



Triathlon / Ironman Klagenfurt

Bereits zum fünften Mal ging es für Markus Steinhüser (Jhg. 1967) vom WSV Bad Tölz zum Ironman nach Klagenfurt. "Der Wörthersee hatte zwar eine sehr angenehme Temperatur von 23,4 Grad, aber bereits zum Start um 6:50 Uhr wurde es durch den Wind doch sehr wellig", so Steinhüser.

"Einzigartig ist aber die Stimmung an der Schwimmstrecke, die man auf den letzten 1000 m im ca. 8 m breiten Lendkanal bestreitet".

Steinhüser benötigte für die 3,8 km lange Schwimmstrecke 55 Minuten, was die 38. schnellste Schwimmzeit von allen 3000 Teilnehmern bedeutete.

"Auf dem Rad war es dann weiterhin relativ windig und aufgrund des ein oder anderen Regenschauers eher kühl", so der Athlet. "Nachdem ich in der Vorbereitung nur 1500 Radkilometer geschafft hatte, war der Tank nach dem Radeln (180 km / 5:49,48 Std.) ziemlich leer und das hab ich leider beim Laufen gemerkt. Bei Kilometer 17 kam der Mann mit dem Hammer in Form von Krämpfen und ich musste das Lauftempo deutlich reduzieren. Auf dem Rückweg aus der Innenstadt von Klagenfurt kam auf den letzten 5 km wieder die Sonne raus und ich konnte den Zieleinlauf (42,2 km / 4:48,47 Std.) mit hunderten von Zuschauern doch sehr genießen", so der Sportler.

Steinhüser finishte in einer Gesamtzeit von 11:45,08 Std, was Platz 122 in der AK 50 bedeutete.