

## Martin Fleischhauer und Moni Behrens beim Austria eXtreme Triathlon 2021

Da hat sich das monatelange, harte, disziplinierte und gleichzeitig doch familienfreundliche Training (morgens um 5 auf der Rolle im Keller) doch gelohnt! Wir hatten einen wunderbaren, aufregenden und erfolgreichen Tag in Österreich; und das für mich sogar ohne einmal auf dem Rad zu sitzen! Auch für Martin, den Athleten, ist die Rechnung aufgegangen, die er seit seinem Debut 2018 mit dem Austria eXtreme Triathlon noch offen hatte: Er wurde (fast) 10ter!

Aber von vorne: Endlich mal wieder ein Wettkampf, der stattfinden kann.

Der lange Tag beginnt um 2.00 Uhr in der Nacht. Start ist in der Mur bei Graz bereits um 4.30 Uhr. Geschwommen werden 2 km flussabwärts und 1,8 km flussaufwärts. Für mich als Supporterin bleibt nicht viel Zeit für ein gemütliches Frühstück am Lagerfeuer. Martin kommt bereits nach 55 Minuten aus dem Wasser und gewinnt zum ersten Mal ein Schwimmen; mit großem Abstand.



Lag's an den, trotz Corona, guten Trainingsbedingungen im vereinseigenen Bad? Auf jeden Fall ist das schon mal ein überraschend freudiger Beginn. Also schnell alle Sachen zusammenpacken und hinterher. Meine Nervosität ist groß. Ich muss den Job als Supporterin dieses Mal alleine bewältigen.

Es folgen für Martin 186 Kilometer auf dem Rad mit fast 4000 Höhenmetern von Graz bis zur Sölkalsperre, über das Gaberl (1551m ü NN) und den Sölkpass (1790m ü NN). Das Konzept des Wettkampfs sieht vor, dass es auf der Strecke keinerlei offizielle Verpflegung gibt. Jeder Athlet wird von seinem persönlichen Supporter begleitet. Es wird dadurch letztlich zum Teamwettbewerb. Für mich bedeutet das, mit dem Auto den gleichen Kurs zu fahren. Dabei heißt es, richtig zu navigieren und immer rechtzeitig mit der gewünschten Verpflegung an der passenden Stelle zu stehen. Wenn man dem ersten Schwimmer folgt, entfällt dabei zunächst auch noch die Möglichkeit, anderen Supporter-Autos hinterher zu fahren. Ich habe eine Ahnung, wer zu dieser Zeit (und auch im weiteren Verlauf des Tages) mehr Adrenalin im Blut hat, denn Martin verarbeitet seines in den Pedalen.

Gut, dass wir vorab vereinbart haben, wo ich stehen werde und was es dort geben soll. So sehen wir uns ca. alle zwei Stunden bzw. vor langen Anstiegen bei einem kurzen Stopp, und die Versorgung klappt wie geplant. Zwischendurch überhole ich Martin immer wieder und sehe, dass er super unterwegs ist. Die schöne Landschaft fliegt vorbei; es bleibt wenig Zeit, sie zu genießen.



Früher als gedacht kommt Martin bereits nach etwas mehr als 7 Stunden als 7. in die zweite Wechselzone. Später erfahre ich von den Herausforderungen u.a. des Sölkpasses mit 13 % Steigung über eine Strecke von 5 Kilometern. Erstaunlich, dass man so was überwiegend im Keller offensichtlich sehr gut trainieren kann.



Der Tag Ende Juni ist für den Wettkampf untypisch heiß und zum ersten Mal trocken. Das Laufen wird schweißtreibend. Es sind 44 Laufkilometer mit fast 1900 Höhenmetern zu bewältigen. Mit den Radkilometern und den knackigen Passstraßen in den Beinen wird es schon etwas beschwerlicher. Dank GPS-Tracking ist es für die Supporter (und die Daheimgebliebenen) einfach, einen Überblick über das Teilnehmerfeld zu

behalten, wo es hier nicht mehr möglich ist, auf gleicher Strecke mit dem Auto unterwegs zu sein. Es gibt ein paar im „Stroßnbuach“ ausgewiesene Stellen, die zur Verpflegung auf der Laufstrecke extra angefahren werden müssen.

Ab der Silberkarklamm bei Kilometer 28 ist der Supporter verpflichtet, den Athleten zu begleiten. Die obligatorische Ausrüstung für beide wird vorher am Check-Point geprüft: Ein Trinkrucksack mit mindestens einem Liter Flüssigkeit, zwei Riegel, eine warme Jacke, Rettungsdecke, Stirnlampe und Handy mit eingespeicherter Notfallnummer.

So ausgestattet erwarte ich Martin in der Hoffnung, bei seinem Tempo mithalten zu können. Nach einem langen, aufregenden Tag im Auto komme endlich auch ich in Bewegung. Die Laufstrecke hat es ebenso in sich, so dass meine Sorge unbegründet ist. Im zunächst wellig ansteigenden Gelände nähern wir uns stetig dem Höhepunkt des Tages: dem Dachstein. Nachdem wir 2018 bei Kälte, Regen und Dunkelheit aufgestiegen waren, hatte auch ich noch einen Wunsch offen, der mir diesmal erfüllt wird: die Dachstein-Runde bei Tageslicht und somit mit Aussicht zu erleben.

Wir eilen vorbei an unserem Übernachtungshotel Sporthof Austria. Dessen außergewöhnlich freundliche Inhaber lernten wir beim letzten Mal kennen, als sie bei einer Krise auf der Strecke spontan halfen, wärmere Klamotten zu organisieren und mit einer Suppe Martins letzte Kräfte weckten, wodurch sie seine Zielankunft retteten. Diesmal verschaffen sie den vorbeilaufenden Athleten eine Abkühlung mittels Gartenschlauch. Was für ein Unterschied!



Und so wird unser Tag gekrönt von einer alpinen Speed-Hiking-Bergtour zum höchsten Punkt des Wettkampfs, der Dachsteinsüdwandhütte auf 1910 m ü NN, begleitet von meinem Erstaunen darüber, wie man hier als Athlet noch so viel Power in den Beinen haben kann. Ich genieße den grandiosen Rundum-Weitblick und kann Martin nur schwer dazu bringen, ebenso Augen dafür zu haben. Es ist hart, und er will es nur noch zu Ende bringen.



Auf den letzten 1,5 Kilometern bis zum Ziel an der Talstation der Dachsteinbahn müssen mit müden Beinen noch zwei Schneefelder überquert werden. Uns erreichen Nachrichten von zuhause, dass Martin der 10 Platz sicher ist.

Nach knapp 15 Stunden, um 19.29 Uhr, werden wir mit herzlichem Kuhglockengeläut und bei Sonnenschein im Ziel empfangen. Erleichterung und Freude sind groß.

Bei der Siegerehrung am nächsten Tag erfahren wir, dass es einen Athleten ohne GPS-Sender unter den ersten 10 gab und Martin offiziell 11ter ist. Bester Deutscher ist er dennoch und die Rechnung mit dem Austria eXtreme Triathlon ist erfolgreich beglichen!

*Moni Behrens*

