

## **Christian Schwald**

### **So nach ein paar Tagen Erholung und Ruhe meine kleine Geschichte zum Austria Extrem Triathlon 2022:**

Start war wie immer um Punkt 04:30 Uhr.

Wassertemperatur der Mur war bei sehr warmen 18 bis 19 Grad und Strömung war fast keine. Alles sehr ungewöhnlich für die sonst eher kalte und schnell fließende Mur.

Beim Start war dieses Jahr nicht soviel Aufregung dabei wie letztes Jahr aber wenn man weiß was auf einen zukommt ist man gleich viel Entspannter.

Was nicht heißen soll das die Stimmung in der Früh auf den Auwiesen nicht weniger Spannungsgeladen und Atemberaubend ist.

Nach 1 Stunde 20 Minuten war es dann soweit ein paar Minuten schneller als letztes Jahr ging es dann aufs Rad.

Plan fürs Radfahren war von Anfang an Gas geben was sehr gut funktioniert hat und das Gaberl war schnell bezwungen auf dem Weg zum Lachtal hat der Gegenwind mir dann sehr viel Kraft gekostet. Als ich dann später aber den Kammersberg raufgefahren bin hab ich dann wieder Kraft gefunden. Jetzt war nur noch ein Berg im Weg der Sölkpass. Eine harte Partie auch weil das hohe Tempo seine Tribut eingefordert hat. Aber in der Abfahrt vom Sölkpass konnte ich mich wieder gut erholen und ich Freude mich aufs Laufen. Insgesamt war ich nach dem Radfahren 1 Stunde schneller wie letztes Jahr.

Der Beginn vom Laufen war erstaunlich Locker und ich konnte gut mein Tempo laufen. Was auch bis Kilometer 27 sich nicht verändert sollte. Ab dem Zeitpunkt wo mein Betreuer und Lehrmeister Thomas Schwald dabei war sank meine Leistung fast ins Bodenlose was nach dem allgemein schnellen Tempo beim Radfahren und Laufen bis zur Silberkarklamm natürlich irgendwann passieren musste.

Ohne Thomas hätte ich die letzten 17 Kilometer nicht in ca. 3 Stunden erledigt sondern viel langsamer und unsere Zielzeit und Platzierung am Ende wäre nie so ausgefallen.

Nach dem Laufen waren wir wieder ca. 1 Stunde schneller wie letztes Jahr.

Gesamtzeit: 15 Stunden 04 Minuten

Gesamtplatz: 6 (einfach Unglaublich)

Platzierung Männer: 5

Wir sind als 3 Bester Österreicher ins Ziel gekommen!!!!

Auch wenn ich hier meine Zielzeit und Platzierung niederschreibe ist das Finishen oder Teilnehmen bei diesem Event schon etwas auf das man Stolz sein kann egal wie lang man für die ganze Strecke braucht.

### **Zeit und Platzierung sind in meinen Augen bei diesem Event eher zweitrangig!**

Zum Abschluss will ich einfach nur danke sagen an Thomas Schwald für seine exzellente Betreuung den ganzen Tag und seine Motivation die letzten Kilometer. ( Wir sind bei Tageslicht ins Ziel gekommen und sind Top Zehn Insgesamt. Alter wie geil!!!)

Ein großes Dankeschön an Maria Schwarz und Hugo Schwarz sowie das ganze Team für ein wieder geniales und Top Organisiertes Event.

An alle Finisher des Austria Extrem Triathlon 2022 ich ziehe meinen Hut ihr könnt euch alle als Sieger sehen. Und alle diejenigen die es versucht haben zu Finishen es aber leider nicht gereicht hat. Ihr könnt trotzdem mächtig Stolz sein das ihr es probiert habt. Nächstes Jahr ist wieder eine Chance.

Von meiner Seite bleibt jetzt nur noch eine Sachen zu sagen.

2 versuche 2 mal das Ziel gesehen.  
Alle Guten Dinge sind 3 oder??? 😊