

Agenda 2006



Liebe Tri-Finisher!



Klein aber fein ist die diesjährige Ausgabe der Agenda. Der Vorstand hat diesmal darauf verzichtet den Mitgliedern hinterher zu jagen, um ihnen spannende Erlebnisberichte aus ihrer sportlichen Betätigung abzutrotzen.

Dank der fleißigen Hilfe von Ecki und Hans konnten Texte und Bilder rasch kombiniert werden.

Herzlichen Dank auch allen schreibenden Aktiven, die sich so vorbildlich an die Vorgaben zum Umfang der Artikel gehalten haben.

Da der zeitliche Umfang für die Herstellung nun in einem vernünftigen Verhältnis zur Auflage steht, konnte ich mich an ein neues Layout und ein neues Programm zum Gestaltung wagen.

Die Veröffentlichung erfolgt auch als PDF-Dokument und kann auf unserer Homepage heruntergeladen werden. Interessierte können auch eine CD erhalten.

Ich wünsche Euch viel Spaß beim Lesen und eine erfolgreiche Triathlon-Saison 2007!

Euer Detlef Peuleke

Impressum:
Agenda 2006 Jahresheft des Vereins Tri-Finisher Berlin e.V.
Herausgeber Tri-Finisher Berlin, Eckhard Friedreich, Vorsitzender
Zimmerstr. 16, 12207 Berlin, Telefon: 713 89 086
Redaktion Detlef Peuleke, Hans Leuschner
Layout Detlef Peuleke
Auflage 100

Siegfried Schmidt beim
Spreewald-Duathlon ▶



Inhalt

3	Ecki's Corner	Eckhard Friedreich
6	Die Tri-Finisher des Jahres	Hans Leuschner
7	Ehrungen	Hans Leuschner
8	Ironman Lanzarote	Sven Kunath
10	Mallorca, das ewige Trainingslager	David Ostendorf
12	Ironman Germany Frankfurt	Sven Kunath
14	Regenschlacht von Kulbach	Siegfried Schmidt
16	Einladung Jahreshauptversammlung	
16	Trainingslager Kienbaum - Programm	
16	Was will ich damit sagen?	Siegfried Schmidt
17	DM Ärzte und Apotheker in Regensburg	Barbara Burkert
18	Hawaii	Sven Kunath
19	Vereinsinformation	Detlef Peuleke
20	Ab heute ist Doping frei	Jürgen Schmieder

Beilage: Wettkämpfe 2007

Eckhard Friedreich

Ecki's Corner

Das komische am Leben ist: Wenn man darauf besteht, nur das Beste zu bekommen, dann bekommt man es häufig auch!"

(W. Somerset Maugham)

► ► *Ecki zeigt sich wieder als austrainierter Senior beim Spreewald-Tri.*



Die Saison ist vorbei. Egal, ob die sportlichen Höhepunkte in den weltweiten Ironman-Veranstaltungen, den Deutschen- bzw. Berliner Meisterschaften oder Wettkämpfen in Brandenburg lagen, die Tri-Finisher waren dabei. Dazu etwas Statistik: 29 Tri-Finisher haben an 35 Wettkämpfen teilgenommen und dabei 112 mal die Ziellinie passiert.

Man kann viel, wenn man sich nur recht viel zutraut. Entsprechend diesem Motto des Wilhelm von Humboldt hat sich Jacqueline Trecka akribisch auf ihre erste Langdistanz vorbereitet und wurde im österreichischen Klagenfurt zur Ironlady gekürt. Hurra!

In diese Rubrik kommen auch unsere Ironmen-Wiederholungstätter:

Lanzarote ► Sven Kunath-9:34:03; Markus Genz-11:47:44; Eckhard Friedreich-12:58:22;
Frankfurt ► Sven Kunath-9:11; Ingo Müller-11:13:58;
Klagenfurt ► Uwe Trecka -10:08:22; Dennis Walpuski-12:15:37;
Zürich ► Siegfried Schmidt-11:49:34

Glückwunsch den Eisernen.

An dieser Stelle sei die bravouröse Leistung von Sven Kunath auf Lanzarote hervorgehoben. Nach seinem Schwimmsplit mit nur 59:26 bügelte er auf dem Rad die 2800 Höhenmeter bei brutalem Gegenwind in 5:18 nieder (gleiche Zeit wie Radprofi Jörg Aldag) und lief den anschließenden Marathon in 3:10:39. Mit diesen 9:34:03 platzierte er sich als 2. Amateur, 14. der Gesamtwertung und 1. seiner Altersklasse. Dies wiederum bedeutete seine Dritte „Road to Kona“. Bei seiner Ankunft auf Hawaii bebte sogar die Erde. Beim Ironman passierte er dann in 9:40:06 die Ziellinie auf dem Alii drive. Chapeau, Chapeau. Nach den diesjährigen 3 Ironmen (Lanzarote, Frankfurt und Hawaii), waren die weiteren 2 Wochen relaxen und sightseeing mit Familie auf Hawaii wohlverdient.

Als „Tri-Finisher des Jahres 2006“ sind zu beglückwünschen:

► *Michaela Wageneder*, die sich sehr erfolgreich auf die Mitteldistanzen konzentrierte und für den Erfolg beim Müritz-Triathlon über eine stattliche Siebprämie freuen durfte.

► *Barbara Burkert*, die sich über beachtliche Erfolge in den Sprint- und Olympischen-Distanzen freuen durfte, hat erstmalig die Mitteldistanz bravourös bewältigt.

► *Lars Köhler*, der sich mit seiner Leistungskonstanz ausgezeichnet. Bei den Duathlon- und Triathlon-Veranstaltungen in Berlin und Umgebung konnte er sich immer platzieren.



◀ Siegfried Schmidt beim Duathlon im Spreewald



◀ Sven Kunath in Frankfurt



◀ Patrick Walpuski beim Sprint im Spreewald



◀ Ecki gratuliert Mia

▶ *Siegfried Schmidt*, der viele Titel in seiner Altersklasse erkämpfte. Besonders hervorzuheben sind der 4. Platz bei der Deutschen Meisterschaft über die Olympische Distanz in Peine, der 3. Platz bei der Deutschen Meisterschaft über die Mitteldistanz in Mönchshof und der 2. Platz beim Ironman in Zürich.

▶ *Patrick Walpuski*: In der neuen Juniorenklasse A konnte er sich mit Zieleinläufen im ersten Drittel gut behaupten. Leider schlug der Reifenteufel das eine oder andere Mal zu. Das ist bei den Sprintdistanzen besonders fatal für die Platzierung.

Der sportliche Teamgeist wurde beim Team-Triathlon, Mannschafts-Halbmarathon, der SCC- und Ruderclub-Staffel gepflegt. Zum entspannten Vereinsleben trugen der Picknick-Triathlon an der „Krumme Lanke“ und die diensttäglichen Picknicks nach dem Training am „Schlachtensee“ bei.

