

Erlebnisbericht Inferno Triathlon 2011 von Alexandra Bürger

Nach einer relativ kurzen Nacht und einem kleinen Frühstück machte ich mich mit meiner Kollegin Ursi (Inferno Triathlon Debütantin) um 4Uhr15 auf den Weg zur Seilbahnstation Mürren. Die Temperaturen waren bereits um diese Zeit ungewohnt hoch und es regnete in Strömen. Auf der stockfinsternen Fahrt per Seilbahn und Car nach Thun versuchte ich meine Nervosität etwas zu zügeln. Obwohl bereits zum 6. Mal am Start des Inferno Triathlons als Single war ich noch immer aufgeregter wie beim ersten Mal. Etliche Fragen gingen mir durch den Kopf: habe ich in den letzten Monaten richtig trainiert? Habe ich mich ausreichend vom Höhenttraining im Engadin vor einer Woche und insbesondere von der Hochtour auf den Piz Morteratsch und Piz Tschierva erholt? Werde ich das Schwimmen, meine schwache Disziplin, ordentlich über die „Bühne bringen“ und den Zeitverlust nachfolgend kompensieren können? Ich hatte hochgesteckte Ziele, wollte ich doch wie 2008 wieder aufs Podest und mindestens den 5. Rang belegen. Aber die Konkurrenz war selten so stark wie in diesem Jahr. Als wir aus dem Car stiegen, wehte uns ein bissiger Wind entgegen, entsprechend stürmisch präsentierte sich der Thunersee. Erinnerungen an den 70.3 Ironman Italy im Juni dieses Jahres wurden wach. Damals musste die Schwimmstrecke näher an den Strand verlegt werden, zu gross wäre das Risiko auf dem offenen Meer zu schwimmen gewesen. Wird sich das Schauspiel nun wiederholen? Werde ich wieder Unmengen von Wasser-diesmal Süsswasser- schlucken müssen? Zum Glück beschloss die Rennleitung das Schwimmen abzusagen, ein durchaus vernünftiger Entscheid. Nun konnte ich mich auf meine bevorzugten Disziplinen Radfahren und Laufen konzentrieren. Ein Wermutstropfen bleibt, denn ohne das Schwimmen durch den Thunersee ist es kein richtiger Infernotriathlon, insbesondere für die schlechten Schwimmer unter den Athleten. Schliesslich haben alle irgendeine Schwachdisziplin, die es als Hürde zu überwinden gilt. Der Massenstart in der Disziplin Rennrad bereitete mir einige Sorgen, die Angst vor einem Sturz war präsent. Zum Glück lief alles glimpflich ab, die beiden Aufstiege nach Beatenberg und der Grossen Scheidegg waren hart in Anbetracht der Hitze, mit der gefahrenen Zeit bin ich jedoch sehr zufrieden. Ich war erstaunt über das Tempo, welches gefahren wurde, insbesondere bergauf. Ich konnte lediglich versuchen den Anschluss nicht zu verpassen, ans Überholen war nicht gross zu denken. Der Wechsel aufs Bike in Grindelwald verlief ohne Zwischenfall, der Aufstieg auf die Kleine Scheidegg hatte ich jedoch etwas kürzer in Erinnerung. Das lag wohl an der Vorbelastung, aber auch an den hohen Temperaturen, die ich mir vom Engadin her nicht gewohnt war und an meiner Trinkflasche, die sich schneller als mir lieb war leerte. Zudem entwickelte ich eine Abscheu gegen alles Süsse, ich konnte keine feste Nahrung mehr aufnehmen ohne zu riskieren, dass ich mich übergeben muss. Auf der Kleinen Scheidegg angekommen blieb nicht viel Zeit das Panorama zu geniessen, ich versuchte mich mental auf die Abfahrt, nicht gerade meine Stärke, vorzubereiten. Glücklicherweise waren die Verhältnisse trocken, so wurde die kurze technische Passage kurz vor Wengen nicht zur Rutschpartie. Ohne Sturz, aber mit schmerzdem Hintern vom langen Radfahren, erreichte ich Stechelberg. Nun konnte ich meine Paradedisziplin, den Berglauf, in Angriff nehmen, was mir einen Motivationsschub verleihte. Im Wissen, dass meine ehemalige Turnlehrerin und mittlerweile gute Kollegin Ruth Raaflaub als Speakerin in Stechelberg im Einsatz ist, gab mir noch zusätzlichen Ansporn. Und `last but not least` wird mir ein Wetterumsturz nicht wie in den Jahren 2005 und 2008 einen Strich durch die Rechnung ziehen. Ich genoss das flache Stück bis nach Lauterbrunnen, ideal zum Einlaufen. Der Aufstieg nach Mürren war lang, aber von der Steilheit her angenehm zu rennen. Um einen Hungerrast zu vermeiden, versuchte ich mich flüssig mit Tee, Cola und Salzttabletten zu ernähren. Mit Isostar hatte ich in der Vergangenheit zu oft schlechte Erfahrungen gemacht, ich wollte nichts riskieren. Während dem Lauf fragte ich mich oft, wie viele Frauen vor mir waren, über den Rennverlauf erhielt ich wenig Informationen. Egal, ich wollte mein Rennen laufen und heil auf dem Schilthorn ankommen. In Anbetracht der reduzierten Nahrungsaufnahme durfte ich mir nicht allzu grosse Hoffnungen auf eine gute Platzierung machen. Dann endlich, der Einlauf in Mürren. Der Applaus der Zuschauer war phänomenal, für kurze Zeit war die Anstrengung vergessen. Aber das Rennen war nicht zu Ende, der härteste Abschnitt des Laufs lag noch vor mir. Gute 1300 Höhenmeter. Zu meinem Erstaunen fühlte ich mich zunehmend fitter, je höher ich kam. Kurz vor dem Engetal dann der Ausblick aufs Schilthorn, ein tolles Gefühl. Jetzt konnte mich nichts mehr aufhalten. Beim letzten Verpflegungsposten hörte man die Lautsprecher, so konnte ich mich während des Schluslaufstiegs über meine aktuelle Rangierung informieren. Ich hörte wie Sonja Gerster und Barbara Bracher bei ihrem Zieleinlauf angekündigt wurden. Etwa 500m vor dem Ziel kam mir Ivo, mein Freund, entgegen, worüber ich mich mächtig freute. Auf den letzten Stufen bis auf die Plattform des Schilthorns lief mir ein kalter Schauer den Rücken runter. Der anschliessende Zieleinlauf war unbeschreiblich schön, ich war den Tränen nahe. Und ich habe mein Ziel eines Podestplatzes als Kategoriendritte und Gesamtfünfte erreicht, mehr als ich erwarten konnte. Die Erschöpfung hielt sich in Grenzen, so dass ich das wunderschöne Panorama als begeisterte Alpinistin in vollen Zügen geniessen konnte.

Ich freue mich auch darüber, dass Ursi und viele meiner Triathlon-Kollegen/-Kolleginnen erfolgreich das Ziel erreicht haben.

Was mir besonders gut in Erinnerung geblieben ist sind die kurzen Gespräche mit anderen Athleten während des Wettkampfs, die freundlichen Helfer, die gute Organisation und das herrliche Wetter mit imposanter Bergkulisse.

Vielen Dank ans OK und all Diejenigen, die dazu beigetragen haben, dass der Inferno Triathlon 2011 so reibungslos durchgeführt werden konnte.