

So, da bin ich wieder! Hawaii liegt zwar hinter mir, aber das Erlebte wird noch lange brodeln! Ich habe eure Fahne hochgehalten, als ich nach 10.54 Stunden über die Ziellinie gerannt bin! Die Profis meinten, dass der Wettkampf wohl einer der Härtesten überhaupt gewesen ist! Die Winde, die aus allen Richtungen (leider nur selten von hinten) teilweise mit bis zu 80 km/h geblasen haben, ließen das Rennen relativ langsam werden und haben uns alles abverlangt! Trotzdem hatte ich meinen Spaß und einen absoluten Hochgenuss während des ganzen Rennens! Ich will da unbedingt wieder hin, denn Hawaii ist so ein geiles Erlebnis und wunderschönes Inselfaradies, wie ich es noch nie gesehen habe! Durch die vielen verschiedenen Klimazonen entpuppt sich Hawaii als mega-erlebnisreich. Wir waren 10 Tage auf Big Island, danach 3 Tage auf Oahu auf den Spuren von Thomas Magnum und haben uns dann 4 Tage auf Maui entspannt.

Angekommen auf Big Island, war ich nach der Anreise auch ziemlich geplättet. Der Urlaub vor dem Rennen hatte aber dank unserer lustigen Clique richtig Spaß gemacht. Großer Antreiber war mein Bruder Peter, der trotz Akklimatisation einfach nicht totzukriegen war und mir so einiges an Stress abgenommen hat. 3 Tage vor dem Rennen schlugen dann auch noch Lauschen und Elmar auf Big Island auf und meine ganz persönliche Betreuercrew war perfekt. Kaum einer der Athleten hat gleich 3 Betreuer, die alles dafür tun, das Rennen zum Gelingen zu bringen! Na ja, dass die Jungs mich dann während des Rennens schon mal aufgaben, werde ich dann später mal erklären! Unser Hotel stand mitten in Kailua-Kona, wo sich an allen möglichen Ecken die mächtig gut durchtrainierten Triathleten die Klinke in die Hand gaben. Man wurde immer wieder daran erinnert, dass hier die Besten der Besten, halt die Weltelite am Start ist! Mann, bekam ich einen Respekt vor den Typen und dem Wettkampf! Na ja, verstecken muss ich mich ja eigentlich nicht, aber trotzdem ging mir manchmal ganz schön der Kackstift, wenn ich zuviel Zeit zum Nachdenken hatte und mir ausmalte, dass irgendwas Unvorhergesehenes passieren könnte und ich aus welchen Gründen auch immer das Rennen nicht finishen würde ... uahhh!!!

Die Tage vergingen wie im Fluge und dann war er da, der 6. Oktober, an dem 1500 Athleten den Pazifik zum Brodeln brachten. Ich kenne die Bilder aus den Vorjahren – ein geiler Anblick! Aber aus meiner Perspektive im Wasser war der Anblick mindestens so abgefahren! Die ganze Promenade ist voll von Zuschauern, die genau wissen, dass gleich die Weltmeisterschaften gestartet werden. Die Teilnehmer wünschen sich untereinander alles Glück und ab und zu sieht man im glasklaren Wasser die Taucher, die für die Unterwasserbilder sorgen! Ein paar Tage zuvor bin ich während des Schwimmtrainings mal von der Strecke abgekommen und wurde von 5 Schatten aus den Tiefen des Pazifiks überrascht! Oh Shit, hier soll's doch Haie geben?! Umso erleichterter war ich dann, als die vermeintlichen Haie sich als Delphine entpuppten, die mich einfach ein paar Minuten begleiten wollten! Ein wirklich wunderschönes Erlebnis!!

