

«Der Ironman in St. Pölten ist dieses Jahr grün»

Das Team Koach mit drei Altersklasse-Siegen und vier WM-Qualifikationen

Der Ironman 70.3 in St. Pölten ist längst mehr als ein Geheimtipp. Die Landeshauptstadt von Niederösterreich wartet mit einer sehr schönen Radstrecke rund um den Dunkelsteiner Wald auf. Das Team Koach von Kurt Müller ist mit 11 Athletinnen und Athleten gestartet, drei gewannen in ihrer Altersklasse, eine erreichte Rang zwei.

Mit den vier zusätzlichen Qualifikationen für die Ironman 70.3 Weltmeisterschaft im September in Kanada ist das Team im grün-weißen Dress von Kurt Müller bereits bei 11 WM-Startplätzen angelangt. So viel ist sicher: Das Team Koach wird sich am 7. September in Mont Tremblant nicht verstecken müssen. Teamcoach Kurt Müller stellte fest: «Der Ironman in St. Pölten ist dieses Jahr grün!»

Vor einer Woche wurde Sandra Dänzer in einem Kreisel von einem Auto angefahren. Trotz der Schürfwunden und nur mit einem Ersatzrad ausgerüstet entschied sie sich, zu starten. Die besondere Sankt Pöltener Schwimmstrecke bewältigte sie in 37 Minuten und war als Fünfte ihrer Altersklasse gut im Rennen. Besonders ist die Strecke deshalb, weil der Viehofener See zu klein ist, um die vorgege-

benen 1.9 Kilometer zu schwimmen, deshalb folgt nach 1.1 Kilometern ein kurzer Übergang zu Fuss zum Ratzersdorfer See für den zweiten Teil im Wasser. Dieser Unterbruch bricht den Rhythmus und ist deshalb nicht zu unterschätzen. Mit einer starken Leistung auf dem ungewohnten Rad stiess Sandra auf den 2. Zwischenrang vor, um schliesslich im Halbmarathon in brillanten 1:25 klar an die Spitze vorzustossen. Mit einer Schlusszeit von 4:48:33 erreichte sie das Ziel als 25. Athletin overall mit weniger als zehn Minuten Rückstand auf die prominente Schweizer Profiathletin Natascha Badmann.

Eine Schlusszeit von 4:34:47 erzielte Dario Zarro, Sieger bei M50. Er führte bereits nach dem Schwimmen, das er mit 29 Minuten dominiert hatte, und vermochte den Vorsprung bis ins Ziel zu verwalten. Auch Gabriela Frei verliess das Wasser als Führende bei F55. Auf dem Rad fiel sie zwar zwischenzeitlich auf Rang 2 zurück, doch dank einem starken Halbmarathon siegte sie mit neun Minuten Vorsprung auf ihre stärkste Konkurrentin. Sie fliegt ebenso zur WM in Kanada wie die 2. bei F60, Barbara Grüter.

Übermorgen Sonntag startet das Team Koach mit nicht weniger als 16 Athletinnen und Athleten in Rapperswil – ein eigentliches Heimrennen. Kurt Müller erhofft sich viel Unterstützung



Ein starkes Team: Die Grün-Weissen Koach-Athletinnen und -Athleten holen in St. Pölten drei AK-Siege. (Bild zvz.)

zung aus dem Publikum, weitere WM-Qualifikationen und einige Podestplätze. Den bereits Qualifizierten, die in Rapperswil starten, bietet sich die Chance, Risiken einzugehen, um im Hinblick auf den Saisonhöhepunkt in Kanada Erfahrungen zu sammeln. Für interessierte Zuschauerinnen und Zu-

schaauer: Die Starts finden im Obersee direkt bei der Eishalle zwischen 7.55 Uhr (Profis) und 9.00 Uhr statt. Der Wechsel aufs Rad beginnt kurz nach 8.15 Uhr, der Wechsel auf die Laufstrecke ab etwa 10.30 Uhr. Die Zieleinläufe finden ab etwa 11.45 Uhr statt. Besonders attraktiv ist der «Stairway to

heaven» in der Rapperswiler Altstadt, die Schlosstreppe, die auf dem Halbmarathon zweimal bewältigt werden muss. Hier ist vor allem zwischen 11 und 14 Uhr einiges los. (tk)

Weitere Informationen:
www.kmsportcoaching.ch