

Sächsische Zeitung*

SZ-ONLINE.DE

Flachy ließ sogar einen Radolympiasieger hinter sich

Die Ironman-WM auf Hawaii war für Stefan Flachowsky das Rennen seines Lebens. Er lief knapp am Podest vorbei, hatte aber einen Alexander Winokurow im Griff.

15.10.2018

Von Frank Oehl



Nach dem Zieleinlauf postete Flachy mit der Finishermedaille. Da waren die Schmerzen fast vergessen. Nach 1:02:29 h Schwimmen, 4:38:24 h Radfahren und 3:24:40 h beim Marathonlauf gab es „Adrenalin pur“.

© Tina Zander

Kamenz / Kona. Wenn im Oktober die weltbesten Ironmänner auf Big Island/Hawaii am Start stehen, dann laufen in Kamenz und Umgebung besonders viele Laptops und PCs heiß. Der Ostsächsischen Schwimmverein Kamenz (OSSV) hat eine der besten Triathlonabteilungen in Sachsen, und schon öfter waren Cracks von hier bei der Weltmeisterschaft dabei. Sie mussten sich wie alle anderen Starter zuvor qualifizieren. Vor 40 Jahren, bei der ersten Austragung der WM, waren ganze 17 Ausdauerdreikämpfer in Kona ins Wasser gegangen, jetzt sind es mehr als 2300. In diesem Jahr hat der Kamenzer Stefan Flachowsky die triathlonverrückte Freistaat-Szene vertreten. Einen Tag vor seinem 48. Geburtstag hatte sich Flachy viel vorgenommen und am Ende wurde er für eine tolle Performance belohnt. In der AK 45 belegte er als einer der Älteren unter den insgesamt fast 300 Startern einen hervorragenden fünften Platz. Zunächst war er eine zeitlang sogar als Vierter geführt worden – mit ganzen zwölf Sekunden Rückstand auf den Drittplatzierten, den Argentinier Lucas Antonetti. Aber da gab es wohl noch eine Korrektur nach behobenen Transponderproblemen. Aber der vierte Platz ist ja eh der undankbarste ...

Sehr dankbar war Flachy jedenfalls über das Feedback in der Heimat. Das „virtuelle Anfeuern“ habe ihn dermaßen motiviert, dass er sich beim abschließenden Marathonlauf – nach 3,8 km Schwimmen und 180 km Radfahren wohlbemerkt – gar nicht getraut habe, den Laufschrift aufzugeben und zu gehen. „Die Krämpfe kamen und gingen dann irgendwann auch wieder“, schrieb er nach dem Rennen per Mail. „Ich hab’s einfach ignoriert.“ Ja, wenn das so einfach wäre! Aber Flachy ist als absoluter Kämpfer bekannt, nicht umsonst hatte er vor 13 Monaten ausgerechnet beim megaharten Ironman in Wales mit fürchterlichem Sauwetter die WM-Quali realisiert.

Alles gegeben

Diesmal war das Wetter auf Hawaii nicht so heiß und windig wie alle die Jahre sonst, was ja auch die starken Gesamtzeiten neben dem Streckenrekord von Patrick Lange, dem Freund und Trainingskameraden von Markus Thomschke, ermöglicht hatte. Flachy finishte unter 9:12 Stunden. „Mein bestes Rennen ever, unglaublich!“ Und er ließ sich mal in seine Verbrauchsbilanz und den sonstigen Support während des Rennens schauen: „20 Gels, zwei Powerbars, 25 Salztabletten, ein Kühlschranks voller Eiswürfel, eine Stiege Gatorade, vier nasse Handtücher und haufenweise Gänsehaut“ sicherten das „hammergeile Erlebnis“ ab. Den Argentinier hatte er im Blick, aber als dieser am „vorletzten Banyan Tree“ anzog, sei er einfach nur „restlos alle“ gewesen. Auch Stunden später mailte Flachy: „Und ich bin’s immer noch, krieg selbst beim Heben einer Bud Light Limesdose Krämpfe.“ Aber, er hat alles gegeben und war darüber einfach nur „megahappy“. Adrenalin pur! „Vielen Dank fürs Daumendrücken. Es war mir eine Ehre, hier alles raushauen zu dürfen.“

In welcher internationalen Gesellschaft sich Flachy in der AK 45 befand, sieht man in der Ergebnisliste. Es siegte der Belgier Koean Van Rie in 8:55:33 h vor Reon Park aus Neuseeland (9:01:21 h) und Paul Lunn aus Großbritannien (9:08:26 h). Flachy war also der beste Deutsche unter den 300 AK-Startern. Und einen Prominenten ließ er auch hinter sich. Der 2012er Rad-Olympiasieger Alexander Vinokurow (immer mal wieder mit Doping in Berührung gewesen) schaffte zwar die mit Abstand beste Radzeit aller Agegrupper (4:18:06 h), lag am Ende aber zwei Minuten hinter Flachy. Hut ab!

Artikel-URL: <http://www.sz-online.de/nachrichten/flachy-liess-sogar-einen-radolympiasieger-hinter-sich-4032118.html>