Eine Hiobsbotschaft traf uns unerwartet und stürzte den Berliner Süden in Schwimmprobleme. Unser „Vereinsbad-Fincke“ wurde nach den Ferien wegen Baufähigkeit für ca. 2 Jahre geschlossen. Da die Halle denkmalgeschützt ist, stehen die Chancen gut, dass die mindestens 8 Millionen aus EU- und Bundes-Mitteln aufgebracht werden. Nach einiger Aufregung rückten die anderen Vereine zusammen, so dass wir mit der Schwimmhalle Schöneberg und dem Ankogelbad ein adäquates Schwimmtraining durchführen können.

Apropos! Seit dem 1. Dezember soll die Schwimmhalle in Kienbaum, nach fast einjähriger Bauzeit, fertig gestellt werden. Die Tri-Finisher haben auch schon ein Blockwochenende vom 2. bis 4. Februar (siehe Vorankündigungen) gebucht. An dieser Stelle sei unseren Trainern *Swantje Friedrich, David Ostendorf und Thomas Plagens* für die organisierten und geleiteten Trainingswochenenden recht herzlich gedankt.

Die größte Herausforderung des Jahres war zweifelsohne die Organisation der Berliner Meisterschaft über die Mitteldistanz, dem „Berlinman“, in Kooperation mit den Machern der „Weltraumjogger“. Das engagierte „Tri-Finisher-Team“ hat mit 85 Helfern aus ganz Berlin die kritischsten Stellen entschärft, den Rundkurs verkehrsfrei und unfallfrei gehalten und so für den reibungslosen Ablauf des Rennens auf der Radstrecke gesorgt. Obwohl der Wettkampf erst im September stattfand, war uns Petrus gnädig und es wurde wieder eine gelungene Meisterschaft. An dieser Stelle möchte ich den Lob und Dank etlicher Teilnehmer an das Organisationsteam *David Ostendorf, Klaus Schottke, Thomas Plagens, Detlef Peuleke und David Masur* weiterleiten.



▲ Florian Pahl mit Schwester Felicia



▲ Luise Mielisch



▲ Sophie Cossmann

Der Vorstand heißt *Henry Petzold, Matthias Baumann und Enrico Schulz* als neue Mitglieder herzlich willkommen. Solltest du als ein Noch-Nicht-Mitglied beim Lesen der anschließenden Berichte neugierig auf die Tri-Finisher geworden sein, kannst du dich bei unserer Geschäftsführerin *Manuela Schwirblat* melden –siehe Vereinsinformation– oder/und über die Homepage das Forum nutzen. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 100 Euro im Jahr. Im Eintrittsjahr wird der Beitrag geviertelt und die Berechnung erfolgt für das dem Eintritt folgende Quartal.

In diesem Sinne wünscht der Vorstand den Tri-Finishern ein schönes Weihnachtsfest und ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Jahr 2007.

Wende Dein
Gesicht immer
der Sonne zu,
dann fallen die
Schatten hinter
Dich.



▲ Jacqueline und Uwe Trecka



◀ Thomas Stell und Katharina



◀ Thomas Plagens und Sabine

Tri-Finisher 2006

Der Endstand nach 43 Wettkämpfen.

Ergebnisse

TM 16-18

Name	Punkte	WK	Quote (%)
Patrick Walpuski	178	-/-/4	89

TM 19-45

Name	Punkte	WK	Quote (%)
Lars Köhler	1241	-/-/11/3	96
Uwe Trecka	919	1/3/1/-	84
Markus Genz	481	1/1/-/-	80
Dennis Walpuski	481	1/1/-/2	69
Steffen Lask	363	-/2/-/-	95
Ingo Müller	283	1/-/-/-	71
Thomas Stell	149	-/1/-/-	75
Thomas Glienecke	146	-/1/-/-	73
Ingo Sdorra	106	-/1/-/-	53
Dirk Remuss	97	-/-/1/-	97
Kai Mielisch	35	-/-/1	70

TM 50-65

Name	Punkte	WK	Quote (%)
Siegfried Schmidt	1484	1/4/4/1	87
Ecki Friedreich	1155	1/2/3/3	88
Klaus Käding	808	-/-/11/1	70
Lutz Marlinghaus	543	-/1/5/-	78
Sidi El Bouamraoui	258	-/-/3/-	86
Karsten Burkert	148	-/-/1/4	74
Hans Leuschner	98	-/-/1/2	98

TW 19-35

Name	Punkte	WK	Quote (%)
Michaela Wageneder	451	-/2/-/1	95
Jacqueline Trecka	296	1/-/1/2	49
Swantje Friedrich	248	-/1/1/-	99
Katharina Kemps	230	-/1/-/1	84
Tabata Wanjura	194	-/-/2/1	78
Anja Neumann	91	-/-/1/2	91

TW 40

Name	Punkte	WK	Quote (%)
Barbara Burkert	521	-/1/1/3	91
Sabine Getschmann	227	-/-/1/4	90
Manuela Schwirblat	134	-/1/-/-	89
Mira Wossidlo	38	-/-/1	76

Die Anzahl der Wettkämpfe der Athleten über die verschiedenen Distanzen in der Reihenfolge Ironman / Mittel / Kurz / Sprint. Der Erste erhält 400 / 200 / 100 / 50 Punkte. Je nach zeitlichem Rückstand zum Ersten vermindern sich die Punkte. Die Prozentangabe ist die Erfolgsquote (Siegerzeit = 100%).

Es haben damit 29 Tri-Finisher 112 mal gefinisht.



Jacqueline im Ziel in Klagenfurt - eine echte Iron-Woman ▶▶

Michaela Wageneder

4. Frau beim Spreewald-Duathlon	4:33:19
3. Frau beim Spreewald-Triathlon	4:50:25
3. Frau beim Müritz-Triathlon	4:34:27
5. Schliersee-Alpentriathlon	2:57:40

Barbara Burkert

1. in ihrer AK Müritz-Duathlon	1:49:22
3. Frau beim Cottbus-Sprint	1:19:34
5. Frau beim Spreewald-Tri	2:43:23
2. Frau beim Rathenow-Sprint	1:19:14
3. Frau ihrer AK DM(Ärzte+Apotheker)	2:40:03
4. Frau ihrer AK BerlinMan	5:29:13

Lars Köhler

3. beim Spreewald-Sprint-Duathlon	0:57:14
1. beim Bornsdorf-Triathlon	2:14:19
3. beim Spreewald-Kurz-Triathlon	2:08:45
3. beim Neuruppin-Triathlon	2:03:02
2. beim Schlaubetal-Triathlon	2:02:52
1. beim Helensee-Triathlon	2:00:49

