
Triathlon St. Pölten

OSSV Triathlet Markus Thomschke in Top Form

Zweiter Platz für Markus Thomschke in Österreich

Am vergangenen Wochenende fand im wunderschönen Niederösterreich in der Stadt St. Pölten der Ironman 70.3 statt. Mit insgesamt 3000 Teilnehmern zählt er auch zu den größten Veranstaltungen in Europa. Dieser Wettbewerb ist integriert in die Ironman Weltserie, deshalb war es nicht verwunderlich, dass neben vielen Profis auch der letztjährige Dritte und Vierte vom Ironman Hawaii Andreas Raelert und Chris McCormack sowie andere Weltklasseathleten am Start waren. Auch die Brüder Markus und Patrick Thomschke wollten ihre Form unter Beweis stellen, begleitet wurden sie noch von dem ehemaligen Kamenzer Triathleten Thomas Weber.

Zu absolvieren war ein halber Ironman, 1,9 km schwimmen, 90 km Rad fahren und 21,1 km Laufen. In Meilen gerechnet beträgt die Gesamtdistanz 70,3 deshalb der Namen „Iroman70.3“.

3000 Athleten lassen das Wasser „kochen“

Die Schlafphase war nach dem Fußballspiel, dem Klitschko Boxkampf und der tollen Vorstellung der Lena bei der Eurovision doch sehr kurz, denn um sieben Uhr erfolgte bereits der erste Start der Profis und fünf Minuten später waren die ersten Amateure mit Markus Thomschke am Start.

Markus erwischte einen Superstart nach 200 m führte er bereits das Feld der ca. 300 Amateure in den Altersklassen 18-24 und 25-29 an, doch der 17 Grad kalte See und der vielleicht doch etwas übermotivierte Anfang ließen die Kräfte in den Armen etwas schwinden und eine handvoll Athleten zogen an ihm vorbei doch er konnte sich weiterhin vorn behaupten. Nach 900 m stand eine Besonderheit an, ein 300 m langer Landgang in den zweiten zu durchschwimmenden See. Diese Übung zerrte extrem an den Kräften, denn aus der horizontalen Lage in voller Anstrengung im Wasser aufspringen und ohne Erholung sofort in den 300m Lauf sprint überzugehen um dann im Anschluss wieder unter Vollast los zu schwimmen belastet den Kreislauf enorm. Markus schaffte diese erste Teildisziplin in 27:30 min und hatte damit eine Super Ausgangsposition für den weiteren Wettkampfverlauf. Ein Fauxpas passierte Patrick, zehn Minuten vor seinem Start beim Neoprenanzug anziehen, riss dieser am Knie auf, da so kurz vor Start kein Ersatz beschaffen werden konnte, musste es trotz des Risses los gehen. Die eher mäßige Schwimmleistung mit über 35 min lag aber nicht nur daran und zeigt deutlich, wo noch Potential steckt.

Mit 50km/h durchs bergige Donautal

Der Lieblingsteil beim Triathlon ist und bleibt bei Markus Thomschke das Radfahren. Mit enormen Zug nach vorn schaffte er den Anschluss an die Spitze. Die ersten 20 Kilometer wurden auf der Autobahn gefahren und in einem ähnlichen Temporausch war auch Markus unterwegs. Mit knapp 50 Sachen auf dem Tacho konnte kein anderer Amateur mehr folgen. Danach wurde es landschaftlich schöner. Im beeindruckenden Donautal ging es die nächsten Kilometer wellig bis bergig lang hin. In dieser Phase des Rennens ist es wichtig die Kräfte einzuschätzen und bestmöglich einzusetzen, da schließlich noch ein Halbmarathon zu laufen war. Markus beherrschte diese Balance nahezu Perfekt. Auch mit seinem Trainer und Mentor Thomas Weber war die Taktik so besprochen, auf dem Rad nicht alles geben um beim Laufen nochmal voll anzugreifen. Mit 2:17h war er dennoch einer der schnellsten Teilnehmer an diesem Tag. Patrick schaffte die 90 Kilometer in respektablen 2:27h und konnte nach dem schlechten Start noch viele Plätze gut machen.

Anschließend der Halbmarathon in 1:17h

Der abschließende Halbmarathon wurde zur Geduldssprobe für die mitgereisten Eltern und die Freundin von Markus. Reicht der Vorsprung, wer kommt noch von hinten und auf welcher Position liegt er überhaupt? Der Unterschied zwischen Profis und Amateuren war für den Laien schlecht zu erkennen und Markus hatte schon einige der fünf Minuten vorher gestarteten Profis überholt. Das Anfeuern und das viele Daumen drücken der Fans zu Hause hat geholfen. In beeindruckenden 1:17 h bewältigte er die 2 Runden und lief mit einer Gesamtzeit von 4:07:26 h als Gesamt 16. ins Ziel. Das bedeutete in seiner Altersklasse den 2. Platz, nur der amtierende deutsche Meister über diese Strecke war in seiner Altersklasse knapp vor ihm. Markus wurde damit drittbester Amateur. Patrick lief seinen Laufpart in 1:23h und schaffte damit in 4:34:51 h einen versöhnlichen Abschluss. In seiner Altersklasse 30-34 wurde er 39., das war in der Gesamtwertung der 170. Platz. Thomas Weber wurde in 4:21:22 h in seiner Altersklasse 35-39 siebenter was den Gesamtplatz 60 bedeutete.

Dieser Wettkampf war eine gelungene Probe für den Saisonhöhepunkt den Ironman in Regensburg am 1. August. Dank gilt allen Unterstützern die mit netten Worten, Gesten und per SMS zum tollen Gelingen beigetragen haben.