

Platz in der Weltspitze

Urs Müller wuchs an der Ironman-WM auf Hawaii über sich hinaus

Urs Müller vom Tri-MüPa/KM-Coaching-Team erreichte an der Ironman-Weltmeisterschaft vom vergangenen Wochenende mit 9.19.54 den 59. Rang overall und liess zahlreiche Profiathleten hinter sich. Coach Kurt Müller ist sehr zufrieden mit der Leistung und sieht weiteres Potenzial.

Da weltweit über 300 registrierte Profi-Athleten gemeldet sind, wurde die Teilnehmerzahl der Profi-Athleten auf die 50 weltweit besten beschränkt. Diese Profi-Triathleten, müssen sich über ein Punktesystem an diversen Wettkämpfen rund um den Globus qualifizieren. Die gleichen Kriterien gelten auch für die startenden 30 besten Profi-Athletinnen. Somit geht nur die absolute Weltspitze jedes Jahr in Hawaii an den Start.

Die Age-Group-Athleten (Amateure) müssen sich vorab an einem offiziellen Ironman in ihrer Kategorie qualifizieren, um einen der begehrten Startplätze bei dieser Championship sichern zu können. Jährlich versuchen 30 000 Athleten und Athletinnen, sich für diese Weltmeisterschaft zu qualifizieren.

Kampf gegen Strömung, Wind und Hitze

Am Samstag, 13. Oktober 2012, um 7 Uhr Ortszeit startete Müller bereits zum fünften Mal, wie immer optimal vorbereitet, zusammen mit den besten 1800 Triathleten der Welt. Hawaii zeigte sich wieder einmal von seiner harten Seite, was dem Wettkampf jährlich seinen eigenen Stempel aufdrückt. In diesem Jahr waren es wieder extreme Wetterbedingungen, mit starken Strömungen beim Schwimmen, viel Wind beim Velofahren und brütender Hitze beim abschliessenden Marathonlauf.

Die Auftaktdisziplin, 3.8 km Schwimmen im Meer, wurde bereits zu einer grosse Herausforderung und ist für Müller nicht nach Wunsch abgelaufen. Aus Erfahrung weiss der Triathlet, dass der Wettkampf erst an der Finishline entschieden wird. Dieser Gedanke ist besonders auf Hawaii im Hinterkopf zu behalten. Dadurch motiviert nahm er die zweite Disziplin, 180 km Velo in der Lava-Wüste, in Angriff. Auf dem Velo spielte Müller seine Erfahrung aus. Dank kluger Einteilung und mit viel Power in den Beinen nutzte er seine Stärke voll aus und überholte einen Athleten nach dem anderen.



Auf der Laufstrecke gleich schnell wie der stärkste Schweizer Profi Ronnie Schiltknecht: Urs Müller erreicht das Ziel. (Bild zv.g.)

Bei brütender Hitze wuchs Müller förmlich über sich hinaus. Mit einer persönlichen Laufbestzeit, trotz härtesten Bedingungen, absolvierte er die 42.2 km lange Marathonstrecke und flog förmlich über die Finishline. Mit diesem starken Wettkampf und einer neuen persönlichen Bestzeit von 9.19.54 Std. könnte er sich mit dem Overall Rang 59 mitten unter Profis platzieren. Somit gelang es Müller, seine bisher beste Platzierung in Hawaii im Jahr 2011 um 69 Ränge zu unterbieten. Die Zeiten von Urs Müller: Swim 1.04.19 Std., Bike 4.59.23 Std., Run 3.11.22 Std., Schlusszeit 9.19.54 Std.

Neue Trainingsmittel

Gemäss Aussage von Coach Kurt Müller von KM Coaching GmbH in Stallikon, führten die neu angewandten

HRV-Messungen (Herz-Raten-Variabilität), neu entwickelten Trainingsmittel und die disziplinierte Einhaltung der Wettkampfvorgaben durch den Athleten zu dieser Leistungssteigerung. Der Coach räumt ein, dass Urs Müller das Potential hat für weitere Leistungssteigerungen.

Eine weitere Athletin vom Coach Kurt Müller, Andrea Hofer, hat an dieser WM teilgenommen. Ihre Zielvorgaben vom Coach für diese erste Teilnahme an der WM in Hawaii war, ein Finishline-Foto nach Hause zu bringen. Mit den Zeiten 1.08.45 Std. Swim, 5.54.53 Std. Bike, 3.50.52 Std. Run und einer Schlusszeit von 11.02.28 Std. erreichte sie Overall den 947. Rang. Mit diesen Zeiten hat sie einen ausgezeichneten Wettkampf gezeigt und die Zielsetzung mehr als erfüllt.

Mehr Infos zu den Athleten, Bilder und Berichte von Hawaii unter www.kmsportcoaching.ch.

Willy Schoch erneut erfolgreich

An der diesjährigen Ironman-Weltmeisterschaft erreichte Willy Schoch aus Mettmenstetten erneut das Ziel und platzierte sich auf Rang 22 der Altersklasse M60. Nach einer mässigen Schwimmzeit arbeitete er sich auf dem Rad und vor allem mit einer starken Leistung beim Marathon kontinuierlich nach vorne. Mit einer Schlusszeit von 12.31.04 errang er einen Platz im vorderen Mittelfeld unter den 61 gestarteten Triathleten seiner Altersklasse. (bs.)