Siegfried Schmidt

1. in M50+ bei der BM im Duathlon/Prenzlau	1:58:51
1. in M60 beim Spreewald-Duathlon	4:30:11
2. in M60 beim Spreewald-Triathlon	2:41:53
4. in M60 bei der DM in Peine	2:30:00
2. in M60 beim Ironman in Zürich	11:49:34
1. in M60 beim Müritz-Triathlon	4:50:35
1. in M60 beim Lausitzer-Triathlon	2:37:03
1. in M60 beim Kallinchen-Triathlon	2:29:13
1. in M60 bei der BM (Berlinman)	5:02:34
3. in M60 bei der DM (Mönchshof-Triathlon)	5:39:14

Patrick Walpuski (Junioren A)

5. beim Borkheide-Triathlon	0:53:30
36. beim Spreewald-Triathlon	1:14:19
42. beim Krumme-Lanke-Triathlon	1:15:36
42. beim Rathenow-Triathlon	1:21:47



▲▲ Mia beim Schliesee-Alpentriathlon

Ehrungen

Siegfried Schmidt im Land der Eidgenossen - Ironman Switzerland ▼▼





◀ Noch ist den Iron-Recken Ecki, Sven und Markus das Lachen nicht vergangen

Sven Kunath

Ironman Lanzarote

Triumph auf der Lavainsel

Glühende Sonne, böiger Wind, viele Höhenmeter und rauer Asphalt. Das sind die Zutaten für die wohl schwierigste Radstrecke bei einem Ironman-Rennen. Meiner Stärke bei langen schwierigen Radkursen bewusst, hatte ich schon lange mit einem Start bei diesem brutalen Wettkampf geliebäugelt. Nach bestandenerm Examen und vor meiner jetzt beginnenden harten Zeit als Assistenzarzt ging es auf die nördlichste der kanarischen Inseln. Bereits am Flughafen wurde man von einer steifen Brise in Empfang genommen. Ich absolvierte zur Gewöhnung an die Bedingungen noch kleinere Trainingseinheiten in der Mittagsglut. Beim Blick auf den Tacho wurde mir Angst und Bange. Entweder musste ich bergauf mit Gegenwind aufpassen um nicht mit dem Rad umzukippen oder bergab mit über 60 Sachen krampfend in den Lenker greifen, um nicht von einer Windböe neben die Straße ins Lavageröll befördert zu werden. Dafür war's beim Laufen trotz sengender Sonne angenehm frisch und ich lief locker knappen 4er Schnitt.

Ordentliche Prügel

Am 20. Mai 2006 sollte es soweit sein. Nachdem der Wind zwei Tage vor dem Start noch mal kräftig zugelegt, hatte ich gehörigen Respekt vor der Radstrecke einmal um die ganze Insel mit 2.600 Höhenmetern. Der Schwimmstart für die 3,8 km erfolgte vom Land aus und nach 100 m Anlauf stürzte ich mich mit der Masse von 1000 Leuten in den Atlantik. Hier bekam ich erst mal ordentlich Prügel. Ich wollte nur noch über Wasser bleiben und nicht so viel Salzwasser schlucken. Ich dachte, ich würde nicht vorwärts kommen, denn ich brachte keine ordentlichen Schwimmzüge zustande. Überrascht war ich beim Landgang nach halber Strecke, als ich auf meiner Stoppuhr etwas mit 29 Minuten sah. Offensichtlich bin ich in der Masse mitgetrieben worden. Nachdem die zweite Runde dann geordneter Ablief, schaffte ich das Schwimmen als 175. in 59:26 min.



◀ Sven auf der Laufstrecke von Lanzarote

Profis schnappen

Auf dem Rad begann ich mich dann kontrolliert auszutoben. Ich brachte ordentlich Druck auf die Pedale und konnte besonders an den Anstiegen viele Plätze gut machen. Auf besonders holprigen Abschnitten dachte ich mein Rad würde unter mir auseinanderbrechen. Zwischen km 100 und 160 war ich ziemlich allein unterwegs bis ich mir kurz vor dem Wechsel zum Lauf noch paar Profis schnappte. Als 17. bin ich mit der 10. Radzeit von 5:18 auf die Marathonstrecke gegangen.

Bis die Blase platzt

Dummerweise hatte ich meinen Proviant zu früh aufgefuttert und unterwegs nichts Essbares zu greifen bekommen, so dass ich mich nicht wie gewohnt am Ende der Radstrecke verpflegen konnte. Das musste ich dann auf den ersten Laufkilometern bei bewusst lockerem Schritt nachholen. Ich einigte mich danach mit meinen Beinen auf ein züiges Tempo ohne zu überziehen. Nach 1:32 h war dann Laufhalbzzeit und es ging mir noch sehr gut. Ich begann jetzt viel Cola dazu noch paar Gels in mich hinein zu schlürfen. Die Krämpfe, die sich ab km 36 in meinen Adduktoren ankündigten, konnte ich mit sanftem Dehnen und jetzt wieder Isotonischem Getränk unterdrücken. Das viele Wasser, was ich zur Kühlung über mich goss, führte an meinem rechten Ballen zu einer riesigen Blase. Als die bei km 40 platzte, war ich wieder 2 cm kleiner und lief vom Gefühl auf dem Knochen. So kurz vor Ziel war das zwar schmerzhaft aber auch egal.

Hawaii

Nach 9:34 kam ich freudestrahlend an den jubelnden Zuschauern vorbei als insgesamt 14. ins Ziel. Meine Altersklasse (25-29) konnte ich damit klar gewinnen. Damit qualifizierte ich mich für den Ironman Hawaii in diesem Jahr.

▼ Wieder eine Quali für Hawaii



Mallorca, das ewige Traininglager

David Ostendorf



▲ ▲ Es sieht aus wie Orangensaft

Zum 9. Mal war ich dieses Jahr auf Malle, diesmal im Alcudia Park Hotel. Mit Max Hürzeler, dem Apotheker der Insel. Über Unterkunft und Ambiente braucht man da nicht sprechen, alles super. Sogar das Hallenbad hat abgetrennte Bahnen mit Tafeln für Langsam-Schwimmer und Schnell-Schwimmer. Bei den Gruppen-Fahrten kam es wie immer am Schluss zu dem bekannten Pony-Effekt, das Tempo hochhalten auf den letzten Kilometern. Auch Island-Ponys kennen den Weg nach Hause und werden dabei schneller. Also auch wie immer.

Lippenstift und Bürste

Der Vorteil von Gruppen-Fahrten ist die gute Aussicht, auf 11 bis 28 oder gar 13 bis 32.

Wenn Frauen dabei sind sogar auf Weiteres. Nicht das was ihr denkt, sondern viel Gepäck in den Trikot-Taschen. So gehören nicht nur Brötchen und Orangen sondern auch Lippenstift und Bürste hinein.

In diesem Jahr war Anfang März das Wetter noch durchwachsen. Eben noch eine gehörige Dusche a' la Wasserkuppe (die damals dabei Gewesenen werden sich erinnern, Hagel auf der Abfahrt gibt's auch nicht immer) und dann wieder die Demo-Version von Sonne, nur für 10 Minuten haltbar. Leider kann man hier nicht neu lösen.

