

OK Cookies
Weitere

Pflicht Cookies setzen.

**Augsburger Allgemeine**... keine großen
Tränen werden.**Bepanthen**

Startseite Lokales (Donauwörth) Lokalsport Lächeln, solange es geht

11. Juli 2017 07:58 Uhr

TRIATHLON

Lächeln, solange es geht

Theresa Wild startet bei der Challenge Roth über die Langdistanz. Im Interview spricht sie über die Bedeutung des persönlichen Renntempos, Magenkrämpfe und jede Menge Gänsehautatmosphäre

Twittern



260000 Zuschauer feuerten die Athleten bei der Challenge Roth an. Darunter auch Theresa Wild aus Wittesheim (vorne Mitte), die von 489 Frauen schließlich als 14. ins Ziel kam und Zweite in ihrer Altersklasse wurde.

Foto: Wolfgang Wild

Monheim-Wittesheim Die Challenge Roth gehört zu den renommiertesten Triathlon-Wettkämpfen der Welt. Jedes Jahr stellen sich ihr tausende Athleten aus der ganzen Welt und gehen über die Langdistanz – 3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren, 42,2 Kilometer Laufen – ins Rennen. Mit dabei waren mit Leonhard Wiedemann (201. Rang) und Michael Schober (1300. Rang, beide TSV Harburg) sowie [Theresa Wild](#) (La Carrera Triteam Rothsee) auch drei Athleten aus der Region. Die DZ sprach mit Theresa Wild über ihren Wettkampf und den ganz besonderen Reiz der Challenge Roth.

Frau Wild, wie geht es heute, einen Tag nach der [Challenge Roth](#), Ihren Beinen?

Theresa Wild: Denen geht es heute ziemlich schlecht (lacht), aber das ist ganz normal. Meine Muskulatur hat irgendwann zugemacht und dann tut einem eben alles weh. Aber das bedeutet auch, dass ich alles gegeben habe. Der Schmerz vergeht ja wieder in den nächsten Tagen.

Sie waren über zehn Stunden unterwegs, wie regeneriert man nach so einer Tortur?

Wild: Man muss eine Ruhepause einlegen. Die Massagedüsen im Thermalbad sind auch nicht schlecht.

Die Challenge Roth ist eine sportliche Massenveranstaltung mit knapp 3500 Athleten und 260000 Zuschauern. Wie haben sie das Wettkampfwochenende angesichts eines solchen Andrangs begonnen?

Wild: Gemütlich. Ich habe mit meiner Familie drei Nächte gecamp. Am Freitag konnte ich schon meine Startnummer abholen. Am Samstagmorgen hatten die Sportler dann die Möglichkeit, das Schwimmen im Kanal zu testen, das habe ich auch gemacht. Man musste dann auch sein Fahrrad und seine Laufausrüstung abgeben, die zu den Wechselzonen gebracht wurde. Wir haben dann noch gut gegessen und ich bin früh ins Bett gegangen.

Der Start im Schwimmen findet in Hiltpoltstein statt, wie haben sie den Auftakt dort erlebt?

Wild: Ich war in der ersten Frauenstartgruppe und der Kanonenschuss zum Start fiel für mich um 6.55 Uhr. So früh waren schon 20000 Zuschauer am Kanal, eine

... keine große
Tränen werde**Bepanthe**

Gänsehautatmosphäre. Da musste ich schon ein Tränchen verdrücken. Sobald man die Wechselzone betritt ist man ganz allein mit sich, da die Begleitpersonen nicht mit hinein dürfen.

Das Schwimmen ist ja nicht gerade Ihre Lieblingsdisziplin, wie lief es für Sie auf den 3,8 Kilometern im Main-Donau-Kanal?

Wild: Ich hatte das Ziel, zügig zu schwimmen. Erst hatte ich nicht das richtige Gefühl dafür, das kam aber mit der Zeit.

Dann ging es aufs Rad...

Wild: Man musste zweimal 90 Kilometer mit 1500 Höhenmetern bewältigen und während der ersten Hälfte war es wirklich sehr windig. Trotzdem habe ich versucht, die Vorgaben meiner Trainerin umzusetzen und bin mein eigenes Tempo gefahren. Viele legen ja sehr schnell los und können dann nach den ersten 90 Kilometern nicht mehr.

Konnten Sie die Unterstützung der vielen Zuschauer genießen?

Wild: Ja sehr. Auf dem Solarer Berg schreien die Leute so laut, dass man sonst nichts mehr hört. Da ich für das La Carrera Triteam Rothsee starte, hat mich der Moderator oben auf dem Berg angekündigt. Als die Leute mich anfeuerten, habe ich mich total gefreut.

Der abschließende Marathon fand in diesem Jahr auf einer neuen Strecke statt.

Wild: Die Organisatoren wollten mehr Stimmungsnester an der Strecke. Früher lief man auch mal für einige Kilometer ganz allein, ohne Zuschauer. Jetzt läuft man zweimal 21 Kilometer – und das fast nur auf Asphalt. Es war ziemlich hügelig, mit 240 Höhenmetern.

