuten hinter Tajsich den zweiten Podiumsplatz für die Eidgenossen, Platz drei ging an die Belgierin Tine Deckers. ■

IRONMAN SOUTH AFRICA

3,8 – 180 – 42,195 Kilometer
25. April 2010
Port Elizabeth (Südafrika)

Frauen

1. Sonja Tajsich (GER)	9:16:55
2. Caroline Steffen (SUI)	9:22:00
3. Tine Deckers (BEL)	9:29:58
4. Mirjam Weerd (NED)	9:37:24
5. Sonja Jaarsveld (NED)	9:42:20
6. Meike Krebs (GER)	9:44:02
7. Martina Dogana (ITA)	9:48:13
8. Bree Wee (USA)	9:49:19
9. Helen Buley (RSA)	9:53:19
10. Kathrin Mannweiler (GER)	10:11:13

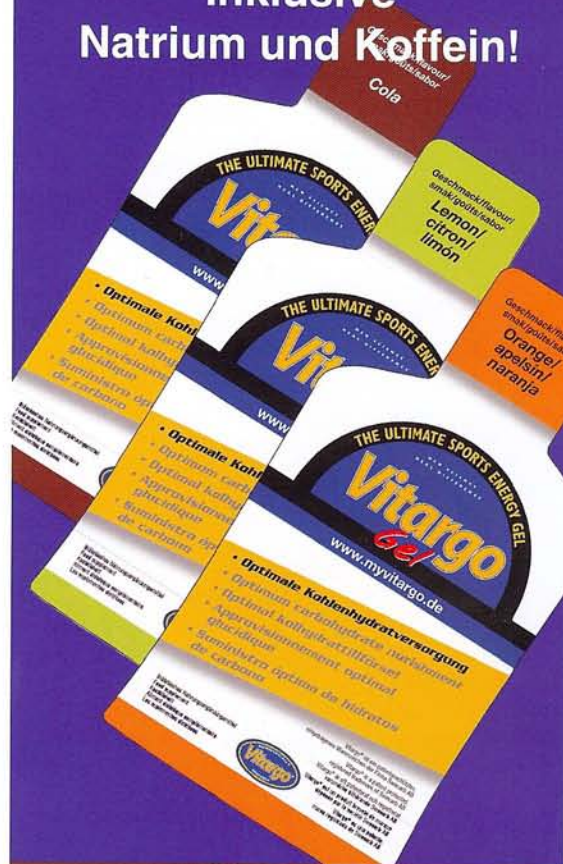
Männer

1. Raynard Tissink (RSA)	8:23:28
2. Mathias Hecht (SUI)	8:28:53
3. Daniel Fontana (ITA)	8:33:48
4. Jason Shortis (AUS)	8:34:52
5. Stephen Bayliss (GBR)	8:40:28
6. Jan Raphael (GER)	8:42:46
7. Max Renko (AUT)	8:51:19
8. Trevor Desault (FRA)	8:53:32
9. Simon Billeau (FRA)	8:53:49
10. A. Sørensen-Markovic (DEN)	8:56:06

www.ironmansouthafrica.com

New Science - Real Difference[®]
Vitargo
www.myvitargo.de
THE ULTIMATE SPORTS ENERGY DRINK

Ab sofort erhältlich:
Vitargo Gel!
Inklusive
Natrium und Koffein!



COLA

LEMON

ORANGE

24 Beutel pro Box*
45g pro Beutel!
(*Auch als Mixbox erhältlich)

Testen auch Sie Vitargo
im Training oder beim
Wettkampf!

Kostenlosen
Katalog anfordern!
www.myvitargo.de
www.vitargoblog.de