Ein Fall für den Schrauber

Nun zur Technik, hier bei den Nur-Radfahrern gibt es nicht so große Unterschiede bei den Rädern, auch weil viele sich ihr Rad ausgeliehen haben. Mein Rad hatte noch unser hoch geschätzter und verehrter Hans durchgesehen aber auch diese Ikone der Schrauber-Zunft konnte nicht verhindern, dass bei mir die Schaltung versagte. Bei 21 möglichen nur 3 wirkliche Gänge zur Wahl zu haben, ist schwer und tut weh, dem Gehör (die Kette läuft zu quer) und den Muskeln. Die Tricks der Werkstatt-Willis helfen jetzt weiter, aber nach weiteren 2 Tagen musste doch ein neuer Schalthebel her. Nun war ich wieder gut gerüstet für die Gruppen.

Und noch ne Gruppe

So kann ich noch von einigen netten Vorkommnissen in den Gruppen berichten:

In der ersten Woche bin ich mit Silberfuchs in der Gruppe gefahren und auch dabei war Friedel, unsere 60 jährige Duathlon- und Triathlon-Weltmeisterin. Da Sie sich nie an die Vorgaben des Führers hält (Triathleten haben ihren eigenen Kopf) musste Sie immer vor der Gruppe fahren. Leider fuhr Sie so auch an der einen oder anderen Abzweigung vorbei. Schlecht gelaufen. In der zweiten Woche habe ich mit meinem neuen Pass-Mann Stephan jeden Tag die Gruppe gewechselt um mal alle Führer(innen) durchzutesten.

So kamen wir auch zu Deniesse. Vor Ihr hatte man uns schon gewarnt. Und so kam es dann auch. Morgens zur Gruppenbesprechung wurde ich als Neuer in der Gruppe erstmal zum Schlussmann auserkoren. Leider fuhr sie nach dem Motto: „Ich bin hübsch und schnell und alles andere ist mir egal. Wer nicht mitkommt, sollte sich in einer andere Gruppe eintragen.“ Damit fielen natürlich hinten immer mal welche raus, die ich dann mühselig wieder an die Gruppe fahren musste.

Dreifach ist einfach

Dass nicht alle Gruppen-Teilnehmer auch Gruppen-FAHRER sind, musste ich auch schmerzhaft feststellen. Einem all zu ungleichmäßig Fahren und ständig aus der Spur Laufenden habe ich wohl eben „den Blinker angeschraubt“, sagte Stephan nach meinem Wutausbruch.

Bei einer anderen Tour zum Kloster Luc rauf, hatten wir auch eine Neue in der Gruppe, die am Berg gleich mit einem blöden Spruch auf sich aufmerksam machte: „Ihr habt ja eine Dreifach-Übersetzung. Wie einfach.“ Aber schon kam sie nicht mehr mit. Mein Kommentar kurz und knapp dazu: „Ja, richtige Technik und Ausrüstung hilft manchmal!“ Danach war sie nicht mehr in der Gruppe gesehen worden. Wie Schade ;-)

Weitere Ausführungen über sabbernde Alte hinter Fahrerinnen und 120 kg Radlern auf dem Küstenklassiker lasse ich mal weg.

Raupe in der Hose

Eine neue Erfahrung habe ich dieses Jahr aber doch gemacht. Die Prozessionsraupe war unterwegs. Kleine putzige flauschige Dinge ca. 4cm lang (jede einzelne) und in der Gruppe dann ca. 1m lang (deshalb Prozession). Leider ruft eine Berührung mit denen, auch nur an den Haaren, ein fieses Ausschlag hervor. Auch in den Pfützen waren diese Haare und nach so vielen Regenfahrten hatte ich sie sogar in der Radhose. Sehr unangenehm.

Abschließen kann aber festgestellt werden: Es war wie immer, auch sehr schön, dabei 1400 km gemacht und nette Leute kennen gelernt. ◀



▲ ▲ Frühlingserwachen



◀ ◀ Rolf Aldag mit seiner Frau



▼ ▼ Auf der Traumstraße Mallorcas

▼ ▼ David Ostendorf mit Traditionshemd



▼ ▼ David Ostendorf schildert seine verwegene Abfahrt





▲▲ Auf der Radstrecke zwang ihn ein LKW auf den Asphalt.



▲▲ Die Frankfurter Skyline und Sven

Sven Kunath

Ironman Germany in Frankfurt

Am Sonntag dem 23.07. war es wieder so weit. Beim längste Tag des Jahres in Frankfurt wurden erstmals die Europameister beim Ironman ermittelt. Und diesmal sollte es ein ganz besonderer Wettkampf werden. Wegen der Hitze der letzten Wochen war die Wassertemperatur im Langener Waldsee auf über 25°C angestiegen.

No Neo no good

Das bedeutete das Verbot der Neoprenanzüge beim 3,8 km Schwimmen, damit niemand einen Hitzschlag darin bekommen konnte. Mit diesmal über 2100 Startern stand ich also ohne meine geliebte Schwimmhilfe nur mit Badehose bekleidet am Start. Da ich ohne Talent für die erste Disziplin auf die Welt gekommen bin, bedeutete das für mich und alle anderen schlechten Schwimmern nichts Gutes. Gleich zu Beginn musste ich ordentlich einstecken und des öfteren meine Schwimmbrille richten, weil die durch zappelige Füße und Hände der Konkurrenz quer durch mein Gesicht verschoben wurde. Ich befürchtete meine Kontaktlinsen könnten bei dem Gewühle rausrutschen und ich hätte wegen akuter Blindheit aufgeben müssen. Nach 1h:10min waren die Qualen für mich beendet und ich hatte ordentlich Wut fürs Radfahren gesammelt.

Schock auf halber Strecke

Schließlich hatte ich jetzt über 450 Teilnehmer vor mir, die darauf warteten eingesammelt zu werden. Aggressiv strampelte ich los, wobei es bereits nach wenigen km begonnen hatte in Strömen zu regnen. Trotzdem war die Strecke sehr schnell und auf nasser Fahrbahn hatte ich besonders in den Kurven Bammel nicht wegzurutschen. Dann nach halber Strecke der Schock; ein Transporter hatte sich an einer Kreuzung auf die abgesperrte

➤➤ Die Anstrengung ist ihm ins Gesicht geschrieben.

