

## Beim Knappenman über sich hinausgewachsen

**Die 28. Auflage des Sparkassen-Triathlons am Dreiweiberner See war eine echte Hitzeschlacht**

LOHSA Zu einer regelrechten Hitzeschlacht ist am Wochenende die 28. Auflage des Sparkassen-Knappenman am Dreiweiberner See geworden. Bei dem Triathlon gingen mehr als 1000 Sportler auf über acht Distanzen und in verschiedenen Kategorien an den Start.



Große Freude beim Zieleinlauf von Angela Strosny. Dieser Wettkampf war mehr als anstrengend.

Foto: mft1

Als größte sportliche Leistung des diesjährigen Wettkampfes an einem extremen Hitzewochenende dürfte dies unbedingt zu nennen sein: Hochachtung vor allen, die ihre Strecken bewältigt haben. Hut ab! aber auch vor jenen, die nicht bis ins Ziel kamen.

Natürlich sind diese Gesprächsfetzen beim Knappenman am Dreiweiberner See in jedem der 27 Wettbewerbe zuvor ebenso zu hören gewesen. Sätze wie "Es ging nicht mehr. Ich musste so ziehen!" oder "Alles für den Zieleinlauf" sind fester Bestandteil der Berichte über die Bewältigung eines jeden Triathlons, ob man nun Teil eines Staffelteams war oder sich in der Einzelwertung allen drei Bausteinen des sportlichen Wahnsinns allein gestellt hat.

Viele hätten unterwegs mit Krämpfen gekämpft, erzählt XL-Knappenman-Teilnehmer Christian Liebich nach seinem Zieleinlauf. Er selbst habe sich insbesondere auf der Laufstrecke immer wieder gefragt, ob er denn verrückt sei. Schließlich prasselte die Sonne mit mehr als 30 Grad vom dunkelblauen Himmel. Nicht ein Wölkchen versprach eine Spur von Schatten. Rekordzeiten spielten bei diesen selten schwierigen Bedingungen keine Rolle mehr, sagt der Bautzener. Nur das Durchhalten habe für ihn noch gezählt.

Das sehen die Damen vom Team "Firstladys OSSV Kamenz/SG Oberlichtenau" zugegebenermaßen nicht ganz so gelassen. "Eine Frau darf mich nicht überholen!", gesteht Annegret Schäfer. Dabei hat die 52-Jährige gerade 90 Kilometer auf dem Fahrrad in den Beinen. Kein Grund, den Ehrgeiz zu verleugnen, der sie gerade zweieinhalb Stunden nach vorn gepeitscht hat. Zustimmend nicken ihre Teamkolleginnen Kerstin Pötschke (56) und Marion Kunath (58). Intensiv hat jede sich auf diesen Tag vorbereitet. Viermal in der Woche versuche sie, zum Training ins Wasser zu kommen, sagt Pharmareferentin Kerstin Pötschke. Die kaufmännische Angestellte Annegret Schäfer fährt jeden Tag 34 Kilometer mit dem Fahrrad zur Arbeit und zurück. Am Wochenende jagt sie sich mit Ehemann Jens mindestens einen "Hunderter" auf den Rädern in die Beine. Krankenschwester Marion absolviert im Training regelmäßig zwischen fünf und 30 Kilometer, im Wettkampf sind es auch gern mal 50, 70 oder gar 100. Es sei das gemeinsame Ziel, das sie zusammenschweißt, sagen die Frauen.

Und eine Spur Gelassenheit ist wohl doch hilfreich im Spiel gewesen. Denn hätten sie nicht gewonnen, hätten sie sich einfach gesagt, dass die anderen schließlich jünger sind. Aber dazu kam es ja nicht. Denn sie haben einfach keine Frau vorbei gelassen. . .

