

## Quelle-Challenge Roth 2005, Franco Oetterli, M45

Es war mein erster Wettkampf über die Triathlon-Langdistanz, nach 17 Marathons, etlichen Halbmarathons und Bergläufen, zwei Halbdistanz- und zwei Olympiadistanz-Triathlon.

Aber alles der Reihe nach. Das Abenteuer Roth hatte am Donnerstag 30. Juni, 2005 begonnen. Unser Sponsor Gunter, von Tripower, hatte mir eine Mitfahrgelegenheit nach Roth angeboten, da er selber Aussteller an der Triathlonmesse war. Diese Offerte hatte ich dankend angenommen und so fuhren wir (Gunter, Bernhard und ich) am Donnerstag morgen Richtung Roth, wo wir gegen 15 Uhr sicher und ausgeruht angekommen waren. Schon etwas neugierig und ehrlicherweise auch ziemlich nervös, strebte ich umgehend zur Startnummernausgabe um meine Unterlagen abzuholen. Mit vielen Infos, Startnummern, Chip, noch mehr Reklame, Powerbars, Getränken und einem schönen, gelben Rucksack der deutschen Post, bin ich danach vollbeladen zum Messegelände

Gunter und Bernhard schon fleissig daran aufzubauen. Ich versuchte auch noch aber wahrscheinlich bin ich doch nur herum-gestanden.



zurückgekehrt, wo waren den Stand Hand anzulegen etwas im Weg

Nach erfolgreichem Aufbau und ersten Kundenkontakten (Verkäufe?), machten

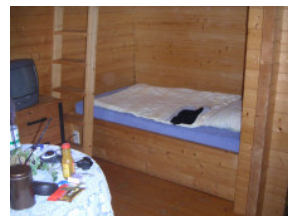
wenigen wir uns gegen

Abend auf den Weg zu meinem Hotel. Von Roth fuhren wir nach Hilpoltstein wo mein Hotel, welches ich über das Internet gebucht hatte, eigentlich sein sollte. Im Zentrum jedoch war nur ein Wegweiser zu meinem Hotel. Der Hilpoltsteiner Hof war im Bezirk Hilpoltstein jedoch 7 km ausserhalb "in the middle of nowhere". Nach anfänglichem Schock, ich hatte als Transportmittel ja nur mein Arbeitsvelo mitgenommen und war daher natürlich etwas in meiner Flexibilität und der Bewegungsfreiheit ohne eigenes Auto eingeschränkt, fühlte ich mich in meinem kleinen Häuschen



sehr wohl und die Wirtsleute und alle anderen Gäste waren extrem nett und hilfsbereit.

Nachdem mein Gepäck, zwei Velos, Tasche, Rucksack, Mineralwasser für die nächsten drei Tage (Weissbier musste ich ja nicht selber mitnehmen, das gibt es ja in Bayern im Überfluss) ausgeladen waren, sind Gunter und Bernhard in Ihre Bleibe auf einen Bauernhof in Eckersmühlen gefahren.



So jetzt war ich alleine in meinem kleinen Häuschen und die Vorbereitungen für den Ernstfall konnten losgehen. Nein, das ist nicht ganz korrekt. Zuerst ging ich ins schöne Gartenrestaurant und habe ein würziges Weissbier genossen. Zurück im Häuslein habe ich die Anweisungen für die drei Stoffbeutel (Wechselzone 1, Wechselzone 2 und Ziel) durchgelesen und alle Utensilien in die



entsprechenden Beutel gepackt . Der Bericht würde ausserdem wenn ich beschreiben würde wie viele Male ich jeden Beutel ein- und ausgepackt habe. Es war ein wirkliches Gedulds- und Nervenspiel. Abschliessend kann ich jedoch informieren, dass mehr oder weniger alles gepasst und am richtigen Ort, das heisst im richtigen Beutel war.

Den Freitag habe ich hauptsächlich an der Triathlonmesse und in Roth selber



verbracht . Wie ich die ca. 20 km vom Hotel nach Roth gekommen bin, ja mit meinem Arbeitsvelo natürlich. Dadurch konnte ich mir die letzten Trainingseinheiten, gemäss Trainingsplan von Frank und Thomy, ersparen.



Dazwischen gab es immer wieder Pasta mit Tomatensauce, obwohl ich, um ganz ehrlich zu sein, viel lieber Nürnbergerbratwürste mit Kraut gegessen hätte. Aber nur keinen Fehler machen in der Endfase, wo man doch die letzten Wochen und Monate so gut trainiert hat und immer wieder auf die schönen



Sachen im Leben verzichtet hatte, oder etwa nicht der blauen Flasche war mein Getränk!!