Strecke verirrt und wusste nicht weiter. Als ich innen vorbei wollte, hatte der schon den Rückwärtsgang drin und versperrte mir meine Lücke. Mir blieb nichts anderes als eine Vollbremsung. Doch wegen der Nässe reichte es nicht mehr zum Stehen. Ich schlitterte in das Heck des Fahrzeuges und landete auf dem Asphalt. Zuerst dachte ich mein Vorderrad ist dahin, aber nach Lösen der Bremsen lief es glücklicherweise doch rund. Ich sprang wütend auf und brachte meinen Ärger lautstark zum Ausdruck. Von Adrenalin überschüttet merkte ich zuerst nicht einmal meine Schürfwunden. Insgesamt benötigte ich für die 180 km Radstrecke diesmal sensationelle 4:37, was einem Schnitt von 39,3 km/h entspricht.

Rechtzeitig reingreifen

So begann ich dann als 33. den abschließenden Marathon. Die Gewitterwolken hatten sich nun verzogen und die Sonne sorgte für ordentliche Ironman-Temperaturen um 30°C. Die vielen Zigtausend Zuschauer trieben mich in der Hitze voran. Allerdings versuchte ich sehr locker zu bleiben, weil mir die Müdigkeit bereits langsam in die Beine kroch. Vielleicht war ich ja doch zu hart Rad gefahren. Ab Laufkilometer 25 spürte ich rechtzeitig, wie meine Oberschenkelmuskulatur leicht zu krampfen begann. Mit sanften Massagen während des Laufens und leichten Dehnübungen bei den Verpflegungsstellen konnte ich schlimmeres verhindern. Denn wenn der Krampf erst einmal richtig beginnt, ist an normale Fortbewegung nicht mehr zu denken.

Persönliche Bestzeit

In einem Spalier aus vollbesetzten Zuschauertribünen genoss ich den Zieleinlauf am Frankfurter Römer. Mit persönlicher Ironmanbestzeit finishte ich überglücklich als 23. nach 9:10.

➤➤ Mit persönlicher Bestzeit erreicht Sven das Ziel.





Regenschlacht von Kulmbach

Siegfried Schmidt

Petrus ist kein Triathlet, das lernten die Starter beim Mönchshof-Triathlon – gleichzeitig deutsche Meisterschaften in der Mitteldistanz – am Samstag, den 12.08.06 in Kulmbach gründlich.

Was habt ihr verbrochen, dass ihr heute so ein Wetter habt“, fragt ein älterer Hobbyradfahrer, der sein Rad gen Zuschauerzone am Trebgaster Badensee schiebt. „Das wissen wir auch nicht!“, antworten wir und drücken uns in dicken Jacken unter die große Heckklappe unseres Autos und hoffen. Hoffen, dass es endlich zu regnen aufhört, denn die Hoffnung stirbt ja bekanntlich zuletzt. Schon die ganze Nacht über hat mich der Regen auf Trab gehalten. Immer wieder einmal bin ich zum Fenster getigert und habe in den Regen gestiert: Was zieh' ich bei der Kälte und Nässe nur an? Wird mein neuer Vorderreifen genug Grip haben? Immerhin ein Problem hat sich mit dem Wetter erledigt: Der Trebgaster Badensee ist in den letzten Tagen von Badewannentemperatur auf unter 20 Grad gefallen, und der Neoprenanzug, auf dessen Auftrieb ich ungern verzichten würde, ist somit erlaubt. Die vielen netten Helfer in der Wechselzone, die jedem hilfreich zur Seite stehen, können auch nicht darüber hinwegtäuschen, dass sich dort inzwischen riesige Pfützen gebildet haben: Plastiktüten halten Radschuhe, Helm und andere Utensilien nur mäßig trocken.

Gleichheit vor dem Start

Auch den Profis geht es nicht besser: Nina Kraft, für viele die Favoritin, und sie wird diesem Ruf auch gerecht werden, trägt zwei kleine Zöpfe und schiebt ihren High-techrenner neben den von Vorjahressiegerin Katja Schumacher in die Wechselzone. Das ist eben das Schöne am Triathlon: Profiathleten und solche, die das ganze nur „zum Spaß“ machen, starten zur gleichen Zeit in einem Rennen, bei welchem Sport gibt es das schon? Auch das macht eben die Faszination des Triathlons aus. Allerdings startet das Frauenfeld 33 Minuten

vor den Männern. Dieser Zeitvorsprung ist ein Erfahrungswert der vergangenen Jahre, so dass sowohl eine Frau als auch ein Mann den Gesamtwettkampf gewinnen kann.

Die Prügelei kann beginnen

Immerhin haben sich jetzt schon ein paar Schaulustige eingefunden, die es sich nicht entgehen lassen wollten, wenn rund 900 Sportler den Badensee zum Kochen bringen. Nun geht das übliche Warten vor dem Wettkampf los: Jeder taxiert jeden, Material und Kleidung werden gemustert, Erfahrungen ausgetauscht. Kurzum, man macht sich gegenseitig so richtig nervös. Bei der Wettkampfbesprechung des Organisator Wolfgang Pirl fürs Schwimmen über 2,2 km wird eine Neuerung gegenüber den Vorjahren deutlich: Es geht in einem weiten Bogen um eine Insel herum, dann raus aufs Ufer und schnell wieder rein ins Wasser, und das Ganze zweimal. Weil die A 9 am Morgen zeitweilig gesperrt war, wird der Start kurzfristig verschoben, damit möglichst alle sich verspätenden Teilnehmer den Wettkampf noch mitmachen können. Dann geht die Prügelei im Wasser endlich los. Ich nehme einen großen Schluck „Trebgaster Auslese“ und hoffe nur, dass mein Magen das auch verträgt. Schon schwimmen die ersten über mich drüber, hab' ich mich zu weit vorne eingeordnet, bin ich heute langsamer als sonst, oder ist das Feld hier so „bärenstark“?, frage ich mich verunsichert. Es dauert, bis die Atemnot verschwunden und ich meinen Rhythmus gefunden habe. Aug' in Aug' mit einem anderen Athleten kraule ich durch den See, das motiviert und hilft, den Kurs zu halten. Auf der zweiten Schwimmrunde sehe ich aus den Augenwinkeln bereits die ersten Männer auf dem Rad in Richtung Kulmbach strampeln. Beim Ausstieg

Siegfried Schmidt belegt in seiner AK 60 den 3. Platz. ▶▶

schnell den Transponder über das Lesegerät ziehen und ab geht's – in der nun noch ungewohnten Vertikalen – Richtung Fahrrad. Leider treffe ich hier nun doch eine folgenreiche falsche Entscheidung. Da kurz vor dem Schwimmstart vom Sprecher über Mikrofon gesagt wurde, auf der Radstrecke scheinere bereits die Sonne, und in Kulmbach erwarte man für den Nachmittag Sonne und über 25 Grad, entscheide ich mich für Badehose und Top, da ich – insbesondere beim Laufen – sehr stark zum Schwitzen neige.