Tja, da es wahrlich nicht auf Bestzeit ankam, hab ich zugesehen, einigermaßen unbeschadet die 1. Disziplin zu überstehen! Eigentlich ist der Pazifik auch breit genug, aber jedes mal wenn eine Boje in Sichtweite kam, wurde das Feld enger und es kam wieder zu Rangeleien, weil keiner so richtig ausweichen wollte! Das Schwimmen im Pazifik ist zwar durch die Wellen und das Salzwasser ein bisschen gewöhnungsdürftig, aber wenn man erst mal am Paddeln ist, kann man das Schwimmen schon genießen! Am Wendepunkt war ich dann auch froh, dass sich das Feld ein wenig gestreckt hatte und ich konnte ziemlich happy das Schwimmen nach 1.09 Stunden abschließen!

In der 1. Wechselzone wurde meine Startnummer – NINE-SIX-TWO, NUMBER NINE-SIX-TWO – von den Helfer durchgerufen und der Beutel mit meinen Radklamotten wurde mir umgehend in die Hände gedrückt! Frisch umgezogen und mit Sunblocker versehen, die Nase wurde leider vergessen und ich sah abends im Ziel aus wie `ne Schnapsdrossel, haben mir wieder die zahlreichen Helfer mein Rad aus dem Ständer gezogen – total geil durchorganisiert! Jippie, auf's Rad und erst mal durch Kona radeln um auf den Highway zu kommen! Ab da ging's dann geradewege knapp 90 km durch die Lavawüste, anfangs vorbei an meinem Fanclub, der das größte Plakat, was ich je gesehen habe, präsentierte – einfach geil!!

Okay, ich wusste, dass die Radstrecke durch die Lavawüste mächtig eintönig ist und meinte auch im Training ein paar Tage zuvor, den sagenumwobenen Mumuku-Wind mal erlebt zu haben. War gar nicht so schlimm! Denkste! Ich weiß nicht mehr wo genau diese Orkanböen losgingen, aber sie ließen nicht lange auf sich warten und ich hatte echt Schiss, dass es selbst meine 83 kg vom Rad bläst! Was machen dann erst die leichtgewichtigeren Frauen durch?! Oh je... Trotz alledem bin ich gut durchgekommen und hatte auch keine Probleme damit, anfangs von vielen Triathleten überholt zu werden. Inzwischen weiß ich aus meinen Ironman-Erfahrungen, dass meine Zeit auf der 2. Hälfte der Radstrecke kommt und ich viele der überzockten Jungs wieder einsammele! Angekommen am Radwendepunkt von Hawi freute ich mich tierisch diesen markanten Punkt endlich zu passieren. Hawi ist ein total verschlafenes Nest, bestehend aus einer Handvoll Bretterbuden. Nur einmal im Jahr ist hier der Teufel los, wenn sich die World Championship die Ehre gibt. Alle Triathleten, die sich mit dem Ironman auseinandersetzen, wissen, dass hier Triathlon-Geschichte geschrieben wird! Da hab ich dann meinen Gefühlen einfach mal freien Lauf gelassen und ein paar Glückstränen gesellten sich zum Schweiß, der mir literweise davonlief.

Nach dem Wendepunkt kann man dann endlich sehen, wer alles hinter einem liegt und ich stellte fest, dass es doch noch einige Jungs waren, die mir auf den Fersen waren. Der Rückweg fiel mir dann tatsächlich leichter und ich konnte mit einem guten Gefühl der zweiten Wechselzone entgegen radeln. Dort angekommen, hielt ich dann auch Ausschau nach meiner Betreuercrew, aber konnte sie unter der jubelnden Menge leider nicht entdecken. Was soll's, sie werden halt woanders stehen! Die Klamotten wieder komplett gewechselt, bin ich dann auf die Laufstrecke und fühlte mich wirklich saugut! Das Laufen ist ja auch meine Paradedisziplin und ich war überzeugt den Marathon in 3.15 Stunden zu absolvieren – hoch gegriffen! Aber das hier ist Hawaii und nicht irgendein schnelles Pflaster wie in Roth – zumindest nicht für mich!! 5 km hat's gedauert und die Meilen wurden schwerer und schwerer! Immer mehr verabschiedete ich mich von den Zeiten, die ich mir erneut ausrechnete. Anfangs war's `ne Endzeit von 10.30, mit der ich nur kurz geliebäugelt hatte ... dann 10.40, 10.50 und am Ende war ich überglücklich den Wettkampf unter 11 Stunden im Tageslicht zu beenden!! Aber bis dahin war's noch ein langer Weg, denn der Marathon hatte es wirklich in sich!

