

Hallo zusammen

Als Saisonhoehepunkt habe ich mir nebst dem Urlaub auch noch eine sportliche Herausforderung vorgenommen. Damit ihr etwas ueber diesen Anlass mitbekommt moechte ich euch meine Woche der Vorbereitung auf diesen Anlass und den Renntag auf elektronischem Weg weiter geben.

Sonntag, 25.11.2007

Angekommen auf der Ferieninsel, mache ich mir erst einmal einen Eindruck von der Umgebung. Der Start und die Wechselzone befindet sich unmittelbar bei meinem Hotel so dass ich am Renntag nicht all zu frueh aus den Ferdern muss. Beim Gedanken, dass ich die ersten 1200 Meter im offenen Meer schwimmen muss, macht mir doch ein bisschen Kopfschmerzen. Sicher ich bin auch schon im Meer geschwommen, aber nicht mit 2000 anderen Schwimmern. Ein Bericht aus dem TriLife stimmt mich auch nicht optimistischer, da hat ein Athlet beim Schwimmen einen Tritt mit dem Fuss ins Gesicht erhalten, dass dieser waehrend des ganzen Ironman auf Hawaii wie ein torkelnder Alkoholiker sein Rennen bestritt. Aber was soll's ich schwimme mich ein und siehe da, im Meer schwimmt es sich gleich wie im Hallenbad. Anstelle von wild paddelnden, orientierungslosen Triathleten schlagen einem einfach die zwei Meter hohen Wellen ins Gesicht. Den zweiten Teil der Schwimmstrecke schwimmen wir dann in einer Lagune, welche gerade zu vor sich hintuempelt im Vergleich mit dem Meer. Am Ende der 620 Meter in der Lagune geht's dann gleich in die Wechselzone.

Fuer den ersten Tag habe ich mit der Schwimmeinlage genug gemacht.

Montag 26.11.2007

Heute geht's zum Morgenrunning. Das Hotel bietet das an und ich nutze die Gelegenheit mich mit der Umgebung bekannt zu machen. Ein durchtrainierter Thai springt leichtfuessig vor mir her. Klar der ist ja auch etwa 20 Kilos leichter als ich und die tropischen Temperaturen gewohnt. Nebst meiner Wenigkeit versucht sich noch ein Australier, der bei Start schon klar macht, dass er ein Jogger sei und kein Runner. Nach ca. 2000 km laesst er sich dann zurueckfallen und mein Sparringpartner, der Thai, laesst sich wie es sich fuer einen Guide gehoert zurueckfallen. Mir weist er auf Thailaendisch den Weg und so renne ich nun konzeptlos in der Gegend herum. Irgendwie finde ich aber durch Zufall wieder mein Hotel. Ich warte noch etwa zehn Minuten. Aber niemand taucht auf. Also entweder habe ich den wohl kuerzesten Weg nach Hause gefunden oder aber der Thai muss den leicht uebergewichtigen Australier nach Hause tragen.

Am Nachmittag schwimme ich zur Auflockerung noch mal die Strecke in der Lagune hin und zurueck. Dies genuegt fuer den heutigen Tag, man soll's ja nicht uebertreiben.

Dienstag, 27.11.2007

Der Wecker klingelt frueh. Heute moechte ich meine erste Radtour unternehmen. Das Rad hat den Transport gut ueberstanden, so weit ich dies ueberhaupt beurteilen kann. Nach kurzem einrollen und den letzten Feinseinstellungen, starte ich meine Pulsuhr und los geht's. Nach ca. 500 Meter findet mein Vorhaben ein jaehes Ende. Ich stehe in einer Kreuzung und schon braust eine Thai auf einem Roller entgegen. Vermutlich hat er gedacht, dass ich wegfahren wollte und vollzieht eine Vollbremsung, welche zu einer kurzen aber schmerzvollen Rutschpartie wird. Unmittelbar vor meinen Fuessen kommt er zum Stillstand. Zum Glueck bleibe ich unversehrt und auch das Bike bleibt unbeschadet. Innert Sekunden bin ich von Thais umringt und ich fuehle mich gleich wie der Suender. Gestikulierend und Armeverwerfend reden alle durcheinander und ich verstehe nun gar nichts mehr. Kurz darauf trifft die Polizei ein, jemand hat sie gerufen. Ich nicht, da ich mich ja nicht schuldig fuehle. Aber ich werde in kuerzester Zeit zum Unfallversucher gestempelt und man macht mir klar, was am Roller alles kaputt gegangen sei, wegen mir. Ich bin erstaunt ueber mich, ich bleibe cool und lasse mich nicht auf grosse Dissskusionen ein. Da ich der Auslaender bin habe ich trotz Polizei das Nachsehen. Aber nun verblueffe ich wohl alle Thais. Ich mache Ihnen klar, dass ich noch zwei Wochen hier sei und dass ich, wenn ich schon fuer den Schaden aufkommen soll, den Roller nach der Reparatur vor dem Hotel sehen moechte, ansonsten gaebe es kein Geld. Zu meiner Verwunderung scheinen sie sich mich nun doch verstanden zu haben und sie machen einen Kuhhandel mit mir. Sie fordern 3000 Baht (ca. 100 Franken) fuer Arztbehandlungen und den Spiegel, der wirklich zur Bruch gegangen ist. Ich sehe, dass ich ob all der Leute wohl keine andere Moeglichkeit habe und gehe den Handel ein. Vielleicht auch darum, weil mir der laedierte Thai fast unter Traenen berichtet, dass er wohl mit diesen Schuerfungen, und hat doch einige am ganzen Koerper, nicht am Triathlon teilnehmen koenne. Er sei naemlich auch Triathlet wie ich und nun koenne er wohl nicht mitmachen. Ich kann es ihm leider nicht sagen, aber wegen ein paar Schuerfungen gibt man dann nicht so schnell auf.

Fuer heute ist aber mein Bedarf an sportlichen Aktivitaeten vollends gedeckt. Ich werde dann am kommenden Donnerstag und Freitag mit dem Triathlonross und unter Polizeieskorte die Rennstrecke abfahren.

Ich wuensche Euch noch alles Gute bis dann

Werner