Die Kleiderfrage falsch gelöst

Doch auch beim Radfahren lässt der Regen nicht nach, und vieles ist dadurch anders: In den Kurven und Abfahrten ist Bremsen angesagt, lieber nicht zu viel riskieren, denn der Regen strömt und strömt. Schnell sind die Füße eiskalt, die Schwimmsachen sind eh nass, so dass es nur eine Frage von Minuten ist, bis mein ganzer Körper zum Eisklotz geworden ist und ich kaum noch genug Kraft in den Händen habe, um zu schalten und zu bremsen. Die Zurufe und der Applaus der Zuschauer tun allerdings gut, und an den Verpflegungsstationen gibt es für jeden Athleten ein nettes Wort. Auch die Kampfrichter auf ihren Motorrädern haben anscheinend ein Einsehen, denn das Fahrradfeld macht auf mich einen relativ „geschlossenen“ Eindruck. Tatsächlich lockert das Wetter in der zweiten Radrunde etwas auf, und hier und da brechen sogar die ersten Sonnenstrahlen durch die bis eben noch dicke Wolkendecke. Wie sehr ich die nun etwas höheren Temperaturen genieße, lässt sich kaum schildern. Ich komme mir vor wie eine Blüte, die sich der Sonne entgegen streckt und jeden kleinsten Sonnenstrahl einfangen möchte.



Dem Ansporn folgen

Nun endlich nach 90 km komme ich in Kulmbach in die zweite Wechselzone: eine große Halle auf dem Gelände der Mönchshof-Bräu. Nun schnell wechseln und raus auf die Laufstrecke, die durch den geänderten Streckenverlauf gegenüber der Vorjahre – rund um den Kulmbacher Marktplatz ist eine Ehrenrunde zu drehen – an Attraktivität gewonnen hat. An einem Einkaufszentrum sorgt eine Samba-Band für Stimmung und schwingt das Tanzbein. Hier wird jeder Starter mit Namen und Verein begrüßt: Ein Ansporn, das Tempo an dieser Stelle wieder etwas anzuziehen! Dann das Ganze noch einmal – und endlich nach 21 km in den Zieleinlauf auf dem Gelände der Brauerei einbiegen. Geschafft! Nach einer Gesamtzeit von 5:39:14 (42:17; 3:06:56; 1:50:01) belege ich in der Altersklasse T 60 den dritten Platz. Übrigens: Am Ende scheint auch noch die Sonne vom nun beinahe wolkenlosen Himmel: Lieber spät, als nie!

Die Sieger

Bei den Männern siegt der 24-jährige Australier Pete Jacobs in 4:11:43, der Mann aus „Down Under“ kommt 1:50 vor Enrico Knobloch aus Gera ins Ziel, der somit deutscher Meister wird. Die Männer aber verlieren den „Geschlechterkampf“ um 2.000.--Euro. Nina Kraft aus Braunschweig rettet als schnellste Frau in 4:31:44 von ihren 33 Minuten Startvorsprung immerhin zehn Minuten ins Ziel. Die zweite, Katja Schumacher aus Heidelberg, kommt noch in 4:44:14 – eine halbe Minute vor Pete Jacobs – auf das Mönchshof-Gelände.

JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG

Sonntag, den 28. Januar 2007

um 10.30 Uhr

im Nachbarschaftsheim

Mittelhof in Zehlendorf

Königstr. 42-43

14163 Berlin



KIENBAUM TRAININGSWOCHENENDE

Zeitplan 2. Februar bis 4. Februar 2007

Änderungen immer möglich

Freitag

16:30 – 18:00

Schwimmen

18:30

Abendessen

Samstag

06:45 – 8:00

Schwimmen

8:30

Frühstück

10:00 – 12:00

Allgemeine Athletik

12:30

Mittag

Mittagsruhe

16:45 – 18:00

Schwimmen

18:30

Abendessen

19:30 – 21:30

Sauna

Sonntag

06:45 – 8:00

Laufhalle

8:30

Frühstück

10:00 – 12:00

Schwimmen

12:30

Mittag

15:00–16:30

Schwimmen

Das komplette Wochenende mit Vollpension kommt auf ca. 80 Euro. Fahrgemeinschaften sind aus Umweltgesichtspunkten erwünscht.

Siegfried Schmidt

Was will ich damit sagen?

Wir hatten wieder einmal überhaupt keine Lust zu laufen. Meine Lebensgefährtin kam gerade von der Arbeit nach Hause und war müde. Mir ging es nicht sehr viel besser. Das Wetter präsentierte sich von seiner schlechtesten Seite: nasskalt, der Himmel dunkelgrau, es musste jeden Augenblick anfangen zu regnen. Es gab jede Menge Ausreden. Die Schuhe waren noch nass von dem Lauf gestern und die neuen wollte ich auch nicht anziehen – nicht bei diesem Wetter! Die Frage „muss das denn heute unbedingt sein?“, wurde mehr als einmal gestellt. Schließlich sprach das schlechte Gewissen ein Machtwort und verpasste uns einen moralischen Tritt in die nach oben verlängerten Laufwerkzeuge.

Auf der kurzen Fahrt zu unserer Lieblingslaufstrecke fing es an zu regnen. Gut, dann werden die neuen Schuhe gleich richtig eingeweiht. Wir merkten es schon nach den ersten Schritten: Unsere Verfassung hatte sich dem Wetter angepasst – „bescheiden“ wäre geprahlt. Wir versuchten, uns gegenseitig Mut zu machen: „Wir laufen nur die kleine Runde.“ Der Regen war inzwischen einem Wolkenbruch gewichen und durchnässte uns komplett. Der Wind wollte da nicht nachstehen und versuchte sich als Sturm. Doch irgendwie schien der Regen die Schwere aus den Beinen zu spülen und der Wind die schlechte Laune wegzublasen. In diesem Anrennen gegen Wind und Regen spürten wir wieder Leben in uns: „Wir laufen doch die große Runde!“

Wieder am Parkplatz angekommen, sahen wir, dass wir nicht die Einzigen waren. Drei völlig durchnässte Gestalten schwelgten in ihren Erinnerungen: „... und das große Schlammloch hinten am Querweg...!“ Großes Gelächter. Außenstehende hätten uns vermutlich umgehend eine Verhaltenstherapie empfohlen.

Wettkämpfe 2006

Alle aktuellen Ankündigungen findet Ihr im Internet bei

www.btu-info.de

www.btb-triathlon.de

www.Dtu-info.de



Beim Surfen im Internet mit Hinblick auf die Wettkampfplanung für die Saison 2006 stieß ich auf eine Ausschreibung des Triathlonverband deutscher Ärzte und Apotheker zur Deutschen Meisterschaft in Regensburg. Bei genauerer Betrachtung der Ausschreibung wurde die Radstrecke als „etwas wellig“ beschrieben, was immer das auch zu bedeuten hatte. Das hielt mich nicht davon ab, mich anzumelden. Hätte ich vorher gewußt, was mich erwartet – na ja.

