



24. SWB Energie und Wasser Bonn-Triathlon 08.06.14

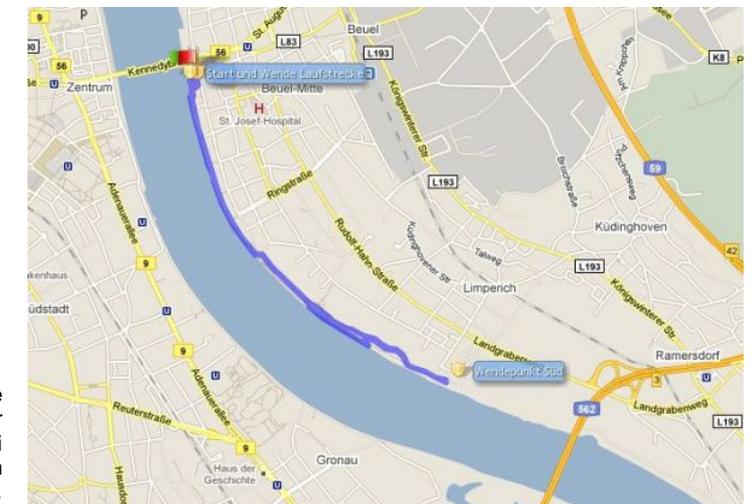


Klaus Braun berichtet



Stirn gebildet, doch sein Adoniskörper kann einiges wegstecken. Nach 1:39:27 h kam Bernd wieder in die Wechselzone und war im Nachhinein sichtlich zufrieden mit seiner Tour, in der er unter Beweis stellte, das man auch mit 56 Jahren den „Jungen“ noch davon fahren kann.

Den Chip an mich übergeben, machte ich mich bei ca. 30° als ca. 8. Staffelstarter auf die Laufstrecke, die 3x5 km an der Rheinpromenade entlang führt. Zum Beginn wird man von den ersten jubelnden Zuschauern noch getragen, drosselte jedoch das Lauftempo automatisch, wenn man in die Abschnitte mit praller Sonne lief. Insgesamt versuchte ich also dosiert



Immer wieder ein Erlebnis ist der Bonn-Triathlon, an dem ich seit 2006 als Läufer teilnehme. Dieses Jahr in der Staffel, Dirk Willmeroth (Schwimm), Bernd Nitsche (Rad) und Klaus Braun (Lauf). Das Wetter versprach einen heißen Wettkampf, im wahrsten Sinne des Wortes und so kam es dann auch. Unser Treffpunkt war um 7:45 Uhr am Beueler Bahnhofchen.

Der Schwimmstart war um 9:45 Uhr von der Rheinfähre, der in dieser Zeit halbseitig gesperrt ist. Das Schwimmen im Rhein macht den Bonn-Triathlon zum besonderen Ereignis, sowohl für die Athleten, wie auch für die Zuschauer, die das Spektakel von ca. 1200 Paar kraulenden Armen an der Rheinpromenade verfolgen können.

Davon waren 871 EinzelstarterInnen und 204 StaffelstarterInnen. Nach 28:37 min war Dirk aus dem Wasser und Bernd machte sich auf den Weg durch das Siebengebirge. Dirk hat noch eine bleibende Erinnerung an seinen Wettbewerb mitnehmen wollen und war mit dem Kopf vor eine Boje geschwommen, was nach seinem Eintreffen den Besuch des Sanitäters notwendig machte. Es hatte sich ein Horn an der



RADSTRECKE BONN-TRIATHLON



zu laufen, damit mir die Hitze nicht zu sehr zusetzte. Zwei Staffelläufer konnte ich wohl noch überholen. Nach 58:32 min war es dann gelaufen und mit Platz 6 in der Staffelerwertung (Gesamtzeit 3:10:15 h) waren wir alle sehr zufrieden.

zu laufen, damit mir die Hitze nicht zu sehr zusetzte. Zwei Staffelläufer konnte ich wohl noch überholen. Nach 58:32 min war es dann gelaufen und mit Platz 6 in der Staffelerwertung (Gesamtzeit 3:10:15 h) waren wir alle sehr zufrieden.