Und wo waren denn nun eigentlich meine Jungs abgeblieben?? Sie werden vielleicht am 1. Laufwendepunkt stehen und dort Halli-Galli machen?! Nö, da war zwar Halli-Galli, aber ohne meine Jungs! Komisch, wo sind denn die Kerle??? Abgesprochen war, dass sie erst mal in aller Ruhe frühstücken, wenn ich mindestens 5 Stunden mit dem Rad allein in der Wüste unterwegs bin! Die werden doch danach nicht am Hotel-Pool eingepennt sein ... oder noch `nen Umweg an irgend so `ner Bierbude vorbei – grrr!!!!

Keine Ahnung was wirklich los war! Mein Weg führte raus aus Kona und der Marathon bekam ein neues Gesicht! Ich war auf dem Weg durch die Wüste und geradewegs in das viel zu weit entfernte „Energy Lab“, wo mich der zweite und letzte Wendepunkt erwartete. Auf dem Weg dorthin konnte ich sehen, wie ein Athlet vor mir, sich seines kompletten Mageninhalts entledigte und ich musste schon schmunzeln, als er dann nach weiteren 5 m wieder anhielt, um einen scheinbar noch größeren Mageninhalt ein weiteres mal auf die Straße kotzte! Der Kerl war dennoch so gut drauf, dass er trotz der "leichten" Magenverstimmung unbehelligt weiterlief! Lothar Leder soll's auch ein paar Mal erwischt haben, nur der kotzte schon beim Schwimmen und Radeln. Unterwegs konnte ich auch einigermaßen das Rennen verfolgen und sehen wer sonst so bei den Profis an der Spitze war. Besonders freute es mich zu sehen, dass Nina Kraft irgendwo ganz weit vorne mit dabei war.

In diesem Jahr hat sie das Unglaubliche geschafft und finishte Hawaii neben ihren Siegen beim Ironman in Südafrika und Roth auf dem dritten Platz, gerade mal 10 min hinter der Siegerin. Das ist das bis dato beste Ergebnis, was je eine Deutsche auf Hawaii erreicht hat.

Zurück zum Energy Lab: Auch das ist für Triathleten, obwohl verflucht, ein „heiliger“ Ort! Meist machen hier die Profis unter sich den Sieg aus und es gibt außer brütender Hitze nicht viel zu erleben! Aber wer diesen Punkt passiert hat, begibt sich auf den Rückweg, einer mehrere Kilometer leicht ansteigenden Strecke, dem härtesten Teil des Marathons. Nach dem Energy Lab kann man verfolgen, wer noch alles diese Tortour durchleben „darf“! Auf dem Rückweg wurde ich dann immer wieder von den zahlreichen Helfern in den Verpflegungsstationen angefeuert. Immer wieder riefen sie: „Nine-six-two! Good job number nine-six-two, your`re looking good!“ Ich kann euch sagen, das hilft ungemein! Die müssen das ernst meinen, denn das hier ist Hawaii und die wissen alle, was das Finishen für mich bedeutet!!!