Wellige Radstrecke

Nun reisten wir (Karsten und ich) also schon am Donnerstag vor dem Wettkampf mitten im August bei strömendem Regen an. Die Wettervorhersage für das Wochenende war nicht gerade sehr verlockend, nun ja, es war nicht mehr viel übrig vom so heißen und sonnigen Juli-Sommer. Am Startort angekommen besichtigten wir am Tag vor dem Wettkampf die Radstrecke, natürlich bei Regen. Nun, unter wellig verstehe ich als Flachlandtiroler natürlich etwas anderes, aber Bange machen gilt nicht.

Eiskaltes Wasser

Der Wettkampftag war da, nun hieß es Augen zu und durch. Außentemperatur ca. 16 °C und starke Bewölkung. Das Schwimmen fand auf einer 1,5 km langen Wendepunktstrecke im Schleusenkanal der Donau statt. Beim Hineinspringen in die Donau dachte ich, mir bleibt das Herz stehen. Das Wasser war eiskalt, offiziell 17 °C, aber es fühlte sich viiiiiiiiiiiiiiiel kälter an. Auf der Hälfte der Strecke wäre am liebsten ausgestiegen, ich habe meine Füße und Hände nicht mehr gespürt. Ich dachte nur, warum tue ich mir das nur an! Aber nun war auch mein Kampfgeist geweckt, ich werde das durchziehen.

Steile Rampe

In der Wechselzone angekommen versuchte ich mich dann rasch auf mein Rad zu schwingen, viel Zeit zum Rhythmus finden blieb leider nicht. Möglichst schnell rein in die Schuhe, denn nach 300 m kam der befürchtete erste Anstieg, eine Rampe mit 15% Steigung. Kleinsten Gang und kurbeln, aber ich befürchtete, ich müsse mein Rad hoch schieben. Als auch diese Hürde genommen war, folgte eine Radstrecke, die alles abverlangte. Nein nicht wellig, das war ein Bergzeitfahren zumindest für Flachländer. Nach 1:20 Std. und überwundenen 550 Höhenmetern war ich wieder in der Wechselzone.

Aufmunternde Worte

Was für ein Anblick, da stand Karsten – das tat gut – und es gab etwas zu trinken und ein paar aufmunternde Worte. Er hatte seinen Sprint schon beendet. Also lief ich zwar mit Wackelbeinen aber motiviert los und siehe da, die zweite Überraschung. Kurz nach der Wechselzone bekam ich Thomas P. zu Gesicht, der mit seiner Familie dort Urlaub machte.

Jetzt kam auch noch die Sonne heraus und nach ca. 5 km kam endlich wieder ein wenig Gefühl in meine Füße. Nach 2:40 Std. lief ich dann völlig erschöpft durch das Ziel und war froh, es hinter mich gebracht zu haben. Beim Blick auf die Ergebnisliste, die lange auf sich warten ließ, dann die große Überraschung: 3. AK. Was für ein Glück.

Barbara Burkert

DM Ärzte und Apotheker

Regensburg





Sven schickte nach dem Wettkampf eine E-Mail an die Tri-Finisher. So kurz können also neun Stunden und vierzig Minuten sein.

Hawaii

Aloha,

Geschafft! Nach 9h:40min hab ich dieses Jahr beim Ironman Hawaii das Ziel am Alii Drive erreicht.

Nach wie gewohnt schlechtem Massenstart meinerseits in der größten Waschmaschine wurde es beim Schwimmen nachhher auch nicht besser.

Ich hab mich wie gewohnt ordentlich unterbuttern lassen.

Dazu kam auf dem Rückweg ordentlich Seegang, den mein Gleichgewichtsorgan aber gut verkraftet hat. Nach 1:15 wurde ich dann endlich an Land gespült.

Beim Radfahren war es diesmal anfangs angenehm ohne die brutale tropische Sonne. Zeitweise gingen sogar ordentliche Regenschauer nieder.

Wind gab es für mich leider kaum und die Gruppenbildungen werden auf Hawaii auch immer größer. Mit 4:47 für die 180 km hab ich bei meiner Aufholjagd nen ordentlichen Radsplit hingelegt.

Damit es nicht zu einfach wurde, schien pünktlich zum Lauf wieder die Sonne. Schon beim Absteigen vom Rad merkte ich, daß das Laufen an diesem Tag besonders schwer wird. Um kein Risiko einzugehen, joggelte ich vorsichtig los.

Auch vom Kopf her fehlte an diesem Tage etwas der Biß und der Mut aggressiver zu laufen. Dafür bekam ich auch auf der zweiten Laufhälfte keine muskulären Probleme und kam nach 3:28 Lauf gesund im Ziel an.

(Bis auf einen blutunterlaufenen Zehennagel)

Beim Wiegen nach dem Zieleinlauf war ich erstaunt nur 1 knappes Pfund also weniger als 500 g Gewicht verloren zu haben. Trink- und Ernährungsstrategie funktionierten also bestens.

So kann ich jetzt noch in gutem Allgemeinzustand das Inselhüpfen mit Freundin und Eltern genießen.

Bis bald in Deutschland.

Sven Kunath



Für Mitglieder und solche, die es werden wollen.

Herzlich willkommen in unserem Verein.

Grundsätzlich werden alle aktuellen Informationen zu Vereinsaktivitäten, Wettkämpfen und Wettkampfergebnissen auf unserer Homepage veröffentlicht. Alle Angaben erfolgen nach bestem Wissen aber ohne jede Gewähr.

information

Schwimmtraining

Montags von 19.00 bis 20.00 Uhr (nicht während der Schulferien) im Schwimmbad Sachsendamm.

Samstags von 15.00 bis 17.00 Uhr (nicht während der Schulferien) im Schwimmbad Ankogelweg mit Triathlon-Trainern.

Zur Sommerzeit zusätzlich jeden Dienstag um 18.00 Uhr am Schlachtensee.

Lauftraining

im Sommer Lauf-ABC im Stadion Lichterfelde (bei Bedarf)

im Sommer vor dem Schwimmen am Schlachtensee

lange Laufeinheiten nach Absprache in kleinen Gruppen

Radtraining/Triathlontraining

im Winter um 10.00 Uhr am Parkplatz Hüttenweg Ecke Kronprinzessinnenweg, im Frühjahr und im Sommer um 9.00 Uhr in Zehlendorf Mitte für Ausfahrten ins Umland.

Über diese regelmäßigen Trainingsmaßnahmen hinaus finden nach Absprache auch vereinzelt vereinseigene „Picknick-Veranstaltungen“ statt. Hierbei werden Sprintwettkämpfe für jedermann durchgeführt, wobei das abschließende Picknick, bei dem jeder etwas beisteuert, im Vordergrund steht.

Weitere Aktivitäten

Januar/April: Trainingswochenenden im Leistungszentrum Lindow und Kienbaum

Pfingsten: Fr. bis Mo. Rad-Touristikfahrt; Anreise per Zug oder PKW; Unterkunft in Ferienwohnungen; Diverse Streckenlängen stehen zur Auswahl.