Dennoch sagen alle Sportler, die durch das Ziel laufen, den selben Satz. Hut ab vor jenen, die abgebrochen haben. Wenn es nicht geht, dann geht es eben nicht, findet Steffen Gierth. Zwar hat er die XXL-Strecke – den "langen Kanten" - als einer der Besten seiner Altersklasse vollständig hinter sich gebracht, doch der kleine Schlusspurt gegen einen Gegner beim Zieleinlauf nach elf Stunden und



Siegerehrung für die Helden über die XXL-Distanz: Stefan Flachowsky (OSSV Kamenz, 2.v.l.) kam vor Michael Krell (Team Arndt) und Janos Bognar aus Ungarn ins Ziel.

Foto: mft1

17 Minuten hat dann doch noch seinen Tribut gefordert. "Da habe ich im ganzen Körper ein Kribbeln gespürt", sagt der Hoyerswerdaer und erklärt damit, warum er sich vorsichtshalber bei Christian Rößler von der DRK-Wasserwacht bei einem Becher Wasser etwas ausruht. Eigentlich habe er ja unter elf Stunden bleiben wollen, sagt Steffen Gierth. Irgendwann aber war die Zeit nicht mehr wichtig. Mit dem Zieleinlauf nach 3,8 Kilometern im Wasser, 180 Kilometern auf dem Rad und dem Marathon auf dem heißen Lausitzer Asphalt hat er seiner vierjährigen Knappenman-Karriere die Krone aufgesetzt. Jedes Jahr ging es für ihn eine Wettkampfklasse höher. 2017 möchte er erst einmal wieder einen Gang zurück schalten. Zu zeitintensiv sei das Training neben Beruf und Familie.

Aber unverzichtbar, mahnt Wasserwachtler Christian Rößler. Nur das regelmäßige Training vermittele dem Sportler die notwendige Kenntnis von der Leistungsfähigkeit seines Körpers. Das Kribbeln, das Steffen gespürt habe, sei ein ernst zu nehmendes Anzeichen der Erschöpfung. Krämpfe, Schwärze vor den Augen oder gar Erbrechen dürften dagegen wirklich nicht mehr ignoriert werden. Und so werden bei diesem 28. Knappenman am Dreieibener See unter der sengenden Sonne plötzlich auch die Sportlerinnen und Sportler zu Helden, die den Mut hatten, ihr Rennen aufzugeben. Im Interesse ihrer Gesundheit. Und die sollte im Sport schließlich immer die Siegerin sein. Ergebnisse: [www.baer-service.de](http://www.baer-service.de)

Mandy Fürst / mft1

[vorheriger Artikel](#)

[🏠 zurück auf die Startseite](#)

### Folgende Artikel könnten Sie auch interessieren



#### Weggeworfen wie Müll

Eigentlich wollten Lisa Kade und ihre Familie nur Pilze sammeln im nahe gelegenen Wald bei Dreska. Auf dem Weg zurück zum Auto hörten sie seltsame Geräusche. [Mehr\[+\]](#)



#### 69-Jähriger wird von Auto erdrückt

Ein 69-Jähriger ist am Montagnachmittag im Hohendubrauer Ortsteil Thräna bei einem tragischen Unfall ums Leben gekommen. Wie Polizeisprecher Thomas Knaup mitteilt, wurde der Mann in seiner... [Mehr\[+\]](#)



#### Stau nach Unfall in Cottbus

Nach einem Unfall zwischen einem Pkw und einem Motorrad staut sich der Verkehr derzeit in der Dresdner Straße/Madlower Hauptstraße stadtauswärts. Bei dem Zusammenstoß sind laut Feuerwehr-Leit... [Mehr\[+\]](#)

#### Polnische Polizisten fassen brutale Handtaschenräuber

Ein brutaler Überfall auf eine 80-Jährige in Guben (Spree-Neiße) ist mit Hilfe der polnischen Polizei schon nach ein paar Stunden aufgeklärt worden. Die Rentnerin wurde am Montagmorgen Opfer... [Mehr\[+\]](#)

