

24. Midsummer-Triathlon am Großensee/Trittau am 22.06.2023

Vorherrschendes Thema an diesem Donnerstag waren die ständigen Unwetterwarnungen. Starkregen und Gewitter zogen vom Südwesten herauf und sollten am Abend u.a. auch Hamburg und Schleswig-Holstein erreichen. Von daher war die Frage, findet die Veranstaltung am Großensee überhaupt statt bzw. wird sie während der Durchführung abgebrochen.

Bei bereits bedecktem Himmel nahm ich gegen 16:30 Uhr meine Startunterlagen entgegen und begab mich in die toll hergerichtete Wechselzone am See. Mit ca. 200 Teilnehmern hatte jeder ausreichend Platz, um seinen eigenen Bereich herzurichten. Seitens des Veranstalters (Uwe Varenkamp und Andreas Gosch) lag die max. Teilnehmerzahl bei 350 Startern. Auch wenn ich normalerweise auf der olympischen Distanz (SWIM 1,5/BIKE 40/RUN 10km) zu finden bin, hatte ich mich, nach entsprechenden Hinweisen, dazu entschlossen, nach langer Zeit auch mal wieder einen Sprinttriathlon (0,5/20/5km) in Angriff zu nehmen.

Auch wenn sich der eine oder andere Regentropfen Richtung Erde verirrt hatte, es blieb weitestgehend trocken. Der angekündigte Starkregen sollte nun doch erst gegen 21 Uhr HH bzw. SH erreichen. Super, denn eine nasse Rennradstrecke mit scharfen Kurven ist nun nicht gerade ungefährlich.

Nach kurzer Wettkampfbesprechung gegen 18:15 Uhr ging es für alle Starter (Jedermänner -ohne- und Sprinter -mit DTU-Startpass-) um 18:30 Uhr per Startschuss los. 500 m waren in einer Art Dreieckskurs im Großensee hinter sich zu bringen. Natürlich war das Tragen eines Neos nicht gestattet, denn der See hatte fast Badewannentemperatur. Nach 11:20 Minuten war ich wieder aus dem Wasser und wechselte auf das Rennrad, um die 20km-Strecke über Rausdorf, Brunsbek bis Papendorf und zurück in Angriff zu nehmen. Der Wind war zwischenzeitlich stärker geworden und so variierte meine Geschwindigkeit auf der hügeligen Strecke zwischen 19 und 49 km/h. Nach 43:06 Min. war ich zurück in der Wechselzone und begab mich sodann auf die Laufstrecke. Diese führte über die Seestraße vorbei am Freibad (Zielbereich) und weiter in den nahegelegenen Wald bis zum Wendepunkt bei Kilometer 2,5. Angenehme Temperaturen machten es möglich, dass ich längst nicht so langsam war, wie Tage zuvor beim Vierlanden Triathlon. Kurz vor Kilometer 2 kam mir Bernhard (aus meiner Schwimmgruppe) entgegen, der an diesem Tag auch irgendwie frischer aussah, als beim Vierlanden Triathlon ☺.

Nach einer Laufzeit von 28:04 Minuten überlief ich im Freibad die Ziellinie nach insgesamt 1:22:31 Std. und wurde damit zweiter meiner Altersklasse. Gleich nach dem Zielbereich ließ ich es mir nicht nehmen (so, wie viele andere auch), mich im Großensee zu erfrischen bzw. abzukühlen. Herrlich

Bernhard, der bei den „Jedermännern“ gestartet ist, benötigte für das Schwimmen lediglich 08:35, für das Rennradfahren 36:45 und für das Laufen 27:31 Minuten.

Nach einer Gesamtzeit von 1:12:51 Std. wurde er erster seiner Altersklasse.

Herzlichen Glückwunsch.

Frank Ehrenberg