Melanie Lüdorf ist am Ziel ihrer Träume

Die Wuppertaler Triathletin erreicht auf Hawaii in 11:08 Stunden das Ziel. Der Schwelmer Demian Barrenstein in 9:43 Stunden.

Von Andreas Boller

Der Ironman 2016 auf Hawaii wird als der große Tag der deutschen Triathleten in die Geschichte des spektakulärsten Ausdauerwettbewerbs der Welt eingehen. Mit Jan Frodeno, Sebastian Kienle und Patrick Lange standen gleich drei deutsche Triathlon-Profis auf dem Siegertreppchen. Bei extremer Hitze spielten sich die großen Dramen der Triathlon-WM aber nicht nur auf den vorderen Rängen ab. Als die Sonne um 18.15 Uhr Ortszeit unterging, quälten sich die meisten Teilnehmer noch über die Marathonstrecke. Zur Freude von Trainer Stavro Petry waren zu diesem Zeitpunkt Melanie Lüdorf (11:08,25 Stunden) und Demian Barrenstein (9:43,51 Stunden) aber schon im Ziel und zählten – wie vor dem Start erhofft – zu den sogenannten Daylight Finishern auf den vorderen Plätzen ihrer Altersklassen.

Eine Triathlonkarriere im Schnelldurchlauf

Melanie Lüdorf hat erst vor fünf Jahren das Triathlonfieber gepackt. Umso erstaunlicher ist ihre Leistung. Obwohl die ehemalige Rollskifahrerin des Skiclubs Cronenberg bis 2011 kaum einmal länger als fünf Kilometer am Stück gelaufen war, entwickelte sie sich unter Anleitung ihres Lebensgefährten Stavro Petri innerhalb kurzer Zeit zu einer leistungsstarken Triathletin, die bereits 2013 ihren ersten Wettbewerb über die Ironman-Distanz wagte. Der Schwelmer Zahnarzt Demian Barrenstein betreibt hingegen bereits seit seinem 15. Lebensjahr Triathlon. Auch für ihn war die Zielankunft auf dem Alii Drive in Kailua Konam der bisherige Höhepunkt seiner Laufbahn.

> „Melanie und Demian haben ein fantastisches Rennen hingelegt."
>
> **Stavro Petri,**
> Triathlet und Triathlontrainer

Bei 34 Grad und extremer Luftfeuchtigkeit von 85 Prozent gingen die beiden Amateure professionell vorbereitet ins Rennen. Sie profitierten dabei von der Erfahrung ihres Trainers Stavro Petri, der 2014 den Ironman auf Hawaii erfolgreich absolviert hatte. „Es war nicht das letzte Mal", kündigte Melanie Lüdorf bei der Siegerparty an, die von 4000 Zuschauern und Teilnehmern besucht wurde.

„Melanie und Demian haben ein fantastisches Rennen hingelegt. Wir sind vorher alle Szenarien durchgegangen, aber sie waren nicht nur körperlich, sondern auch mental toll drauf", freute sich Stavro Petri über ein Rennen, das beide trotz der Wellen im 28 Grad warmen Pazifik und der Hitze auf der Rad- und Laufstrecke durch die Lavawüste genießen konnte. Wie hoch ihre Leistung einzuschätzen ist, belegt die Tatsache, dass der letzte Athlet innerhalb der Zeitgrenze erst nach 17 Stunden das Ziel erreichte.

Stavro Petri legte auf dem Rad die Strecke zurück und konnte seine Athleten unterwegs mental unterstützen. „Sie hatten niemals Zweifel, dass sie das Ziel erreichen würden. Wir sind alle sehr stolz, zufrieden und glücklich über den Rennverlauf", so Stavro Petri. Melanie Lüdorf kam gegen die weltweit besten Triathletinnen in ihrer Altersklasse (30 bis 34) unter 98 Teilnehmerinnen als 39. ins Ziel. Demian Barrenstein wurde 68. von 222 Herren in der Altersklasse 35 bis 39.

Wie gut die Vorbereitung im Bergischen Land war, erwies sich auch am Tag nach dem großen Wettkampf. Beide konnten „wieder ganz normal" zum Pier in Kona gehen, um entspannt auszuschwimmen. Das Abenteuer Ironman Hawaii endet für das Trio mit einem Erholungsurlaub in Maui beziehungsweise Honolulu. Spätestens nach der Rückkehr nach Deutschland dürften dann schon wieder Pläne für den Ironman 2017 geschmiedet werden.

IRONMAN

STRECKE 3,86 Kilometern Schwimmen, 180,2 Kilometern Radfahren und ein Marathon-Lauf – diese Distanzen werden seit 1978 bestritten. Der Ironman auf Hawaii hat weltweit viele Nachahmer gefunden.

QUALIFIKATION Teilnehmer beim Ironman auf Hawaii müssen sich zuvor bei anderen Ironman-Wettbewerben mit guten Zeiten für ihre Altersklassen qualifizieren. Der Ironman auf Hawaii gilt als Weltmeisterschaft der Triathleten auf der Langstrecke. Die Olympischen Distanzen sind 1,5 km Schwimmen, 40 km Rad und ein Lauf über 10 km.

Im Ziel auf dem Alii Drive in Kailua Kona ist Melanie Lüdorf überglücklich. Trotz der enormen Strapazen konnte sie den Zieleinlauf nach dem abschließenden Marathonlauf genießen. Foto: Stavro Petri