

## ITU World Triathlon Hamburg (von Claudia Zech)

Wann kann man mal an einem Tag in der Alster schwimmen, ohne Autostreß über die Reeperbahn radeln und an der Alster zum Rathausmarkt laufen? Der Hamburg-Triathlon macht es möglich.

Für die Triathlonprofis ist dieser Wettkampf ein Weltcup-Wettbewerb. Es können aber auch „Jedermänner“ teilnehmen.

Am 12. Juli war es soweit.

Zusammen mit meiner Freundin Petra aus Rostock machte ich mich am 11. Juli auf die Reise nach Hamburg.

Dort angekommen gingen wir gleich zum Gänsemarkt, um unsere Startunterlagen zu holen. Es klappte, ohne langes Warten, auch reibungslos.

Petra hat unser Hotel auch sehr gut gebucht, es befand sich nur wenige Gehminuten entfernt. Zufälligerweise fand die Nudelparty auch „bei uns um die Ecke“, in der Mensa der Universität statt. Nach der Nudelparty gönnten wir uns noch einen „Schlaftrunk“ und dann ging es ins Bett.

Am nächsten Morgen lud das Wetter zum Triathlon ein. Die Sonne lachte und es war weder zu warm noch zu kalt.

Nach dem Frühstück machten wir uns auf den Weg zum Startbereich.

Da ungefähr 4000 Teilnehmer erwartet wurden, wurde vom Veranstalter darauf hingewiesen, rechtzeitig am Start und in der Wechselzone zu sein.

Das Einchecken in die Wechselzone verlief problemlos. In der Wechselzone musste man nur sehr aufmerksam sein, weil schon Wettkämpfer auf der Strecke waren und durch die Zone liefen.

Wir richteten unsere Plätze ein und auf ging es zum Schwimmstart. Die Aufregung war riesengroß!!!

Die Alster hatte eine Temperatur von 23 Grad.

Alle 8 Minuten wurde eine Startgruppe auf die Strecke geschickt.

Wir waren im Startblock G und um 9:48 Uhr wurde es für uns ernst.

Die Stimmung war einfach super. Es waren viele Zuschauer im Startbereich und nachher auch auf der Strecke.

Dann um 9:48 Uhr das Runterzählen: 10, 9, 8, ... und dann ab in die braune Alster. 500 m mussten schwimmend zurückgelegt werden.

Strecke hoch, rum um 2 Bojen, unter einer Brücke durch und dann war das Schwimmen auch schon geschafft. Obwohl ich versuchte, am Rand des Feldes zu bleiben, habe ich auch einige Tritte abbekommen, leider auch welche verteilt.

Petra war nach etwa 11 Minuten aus dem Wasser, ich nach 13 Minuten.

Die Wechselzone war sehr eng, dadurch brauchte man für die Wechselei viel Zeit. Insgesamt betrug meine Wechselzeit in diesem Wettkampf über 11 Minuten!

Es war Stimmung pur. Überall standen Zuschauer, um uns anzufeuern.

Dann Wechsel: Schwimmbrille + Badekappe weg, T-Shirt, Helm, Radbrille + Startnummer umbinden bzw. anziehen, dann das Rad nehmen.

22 Radkilometer über die Hafenstraße, Reeperbahn und dann die lange Elbchaussee hoch und runter erwarteten uns. Bis auf ein paar Anstiege war die Strecke ziemlich flach, nur der Wind blies teilweise heftig von vorn. Es war eine sehr schöne Radstrecke, weil es so viel zu sehen gab, besonders auf dem Rückweg. So eine Aussicht auf den Hafen, die Landungsbrücken und auf die, noch im Bau befindliche Elbflora, ist schon schön.

Nach etwa 50 Minuten habe ich diese Etappe absolviert. Petra war schon weg.

Runter vom Rad und wieder die lange Wechselzone durchqueren.

Rad, Brille + Helm weg und rauf auf eine wunderschöne Laufstrecke über 5 km.

Die Stimmung war immer noch geil.

Es ging von der Binnenalster, Richtung Kennedybrücke zur Außenalster, wo unser Wendepunkt war.

Es lief richtig und ich konnte noch etliche Läufer überholen.

Dann war ich schon wieder an der Binnenalster. Der Jungfernstieg war in Sicht und ein paar Kurven waren noch zu laufen, dann war es da:

das Ziel auf dem Rathausmarkt.

Auch dort feuerten uns viele Zuschauer an, der Zieleinlauf war toll.

Im Ziel gab es die Finisher-Medaille und als Belohnung ein großes Erdinger-Weizen.

Petra und ich waren sehr zufrieden mit unserem Wettkampf.

Da dieser Wettkampf perfekt organisiert war, mussten wir im Duschbereich, der am Gerhard-Hauptmann-Platz war, nicht lange warten.

Es herrschte eine entspannte Atmosphäre. Schön war, dass man oft mit anderen Sportlern ins Gespräch kam.

Der Hamburg-Triathlon ist als weltgrößter Triathlon eine wunderschöne Veranstaltung, an die ich mich bestimmt immer sehr gern erinnern werde.

Vielleicht nehme ich auch dort mal wieder teil.....