

Hammerharter Abschied von Hawaii

Reimann quält sich – und genießt

VON ANDREAS SAFFT

Kailua Kona/Lüneburg. Zwei Kilometer noch bis zum Ziel des Ironman Hawaii. „Die wollte ich ganz bewusst genießen“, erzählt Frank Reimann, „denn wer weiß, ob ich jemals wieder nach Hawaii komme“ Vergessen waren da die Strapazen der fast elf Stunden zuvor, vergessen die Schmerzen und Probleme. „Ich konnte noch in die Kamera lächeln und habe noch einmal alles mitgenommen.“ 10:50:45 Stunden benötigte der Lüneburger für den berühmtesten Triathlon der Welt – fast zwei Stunden mehr als bei seiner Bestzeit über die Langdistanz. „Aber wenn man fast fünf Wochen nicht trainiert, dann kann es nicht so gut laufen“, wusste er.

„Für mich war klar, dass ich ins Ziel komme – egal wie.“

Frank Reimann

Ein Muskelfaserriss hatte den 37-jährigen Gymnasiallehrer lange mattgesetzt und seine Erwartungen gedämpft. „Für mich war klar, dass ich ins Ziel komme – egal wie“, beschreibt Reimann seine Motivation beim sechsten Hawaii-Start. Das 3,8-Kilometer-Schwimmen durch den Pazifik hatte er in gut einer Stunde ohne

besondere Zwischenfälle erledigt. Die Qualen begannen aber auf der 180-Kilometer-Radstrecke durch die Lavafelder.

Die Altersklassen-Athleten dürfen ebenso wie die Profis nicht im Windschatten fahren, müssen sechs Radlängen Abstand zum Vordermann halten. Eine Regel, an die sich immer weniger Konkurrenten gebunden fühlen. „Diese Mentalität gab es früher nicht“, betont Reimann. „Ich habe mich jedenfalls aus allen Gruppen rausgehalten.“ Kurz vorm Ende der Strecke drehte der Wind, das Tacho zeigte nun fast eine Stunde lang zeitweise nur noch Tempo 20 an. Oberschenkel und Adduktoren begannen zu zwicken. Reimanns Gedanken: „Wie soll ich jetzt noch einen Marathon laufen?“

Früh war klar, dass er nur mit längeren Geh-Einlagen die finalen 41,295 Kilometer durchhalten konnte, zumal auch sein Magen rebellierte, er nichts zu sich nehmen konnte: „Dabei war es vom Wetter her ideal, leicht bewölkt, nur 35 Grad warm.“ Geschlagene 4:22:13 Stunden benötigte er für die Strecke, die er an gleicher Stelle vor neun Jahren in 2:57 geschafft hatte, genoss aber noch einmal die Landschaft, die Atmosphäre, die Freundlichkeit der Helfer. Zweimal kam er direkt an seinem Hotel vorbei.

Zweimal widerstand er dem Wunsch abzubiegen und lief oder ging weiter geradeaus. Rechts und links von ihm warfen viele das Handtuch und stiegen aus.

Das hatte schon nicht mehr so viel mit einem Marathon-Lauf zu tun. Um die abschließenden 42,195 Kilometer überhaupt zu schaffen, muss Frank Reimann von Beginn an ausgedehnte Gehpausen einlegen. Aber er hält durch. Foto: nh



Keine Option für Reimann, der letztlich auf Platz 982 der WM das Ziel erreichte – 2007 hatte er Platz 41 erreicht. „Ich war schon mental ein bisschen geknickt“, gesteht der Lüneburger einen

Tag nach dem Rennen. „Physisch geht es mir schon wieder ganz gut.“ Drei Tage noch wird er mit seiner Frau Susanne und den drei Kindern auf Hawaii als Tourist unterwegs sein, zum Vulkan fah-

ren, ein bisschen im Pazifik schnorcheln. Und dann ist für ihn das Thema Leistungssport erst einmal erledigt: „Vier, fünf Wochen werde ich dann ganz pausieren. Mich treibt ja keiner.“