Februar/ April: gemeinsames Trainingslager auf Mallorca

Mannschaftswettkämpfe: Startgeld und Anmeldung übernimmt der Verein; Termine und Teilnehmerlisten siehe Aushang.

Zum Jahresabschluss findet ein **Nikolaus-Bufferet** statt.

Als Jahresrückblick gibt es ein **Jahresheft**, zu dem jeder Artikel schreiben kann.

Für weitere Auskünfte steht dir der Vorstand bzw. die Geschäftsstelle gerne zur

www.tri-finisher-berlin.de

Ab heute ist Doping frei!"

Verdächtige Werte, verschwundene Athleten, verworrene Ausreden. Der Kampf gegen unerlaubte Mittel wird immer unübersichtlicher. Wie wäre es, wenn Doping legalisiert würde? Eine Vision von Jürgen Schmieder:

Wir schreiben das Jahr 2014: Nach jahrzehntelangem Kampf hat die internationale Anti-Doping-Behörde WADA 2008 aufgegeben. Sportler und Mediziner waren zwei Schritte schneller, eine Verfolgung aussichtslos.

Am 25. August 2008, direkt nach den Olympischen Sommerspielen von Peking, tritt Jaques Rogge resigniert vor die Presse: „Macht doch, was Ihr wollt! Wer seinen Körper mit Medikamenten vollpumpen möchte, soll es tun!“ Und dann spricht er den entscheidenden Satz: „Ab heute ist Doping frei!“

Sport hat sich verändert. Völlig neue Möglichkeiten stehen nun offen, alles ist möglich. Ein kleiner Auszug, was in den Jahren 2008 bis 2014 alles geschah:

2008: Direkt nach der Freigabe werden sämtliche Radsport-Mannschaften von Pharmazieunternehmen übernommen. Es wird ein System nach dem Vorbild der Formel 1 eingeführt, mit Einzel- und Mannschaftsweltmeistern. Die Tour de France gewinnt Jan Ullrich vom Team Benzdrin, das auch die Herstellerwertung gewinnt. Etwas enttäuschend: die Mannschaften, die auf Koffein setzen. Ihnen fehlen die internationalen Spitzenchemiker, um ihr Produkt zu verfeinern.

Dagegen freuen sich die alpinen Skifahrer: Sie müssen nach dem Rennen nicht mehr die Skier abschnallen und in die Kamera halten. Sie ziehen nur eine kleine Flasche aus dem Anzug und deuten an, welches Mittel ihnen zum Erfolg verholfen hat. Bei der Wahl zum „Sportler des Jahres“ wird ab sofort auch der kreativste Designer ausgezeichnet.

Neuer Weltmeister im Gewichtheben ist André Escobar aus Südamerika, der mit zwölf Jahren bereits 400 Pfund stemmen kann. Seinen 18. Geburtstag wird er im Rollstuhl verbringen, weil seine Muskeln nicht aufhören zu wachsen und sein Herz die Größe eines Ochsens besitzt. Er veröffentlicht eine Autobiographie unter dem Titel: „Ich bereue nichts!“

2014: Schwierige Entscheidung beim Boksen: Anders Skola aus Norwegen ist aufgrund eines Menthyltestosteron-Flashes so aggressiv, dass er gleichzeitig an einem

Schlaganfall. Die Ringrichter entscheiden auf Unentschieden und ordnen einen Rückkampf an. Ein Hamburger wird zum Millionär, weil er genau auf dieses Ergebnis gewettet hat.

25. August 2014: Nachdem bei den Winterspielen in Salzburg nur 10 Prozent der Tickets verkauft werden und die Fußballweltmeisterschaft in Brasilien wegen Desinteresse der Zuschauer abgesagt wird, zeigt das Fernsehen Wiederholungen aus den Jahren 2002 bis 2006. Mit schlechteren Leistungen und Fahndern, die Dopingsünder aufspüren.

Und auf einmal wirken diese Veranstaltungen gar nicht peinlich. Sondern wie eine schöne Utopie aus einer längst vergangenen Zeit.

A propos Werbung: Nachdem die Tabakindustrie erfolgreich auf Gleichberechtigung mit Dopingkonzernen klagt, gibt es im Fernsehen interessante PR-Aktionen. Zum Beispiel den Zusammenschluss von British American Tobacco und einem Hersteller für Anapolon: Der Begriff Lucky Strike erhält eine völlig neue Bedeutung.

2010: Bei den Olympischen Winterspielen in Vancouver dominiert die Chinesin Xin Dai Sim alle Langlaufwettbewerbe. Da sie einen ausreichenden Testosteronwert und genug Körperbehaarung nachweisen kann, darf sie auch bei den Herren starten. Sie gewinnt Silber über 50 Kilometer Freistil.

Bei der Fußballweltmeisterschaft in Südafrika sind ebenfalls keine Länder mehr am Start, sondern Pharmakonzerne. Im Finale gewinnt Epo gegen HES, weil in der 70. Minute zwei Spieler an Herzversagen sterben, der Trainer aber schon drei Mal ausgewechselt hatte.

2011: Lukas Podolski bricht sich bei einem Spiel mehrere Knochen im linken Bein. Die Ärzte amputieren sein Bein und ersetzen es durch eine Titanumprothese. Damit kann Podolski vier Prozent schneller laufen und härter schießen - 20 Stundenkilometer pro Versuch. Noch auf der Intensivstation macht ihm Real Madrid ein Angebot.

2012: Der Star beim Tennis heißt Scott Dunane. Durch die Mischung aus Nandrolon und Somatotropin hört er nicht mehr auf zu wachsen. Mit 2,34 Metern Körpergröße hat er den perfekten Winkel für seinen Aufschlag und kann dennoch fünf Stunden in gleißender Sonne Höchstleistungen bringen. Als er die 2,50 Meter erreicht, muss er seine Karriere wegen Gleichgewichtsstörungen beenden.

Zu viel Testosteron tötet Hirnzellen.

Erhöhte Werte des wichtigsten männlichen Geschlechtshormons Testosteron töten Nervenzellen ab. Ein überhöhter Testosteronspiegel, wie er durch den Missbrauch von Anabolika zum Aufbau von Muskelmasse entsteht, kann, so amerikanischen Studien zu Folge, zu einem dramatischen Verlust der Hirnzellen führen. Wissenschaftler hatten dies bei Tests an im Labor gezüchteten Nervenzellen beobachtet. Denn Neurologen zufolge greift zu viel Testosteron in Signalsysteme der Zelle ein, die dann ihr Selbstzerstörungsprogramm einleiten. Frühere Studien zeigten bereits, dass die Einnahme hoher Testosterondosen Übererregbarkeit, aggressives Verhalten und die Neigung zur Selbsttötung auslösen kann.

doping

VON JÜRGEN SCHMIEDER