

Von Graz bis zum Dachstein | Am Samstag startet einer der härtesten Triathlons der Welt

Der Austria Extreme Triathlon ist eines der härtesten Rennen der Welt. Vom Grazer Süden geht es am Samstag bis in die Ramsau.

Von **Daniel Jerovsek** | 05.50 Uhr, 19. Juni 2019

Triathleten sind es gewöhnt, sich alleine zu „quälen“. Egal ob im Wasser, auf dem Rad oder auf der Laufstrecke – abgesehen von den Anfeuerungsrufen der Zuschauer sind die Sportler zumeist auf sich alleine gestellt. Beim **Austria Extreme Triathlon**, der am Samstag in Szene geht, ist dies aber anders, wie Organisatorin **Maria Schwarz** erklärt: „Weil ein registrierter Betreuer dabei sein muss. Er hilft dem Athleten mit den Wechselzonen und die letzten 17 Kilometer müssen die beiden gemeinsam absolvieren. Nur wenn der Athlet mit seinem Betreuer die Ziellinie überquert, zählt sein Ergebnis.“ Bereits um 4.30 Uhr geht es für die rund 125 Athleten beim Bootshaus in der Murfelder Straße ins Wasser – es warten 3,8 Kilometer in der Mur. Schwarz: „Jeder, der von draußen schon einmal in die Mur geschaut hat, weiß, dass das kein Kindergeburtstag ist.“



Das Ziel des Austria Extreme Triathlon ist der Dachstein © Austria eXtreme Triathlon

Sind die Teilnehmer mit dem Schwimmteil fertig, geht es auf das Rad. Und in die Höhe. „Die Höhenmeter sind sicher das Schwierigste“, verrät Schwarz. „Insgesamt haben wir 5800 Höhenmeter auf der Strecke.“ Genau das macht diesen Triathlon zu einem der härtesten der Welt. Dass die Radstrecke statt der üblichen 180 Kilometer sechs Kilometer länger ist, sei nur nebenbei erwähnt. Auch die Laufstrecke ist 44 statt „nur“ 42,195 Kilometer lang.

AUSTRIA EXTREME TRIATHLON

Wann: Samstag, 22. Juni 2019, Start in den Murauen (4.30 Uhr), Ziel in Ramsau am Dachstein.

Was: 3,8 Kilometer Flussschwimmen, 186 Kilometer Radfahren, 44 Kilometer Laufen – in Summe 5800 Höhenmeter.

Weitere Informationen unter: www.autxtri.com (<https://www.autxtri.com/>).

Bei der bereits fünften Auflage des Extreme Triathlons sind keine Sieger aus den Vorjahren (bei den Herren siegte der Haselbacher **Christoph Schlagbauer** in 12:47 Stunden) dabei. Schwarz: „Darum ist es auch schwierig, einen Favoriten zu nennen. Außerdem ist die Strecke so selektiv, da kann immer etwas passieren. Alleine die letzten eineinhalb Kilometer bis zur Talstation der Ramsau sind hart zu absolvieren. Da geht es auch über zwei Schneefelder.“ Und diese warten heuer mit mehr Schnee als üblich auf. Für den Mann der Organisatorin, **Hugo Schwarz**, kommt es übrigens zu einer Premiere. Er wird erstmals selbst am Rennen teilnehmen, einige Jahre nachdem er mit einem Freund die Idee geboren hatte, diesen Triathlon zu veranstalten. „Das war damals eher als Gaudi gedacht“, sagt Maria Schwarz. „Da hätten maximal fünf Personen mitmachen sollen“, sagt die Organisatorin lachend.

Am Samstag sind es nun aber eben 125 Teilnehmer. Und diese nehmen eine weite Reise auf sich: so etwa sogar aus Südafrika oder China.