

Artikel publiziert am: 22.07.2012 - 07.26 Uhr

Artikel gedruckt am: 20.02.2014 - 08.49 Uhr

Quelle: <http://www.merkur-online.de/sport/lokalsport/erding/hawaii-hattrick-mitschke-darf-2426774.html>

---

## Der Hawaii-Hattrick: Mitschke darf zur WM

Erding - Innerhalb von vier Wochen absolvierte Alexandra Mitschke drei Ironman-Wettbewerbe. Jetzt darf die Triathletin zum dritten Mal zur WM nach Hawaii und will dort eine Stunde schneller sein als 2011.



Auf dem Weg zum Sieg: Alexandra Mitschke. F: fkn

Alexandra Mitschke ist für das 24-Stunden-Rennen in Kelheim gemeldet, doch sie hat abgesagt. „Diesen Sieg hole ich mir 2013“, sagt sie und lacht, „Ich bin nur noch platt, aber total happy.“ Der Grund: Die Erdingerin hat drei Ironman-Wettbewerbe in vier Wochen bestritten, und sie hat sich zum dritten Mal für die Weltmeisterschaft in Hawaii qualifiziert.

Dieser Erfolg hatte sich schon beim Rennen in Regensburg angebahnt, als die 40-Jährige eine Zeit von 10:22 Stunden lief. In Frankfurt scheiterte sie schließlich noch einmal haarscharf. Dort hatte sie die 3,8 Kilometer lange Schwimmstrecke, den 180-Kilometer-Radkurs und den Marathon (42,195 km) in 11:04:26 Stunden absolviert. Bei 30 Grad und Sonnenschein - „das sind nicht gerade meine Lieblingsbedingungen“ - wurde sie in ihrer Altersklasse Zehnte unter 60 Teilnehmerinnen. „Von der WM trennten mich aber 20 Minuten“, sagt die Athletin, die auch die Jugend des VfB

Hallbergmoos trainiert. Also meldete sie sich eine Woche später beim Ironman Zürich spontan an, „obwohl man eigentlich nur einen Ironman im Jahr macht“, sagt sie. „Mein bayerischer Sturschädel und der Wunsch, unbedingt in Kona am Start zu stehen, riefen alle noch verfügbaren Kräfte in mir hervor“, erzählte sie. Im Wettkampf mit 38 Konkurrentinnen musste sie die Altersklasse 40 bis 44 gewinnen. Und die Flughafenangestellte gab ordentlich Gas. Nach 1:14 Stunden stieg sie bereits aus dem Wasser. Beim Radfahren, ihrer Paradedisziplin, hatte sie mit 5:50 Stunden die beste Zeit und ging als Vierte auf den Laufkurs.

Nach der Hälfte der Marathonstrecke „wollte ich meinen Freunden sagen, dass die Beine ganz schön schmerzten. Da erfuhr ich, dass ich bereits auf dem ersten Platz lag“, erzählte sie. Eine „laufstarke Französin im Nacken“ biss sie die letzten 20 Kilometer auf die Zähne. Im Kopf hatte sie die Prognosen ihres Arztes. „Er gab mir höchstens eine zehnpromtente Chance, dass ich ans Ziel komme.“ Und auf ein Prozent hatte ihre Trainerin Ute Mückel die Siegchance taxiert.

Und die nutzte sie. Mit der besten Marathonzeit von 3:51:08 in ihrer Altersklasse flog sie förmlich über die Ziellinie in die Arme ihres Freundes. Die Endzeit: 11:03:49 Stunden für den Parcours mit den rund 1600 Höhenmeter. Die Zweitplatzierte brauchte sechs Minuten länger. „Es war das Rennen meines Lebens“, sagte Mitschke.

Oder vielleicht kommt dieses auch erst am 13. Oktober in Hawaii. Dort peilt sie eine Zeit von 10:20 Stunden an. Damit wäre sie um mehr als eine Stunde schneller als im Vorjahr. „Ich weiß, dass dies ein ehrgeiziges Ziel ist, aber ich bin halt verrückt“, sagt die Ausdauersportlerin, die nach ihren diesjährigen Ergebnissen die Nummer eins in Deutschland ist und auf Hawaii in die Top 20 laufen will.

Dafür wird sie in den kommenden Wochen - nach einer zweiwöchigen Pause - trainieren. Ob sie bis dahin noch ein Rennen bestreitet? „Nein“, sagt sie, „nur zwei kleine, also am Schliersee und am Wolfgangsee - das ist ja nur Olympische Distanz.“

Übrigens: In anderen Sportarten gibt's Gold für die Siegerin, Alexandra Mitschke bekam in Zürich erst einmal eine Zahlungsweisung. Sie musste sofort die 656 Euro Meldegebühr für die WM in Hawaii überweisen. Zuvor hatte sie bereits 715 Euro für die Nachmeldung in Zürich geblecht.

Nun sucht die Top-Sportlerin einen Sponsor, denn die Ausgaben werden nicht weniger. „Um sich an die Bedingungen auf Hawaii zu gewöhnen, musst du mindestens zwei Wochen dort sein“, sagt die Erdingerin. Sie werde sich wie 2011 mit zwei weiteren Athletinnen eine Unterkunft teilen. „Vergangenes Jahr kostete der ganze Spaß 3300 Euro“ erzählt sie. (Dieter Priglmeir)