Hatten Sie noch genügend Kräfte für den Marathon auf der ungewohnten Strecke übrig?

Wild: Ich habe mich auf dem Rad nicht total abgeschossen, schließlich wusste ich, dass noch ein Marathonlauf bevorsteht. Anfangs ging es mir auch sehr gut aber nach etwa 28 Kilometern bekam ich extreme Magenkrämpfe und musste kurz pausieren. Aber ich konnte mich wieder ins Rennen hineinkämpfen. Meine Freunde und Familie haben mich auch sehr unterstützt. Es stand immer jemand am Wegrand und hat mich angefeuert.

Klingt nach einer größeren Fangemeinschaft.

Wild: Ich habe mich wahnsinnig gefreut, dass neben meiner Familie so viele Freunde gekommen waren, um mich anzufeuern. Ich hatte mir zuvor einen Zeitplan gemacht, dass sie ungefähr wussten, wann ich welchen Streckenabschnitt passieren würde. Für manche meiner Freunde war es das erste Triathlon-Erlebnis. Ihnen hat es richtig gut gefallen. Als es mir dann beim Laufen nicht gut ging, haben sie sich per Smartphone zusammengeschrieben und gefragt, wo ich bin. Sie haben sich dann auf den letzten Kilometern verteilt, damit sie mich pushen können. Das war wirklich super.

Haben Sie es noch bis ins Ziel geschafft?

Wild: Nach 10:13:25 Stunden habe ich den Wettkampf beendet als Zweitbeste meiner Altersklasse und 14. unter allen Frauen, inklusive der Profi-Athletinnen. Der Zieleinlauf war sehr schön, ich lief über einen roten Teppich und der Stadionsprecher sagte meinen Namen. Es ist ein tolles Gefühl, man freut sich einfach, es geschafft zu haben.

Konnten Sie den Abend dann noch etwas genießen oder war die Erschöpfung zu groß?

Wild: Ich habe mir erst eine Massage geholt und bin dann unter die Dusche. Bis 23 Uhr ist das Ziel offen, danach gab es ein riesiges Feuerwerk bei ausgelassener Stimmung. Ein schönes Ende für diesen Tag.

Sind Sie mit Ihrer Leistung zufrieden?

Wild: Ich bin mehr als zufrieden. Mein Ziel war, den Wettkampf in unter zehneinhalb Stunden zu beenden. Dass ich bei dem windigen Wetter schneller war, ist super. Wichtig war mir aber in erster Linie Spaß zu haben und zu lächeln, solange es geht.

Interview: Stephanie Utz

[Jetzt das e-Paper, die digitale Zeitung, 14 Tage kostenlos testen. Endet automatisch! Informieren Sie sich hier.](#)

Twittern  0

Mehr zum Thema

Triathlon II [Im Ziel gibt es nur glückliche Gesichter](#)

Triathlon [Wettkampf bei 40 Grad Hitze](#)

Triathlon [Theresa Wild ist Europameisterin](#)

Triathlon [Erfolgreiches Debüt](#)



ANZEIGE

Zahnersatz nötig? Keine Wartezeit. Mit 50 € Amazon.de Gutschein.

Du brauchst eine Krone? Kein Problem. Bei Kronen, Brücken und Prothesen leisten wir sofort. Wir zahlen auch bei schon ...

Das könnte Sie auch interessieren



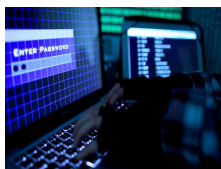
18-Jährige versenkt Auto im Pool

Erschrocken, mit dem Auto durch eine Hecke und Hausmauer und in einen Pool: Eine 18-Jährige... [Mehr...](#)



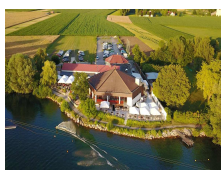
Der Ford Mustang – Kultstatus inklusive

Kraftvoll, dynamisch, unverwechselbar - konfigurieren Sie Ihr eigenes Modell.



500 Millionen E-Mail-Passwörter gestohlen: Prüfen Sie hier, ob Sie betroffen sind

Unzählige E-Mail-Adressen samt Passwörtern: Das Bundeskriminalamt findet bei Ermittlungen... [Mehr...](#)



Das Tropicana eröffnet mit neuem Konzept

Die einstige Kultdisco heißt nun Royal am See und will mit gehobenem Ambiente und Revi... [Mehr...](#)



Mit 220 Stundenkilometer auf der B25 unterwegs

Mit deutlich überhöhter Geschwindigkeit war ein 38-Jähriger in der Nacht zum Mittwoch bei... [Mehr...](#)



Ihre perfekte Matratze

Diese Matratze passt sich an Ihren Körper an und stützt ihn optimal. Felix Neureuther empfiehlt...

hier werben

powered by plista

