

Starke Leistung von Armin Hohenadler

Triathlet des TV Traunstein beim Ironman unter den ersten 200

Eine hervorragende Leistung bot Armin Hohenadler vom TV Traunstein beim Ironman-Triathlon auf Hawaii. Er bewältigte die 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42,195 km Laufen in einer Gesamtzeit von 9:46:16 Stunden. Damit kam er in der Gesamtwertung der fast 1850 qualifizierten Teilnehmer auf Rang 36 in der Altersklasse M 35. Dabei hatte er wegen einer Verletzung nur eingeschränkt trainieren können.

Besonders beachtlich dabei: Hohenadler stürmte nach Rang 1178 nach dem Schwimmen (1:16:19 Stunden) durch eine tolle Leistung auf dem Rad (5:04:42) und ein Marathonlauf (3:20:27) fast noch um 1000 Plätze nach vorn. Schnell war der Athlet des TV Traunstein auch in den Wechselzonen: Nach dem Schwimmen hatte er es in 2:16 Minuten aufs Rad geschafft, nach dem Radfahren in 2:32 Minuten zum Laufen gewechselt.

Beim Schwimmen, der »Problem-Disziplin« Hohenadlers, »habe ich nichts gesehen, da die Sonne blendete und die Brille gleich nach wenigen Minuten beschlagen war«, berichtete er. Das größere Problem aber waren die Konkurrenten: »Schwimmer von hinten drückten mir immer wieder die Beine nach unten und versuchten, über mich drüberzuschwimmen. So muss es sich in einer Waschtrommel anfühlen«, so Hohenadler. Immerhin war das Gedränge nach dem Wendepunkt nicht mehr so schlimm; und der TVT-Sportler konnte seinen Rhythmus finden.

Den hatte er auch beim Radfahren schnell gefunden. Trotz Temperaturen von über 35 Grad Celsius kam Hohenadler flott voran, »auch ich war ständig am Überholen«, freut er sich. Trotz heftigen Gegenwindes überholte Hohenadler 869 Teilnehmer und blieb für die 180 km nur knapp über 5 Stunden.

Vor dem Laufen hatte Hohenadler diesmal besonderen Respekt: Fünf Monate lang hatte er wegen einer Verletzung das Laufen fast nur im Wasser trainieren können.

Nach einem schnellen Wechsel vom Rad ging er auf die Laufstrecke. Die ersten Schritte nach dem Radfahren sind immer furchtbar: Man ist völlig wackelig auf den Beinen, »Aber nach ein

paar Kilometern gibt sich das wieder. Ich war noch total überhitzt vom Radfahren, so kühlte ich mich erst mal bei der nächsten Verpflegungsstelle mit Eis ab«, so Hohenadler. Am wichtigsten war es für ihn, sich mit Eis abzukühlen und genug zu trinken. Das gelang gut, und mit einer Marathonzeit von 3:20:27 Stunden hatte er 112 Plätze beim Lauf gutmachen können.

»Ich möchte mich bei allen bedanken, die mich unterstützt haben, in allererster Linie bei meiner Frau und meinen Kindern«, betont Hohenadler, der zudem die Unterstützung durch den TV Traunstein, die Stadt Traunstein und seine Sponsoren hervorhob.



Auf dem Rad machte er viele Plätze gut: Armin Hohenadler (rechts).