

Sächsische Zeitung*

SZ-ONLINE.DE

Flachowsky läuft das Rennen seines Lebens

Der Kamenzer ist auf Hawaii der beste Sachse und belegt in der Altersklasse bis 45 Jahre sogar einen starken vierten Platz.

12.10.2015 Von Britta Ludwig



Auf der Überholspur beim Marathon: Der Kamenzer Triathlet Stefan Flachowsky (Mitte/Nr. 873) ließ auf der harten 42,195-km-Strecke am Ende noch 178 Konkurrenten hinter sich und war in 9:33 Stunden der beste Ironman aus Sachsen.

© privat

Prügel gibt es im Wasser gratis

Bei seiner vierten Hawaii-Teilnahme passte nahezu alles. Das Schwimmen im azurblauen Pazifik war wie vermutet nichts für zartbesaitete Nerven. „Ich habe einige Schläge eingesteckt“, erzählte Flachowsky. „Aber irgendwann machst du einfach mit bei der Prügelei im Wasser.“ Er stieg schließlich als 486. aus dem Pazifik. Den Grundstein für seine tolle Leistung legte „Flachy“ dann während des 180 Kilometer langen Radparcours durch die Lavalandschaft der Insel.

Die Windgöttin Mumuku hat es diesmal gut mit den Dreikämpfern gemeint und hielt sich zumindest in den ersten 90 Kilometern im Gegensatz zu den windreichen vergangenen Jahren extrem zurück. „Das verleitet aber viele dazu, voll in die Pedale zu treten und sehr schnell zu fahren. Ich habe mich dazu gezwungen, mich zurückzuhalten, damit ich noch Energie für den Marathon habe“, sagt der Kamenzer. Und seine Rechnung ging voll auf. Der 44-Jährige stieg als 298. vom Rad und läutete die Aufholjagd ein. Sage und schreibe 178 Konkurrenten überholte „Flachy“ während des Marathons. Und es zeigte sich schnell: Viele Triathleten hatten sich auf dem Rad überzockt. Und beim Marathon schlug die Hitze wie ein Hammer zu.

Selbst der Sieger und frühere Kurzstrecken-Olympiasieger Jan Frodeno sagte später: „Es war eklig warm. Es gab Momente, da wusstest du gar nicht, wie du dieser Hitze entkommen sollst.“ Bereits nach wenigen Kilometern mutierte der legendäre Alii-Drive in Kona zur „Geh-Strecke“. Viele Athleten plagten sich mit Krämpfen in den Beinen herum. „Die ersten 15 Kilometer waren die schwersten. Ich habe mich oft gefragt, warum ich diesen Mist eigentlich mache“, erzählt Flachowsky: „Ich habe mich aber gezwungen, nie anzuhalten oder zu gehen. Ich habe mir immer wieder eingeredet, dass ich das meiner Familie und meinen Freunden, die mich um die halbe Erdkugel zum Ironman begleitet haben, nicht antun kann.“

Gefühlte Temperatur über 40 Grad

Mit dieser Taktik überstand der Kamenzer die ersten 15 Kilometer und fortan lief es rund. Selbst im allzeit gefürchteten „Energy Lab“, einem acht Kilometer langen und abgeschottetem Freiluft-Versuchslabor mitten im Lavafeld, in dem die gefühlte Temperatur aufgrund der hohen Luftfeuchte in Richtung 40 Grad stieg. Besondere Motivation brachte ihm dabei ein Überholmanöver: Mit schnellem Schritt ließ er ein einstiges Idol hinter sich – und zwar den einstigen Dauersieger des Ironman in Roth, Jürgen Zäck. Dieser startete in der AK 50 und hatte nach dem Radfahren etwa 14 Minuten Vorsprung auf Flachowsky.

Kurz zuvor musste sich bereits ein weiterer Bekannter den schnellen Schritten des Kamenzers geschlagen geben: Rajko Sickert

vom Triathlon-Verein Dresden. Und damit übernahm der Kamenzer die Führung in der sächsischen Weltmeisterschafts-Wertung. Um 16.28 Uhr Ortszeit – da war es erst 4.28 Uhr in Deutschland – lief Stefan Flachowsky mit einem strahlenden Lächeln im Gesicht durch den Zielbogen. Er war damit auf Platz 15 unter den Deutschen. Sieben davon starteten allerdings in der separaten Profi-Wertung!

Bereits kurze Zeit nach dem Zieleinlauf flatterten erste Glückwunsch-Nachrichten aus Deutschland herein, denn viele Bekannte hatten sich die Nacht vor dem Fernseher oder Computer um die Ohren geschlagen. Und der OSSV-Sportler selbst meinte nach den Strapazen: „Hawaii ist einfach das beste Rennen für einen Triathleten! Besser geht es nicht.“ Und das klang so, als ob es nicht der letzte Ironman auf Hawaii gewesen ist, bei dem Stefan Flachowsky dabei war.

Artikel-URL: <http://www.sz-online.de/nachrichten/flachowsky-laeuft-das-rennen-seines-lebens-3221511.html>