Am Samstag um ca. 12 Uhr fuhr ich dann mit dem Rennvelo und viel anderem



Gepäck zum Bike Check-In und von dort, da ich ja mein Velo stehen lassen musste, per Autostop zur Wechselzone 2 und weiter nach Roth ins



Zielgelände . Nochmals einige Runden an der Triathlon-Messe, noch die letzten Souvenirs kaufen und dann zurück ins Hotel wo ich ja noch meine Fahrt zum Startgelände, um 5 Uhr morgens, organisieren musste.

Im Hotel angekommen, bin ich direkt in den Speisesaal und habe meine obligatorischen Spaghetti bestellt. Kurz umgeschaut wo andere Leute auch Pasta oder andere kohlenhydratreiche Kost verspeisen, vorgestellt wer ich bin und gefragt ob es eine Mitfahrgelegenheit gibt. Beim ersten anklopfen hatte es schon geklappt.

Das kurze Anklopfen dehnte sich dann noch zu einem längeren Gespräch aus und ein oder zwei Radler waren es auch noch bevor es in die Haja ging. Schnell eingeschlafen (da hat wohl der Schlummerbecher gut geholfen) und schon dröhnte um 4 Uhr der Wecker. Alle Spezialdrinks und Powerbars von Jiska (Geschenk für die Mitfahrgelegenheit von Münchenstein zum Training) eingepackt und auf zum z'Morgebuffet. Ein paar Semmel mit wenig Butter und viel Honig runtergewürgt und mit dem Paar aus Hamburg mit dem Auto zum Startgelände. Wahnsinn diese Leute um 5:30 Uhr (nicht nur Teilnehmer sondern auch Zuschauer)



und diese Superstimmung. Ich war angespannt aber nicht nervös. Habe alles an meinem Startplatz gut vorbereitet und genoss die Atmosphäre und die fätzige Musik inklusive der Schweizerhymne. Um 6:30 dann der Start der Elite und ich musste noch vierzig Minuten warten. Dann ging es endlich los. Die zweitletzte Gruppe wurde aufgerufen und wir begaben uns langsam zum 21 grädigen Wasser und schon fiel der Startschuss. Ich habe meinen Rhythmus recht schnell gefunden und bin ohne auf Grund zu laufen in mässigen 1:19:46 jedoch gut erholt in der Wechselzone 1 angekommen. Ich hörte noch wie meine Startnummer 1465 ausgerufen wurde und schon wurde ich von einer netten, jungen Frau zu meinem Kleiderbeutel begleitet. Ich fühlte mich wie ein Profi. Nein wirklich, die Unterstützung und der Service im Speziellen für Amateure sind grandios. Erstes Teilziel erfüllt dachte ich, wollte unter 1:20 schwimmen. Gut gelaunt bin ich nach 4 Minuten 47 Sekunden auf's Velo gewechselt. Auch hier hatte ich eine persönliche Vorgabe und wollte nach 6 Stunden also mit einem 30er Schnitt die 180 km meistern. Ich konnte mich einfach nicht zurückhalten bei dieser guten Stimmung am Strassenrand und kam daher schon nach 5:30:34 in die Wechselzone 2. Nach 3 Minuten und 43 Sekunden habe ich gut gepflegt den abschliessenden Marathon in Angriff genommen. Schon schnell habe ich einen guten Rhythmus gefunden, jedoch etwas gar schnell dachte ich (5 min/km) und wartete eigentlich nur noch auf den Hammermann oder so etwas ähnliches. Auch beim Wendepunkt nach 21 km war jedoch noch alles im grünen Bereich und es war motivierend auf der Überholspur zu sein. Als ich km 35 passierte, wusste ich, dass nicht mehr viel schief gehen kann und ich genoss die letzten 7 km in vollen Zügen. Startnummer glattstreichen, Mütze und Brille weg, Salzränder aus dem Gesicht wischen und Haare noch etwas zurecht machen, das waren meine letzten Vorbereitungen 500 m vor der Finishing-Line. Wirklich unbeschreiblich dieses Gefühl auf dem blauen Teppich ins Stadion



einzu laufen , vom Speaker ausgerufen zu werden und der Beifall der vielen Zuschauer geht durch Mark und Bein. Nach 10:34:13 bin ich glücklich und



stolz im Ziel angekommen. Kurz nach dem Ziel gab es die lang ersehnten Nürnberger-Bratwürste mit Sauerkraut und das Eine und das Andere Weissbier. Es wird sicher nicht mein letzter Wettkampf in Roth gewesen sein.

Zum Schluss möchte ich mich bei Tria Basilea und vor allem bei den sportlichen Leitern recht herzlich bedanken. Ich konnte von ihrem Wissen und von ihrer Erfahrung sehr viel profitieren was wesentlich zu meiner guten Leistung beigetragen hat. Zusätzlich möchte ich mich für die vielen Glückwünsche bedanken welche ich nach meiner Rückkehr erhalten hatte. Sie freuten mich besonders und haben mich für weitere Taten motiviert.

Franco Oetterli