

Glücklicher als nach jedem

Jan Fiebekorn und Seriensiegerin Maria Warkocz gewinnen beim Bibermann – Zuschauer

saf **Bleckede.** Eigentlich wollte Jan Fiebekorn nur seinem Bruder Beistand leisten bei dessen erstem Triathlon. „Mein erster war's ja nicht – aber mein erster Sieg“, freute sich der Heilbronner, der beim Bibermann in Bleckede den Sprint in 1:03:18 Stunden gewann. „Eine ganz tolle Strecke“, meinte Fiebekorn, „bei uns ist es ja ein bisschen bergiger.“

Der Baden-Württemberger arbeitete sich über 500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren und 5 Kilometer Laufen kontinuierlich nach vorn, erkämpfte am Ende 13 Sekunden Vorsprung auf Wolfgang Lierow jun. (Otto aktiv-sport). „Beim Laufen habe ich noch vier Leute überholt. Ich bau' halt nirgendwo ab“, erklärte er lachend sein Erfolgsrezept.

Ganz anders fuhr Maria Warkocz (Tri Michels Hamburg) ihren dritten Erfolg in Bleckede ein. Schon beim Schwimmen waren nur zwei Männer schneller als die Hamburgerin, „das habe ich auch intensiv trainiert“. Am Ende ließ sie in 1:06:50 nur sechs Männern den Vortritt, steigerte ihre Siegzeit



Spalier stehen viele begeisterte Zuschauer schon am Hafenbecken, in dem die Triathleten 500 Meter schwimmen m

aus dem Vorjahr um mehr als drei Minuten. „Es waren einfach Super-Bedingungen“, meinte die 18-Jährige, die jetzt auch alt genug für längere Distanzen wäre: „Aber ich bleib' bei der kürzeren Strecke.“

Von den hiesigen Aktiven landeten Mischa Müller (LSV) als Sechster (1:06:24), der Rep-

penstedter Benjamin Bahr (8./1:08:05) und der Barskamper Christoph Petersen (10./1:08:33) in den Top Ten. Der ganz überwiegenden Masse aber ging es vor allem um den Spaß. „So ein Triathlon setzt mehr Glückshormone frei als jeder Marathon“, meinte etwa der Betzendorfer Jens-Peter Ko-

nik, ansonsten ein fleißiger Volksläufer, im Ziel. Die vielen hundert lautstark mitgehenden Fans an der Strecke sorgten für eine Volksfeststimmung, von der sich die Aktiven gern anstecken ließen.

Fast alle Teilnehmer ließen sich schon nach dem Schwimmen durch das 18 Grad kühle Wasser im Hafen feiern, als sie sich durch eine enge Gasse voller Besucher zur Wechselzone bewegten. „Wir hatten deutlich mehr Zuschauer als im letzten Jahr“, stellte Organisationschef Dirk Meyer zufrieden fest. Vor allem hatte sich der Umbau der Strecke gelohnt, wo sich im Vorjahr die Aktiven stauten oder in die Quere kamen. Meyer: „Die Läuferbrücke hat uns tierisch Arbeit gemacht und tierisch etwas gekostet. Aber es hat sich gelohnt.“

Jan Fiebekorn (vorn) muss um seinen ersten Sieg bei einem Triathlon überhaupt hart kämpfen, hat bis zuletzt die Verfolger im Nacken.

Foto: kt



► Ein Video vom Bibermann finden Sie im Laufe des Tages auf www.LZplay.de, abzurufen auch über diesen QR-Code.

W bekomm...
lich. „A...
mal ein...
Rotwei...
Triathl...
hält ni...
schen I...
mit der...
Lierow...
Triathl...
klasse...
in Lon...
fen un...
nach H...
„Der...
neralpr...
Lierow...
reichte...
das Zi...
des Fe...
war er...
2:30 ei...
immer...
„Mein

m Marathon

uschauer sorgen für Volksfeststimmung



immen mussten.

Foto: be

Eisbein schützt vor Leistung nicht

Wenn Wolfgang Lierow sen. ein Eisbein serviert bekommt, dann isst er es natürlich. „Ab und zu trinke ich auch mal ein Bierchen oder ein Glas Rotwein.“ Der 71-jährige Triathlet aus Güstrow (Foto: kt) hält nichts von einem asketischen Lebensstil: „Hör' mir auf mit dem Zirkus.“ Dennoch ist Lierow amtierender deutscher Triathlon-Meister der Altersklasse M70. Er will demnächst in London bei der WM angreifen und seinen zweiten Titel nach Hamburg 2007 gewinnen. „Der Biber war die Generalprobe für London“, erzählt Lierow. Lockeren Schrittes erreichte er nach 1:11:56 Stunden das Ziel im vorderen Fünftel des Feldes. Einst in der DDR war er mit einer Topzeit von 2:30 ein guter Marathonläufer, immer noch trainiert er täglich. Mein Arzt sagt, ich soll immer



weitermachen“, verrät Lierow, dessen Ruhepuls bei 23 liegt.

Die guten Gene hat er weitergegeben. Sein gleichnamiger Sohn wurde in Bleckede Zweiter, und auch sein gerade erst 16-jähriger Enkel Justus erreichte problemlos das Ziel – sechs Minuten nach dem Opa.