Zurück in Kona hatte ich dann nur noch zwei Meilen vor mir und war nun auf dem besten Wege, den Wettkampf knapp unter 11 Stunden zu finishen. Kurz vorher bekam ich dann urplötzlich heftige Magenschmerzen und ich konnte nur noch verkrampft die letzten Kilometer in Angriff nehmen. Meine Füße fühlten sich wegen der riesigen Blasen schon lange wie Schwämme an und ich nahm sie schon gar nicht mehr so richtig wahr. Endlich, ca. 1,5 km vorm Ziel hörte ich dann das lang ersehnte Grölen meiner Jungs, die mich wieder erkannten. Peter, Elmar und Lauschen (und der unglaubliche Uwe) hatten auch gelitten, denn sie standen tatsächlich am 2. Wechsel, aber hatten mich leider verpasst und waren der Meinung, dass ich noch auf der Radstrecke war. Da standen sie dann geschlagene 2 Stunden und mussten beobachten, wie immer mehr Athleten auf LKWs reingefahren wurden, die leider aufgeben mussten. Unter anderem auch einigen Favoriten, wie Jürgen Zäck, war der Wettkampf in diesem Jahr zu hart! Peter hat zwischenzeitlich schon überlegt, wie er das unseren Eltern erklären sollte, dass sein Bruder wohl irgendwo in der Lavawüste verschollen ist! Gott sei dank bekamen sie irgendwann, als ich Richtung Energy Lab unterwegs war, Nachricht von meinem „Überleben“ und hatten wieder Spaß am Wettkampf! Das Wiedersehen der Jungs war Freude pur, obwohl ich wegen der Magenschmerzen nicht viel zu Lachen hatte! Peter hat mir dann eure Fahne überreichen können, nach der ich mich die letzten Meilen so sehr gesehnt habe! Mit der bin ich dann durch das Ziel gerannt!

Moment mal, das war hier nicht irgendein Wettkampf, sondern das ist der IRONMAN von HAWAII, die Geburtsstätte des Triathlon, das Olympia der Triathleten, der Mythos Triathlon, den so viele erleben wollen! Und ich, Immo, durfte dank meiner Freunde und Sponsoren dabei sein und habe es geschafft!!! Als Rookie, bin ich heilfroh noch als Daylight-Finisher gewertet zu sein. Mit einer Zeit von 10.54 Stunden bin ich 402. geworden und bin im ersten Drittel gelandet. Und das hier war die Weltelite! Ich bin mächtig stolz auf mich im ersten Anlauf das erreicht zu haben!!! Hinter dem Zielbereich konnte ich dann auch Peter, Elmar und Lauschen übergelukkig in Empfang nehmen und war erst mal völlig überwältigt, was da grad geschehen ist! Den Tränen kurz mal freien Lauf gelassen, war ich schnell wieder auf den Beinen!

Das sind die Tatsachen, die ich immer noch nicht so richtig glauben kann. Auch 3 Wochen später habe ich noch nicht alles so richtig gerafft, aber eins weiß ich genau: Von diesem Zieleinlauf werde ich mein Leben lang was haben! Ich erinnere mich noch gut: Vor x-Jahren saß ich mit Zigarette vorm Fernseher und sah einen Bericht über scheinbar "verrückte" Typen, die vor der Küste Hawaiis 3,8 km schwimmen, 180 Rad fahren und anschließend 42 km in unsagbarer Hitze laufen. Wie muss man drauf sein, um so was zu machen oder besser gesagt zu erreichen? Inzwischen weiß ich, wie`s geht! Außerdem wächst man mit seinen Aufgaben und ich fühle mich mit meinen 32 Jahren noch lange nicht ausgewachsen. Der Herausforderung, der ich mich stelle muss jetzt nicht unbedingt nur der Triathlon sein. Aber solange sich an meiner Situation nicht viel ändert, werde ich diesem Super-Sport die Treue halten und versuchen meine Zeiten auch weiterhin zu verbessern – auch auf Hawaii! Denn da will ich unbedingt wieder hin!!!

Einige Fotos von Hawaii sind bereits unter www.immo-krueger.de zu sehen. In den nächsten Tagen gibt`s dann noch mehr ...

Hang loose!

Immo

(... oder: number NINE-SIX-TWO !!!)