

Etwas spät, aber jetzt auch mein Bericht zum Triathlon am Sonntag.
Erstmal allen Finishern Herzlichen Glückwunsch

Für mich ging es Sonntag 8.20 Uhr an den Start. Die letzten Wochen und Monate lief nicht immer alles rund, deswegen war ich nicht so optimal vorbereitet wie ich das gerne wollte. Besonders ein Radunfall, kleine Verletzungen und persönlicher Tramtata haben es mir teilweise unmöglich gemacht zu trainieren. Trotzdem habe ich mich fit gehalten und mich auf den Wettkampf gefreut.

Es ging los und im Wasser folgte das erste Mal in meinem Triathletenleben eine kleine Panikattacke im Wasser. Ich bekam keine Luft, hatte das Gefühl meine Brust wird eingeschnürt. Einen kurzen Moment dachte ich darüber nach das Ärmchen zu heben und mich raus ziehen zu lassen. Dank meiner "Delfingesänge" (ich summe unter Wasser zur Beruhigung) und ruhigem Atmen konnte ich nach 400 m endlich kraulen und normal schwimmen.

Trotzdem mit ner guten Zeit von 40 mins aus dem Wasser gestiegen.

Die Supporter standen bereit und haben mir zugerufen, das hat mich so gefreut!
Es ging ab aufs Rad und auf die Radstrecke. Und was soll ich sagen: OH MEIN GOTT WAR DAS GEIL! Die Strecke war der Hammer, die Anstiege konnte ich meistern, die Muskeln brannten und ich habe mir immer wieder gesagt: Beissen beissen beissen!! Und es war grossartig.

Ich dachte mir, wenn ich nen 30er Schnitt fahre gibts n neues Rad. Ja blöd gelaufen, den bin ich gefahren, hätte ich nicht für möglich gehalten

Wieder Eriks Zurufe, Salka die neben mir her lief, ich dachte nur: Verdammt, ich spüre meine Füße einfach gar nicht mehr. Aber muss ja auch nicht immer schlecht sein xD

Beim Laufen merkte ich mein fehlendes Training. Dazu kamen ein paar Magenproblemchen, aber insgesamt bin ich auch da gut durchgekommen.

Kurz vor dem Ziel nochmal Salka und Erik gesehen, an Britta und Marek bin ich einfach vorbei gerannt ohne sie zu sehen.

Dann kurz vor dem Ziel die grosse Überraschung! Louise und ihr Bruder standen da. Ich war so geflasht! Er hat am Abend vorher Geburtstag gefeiert und ich hätte nicht gedacht das er es aus dem Bett schafft! Da hat mich ins Ziel getragen und ich war einfach nur happy.

Ich konnte mich im Vergleich zum Vorjahr um 20 Minuten verbessern, 15 davon auf dem Rad. Mit einer Zielzeit von 3:08 habe ich eine neue PB in der olympischen Distanz und einen perfekte Motivation für die nächsten 10 Wochen.

Aso, es hat geregnet wie aus Eimern, aber irgendwie war das ok xD