

Erfolgreicher August für Triathletin Melanie Annaheim

Autorin: Melanie Annaheim

Der Herbst hält Einzug und die Saison neigt sich dem Ende zu! Wir befinden uns auf dem Endspurt und es bleibt nur noch ein grosses Highlight in der Saison 2011 – der Grand Final in Peking! Doch zuerst ein Rückblick auf den sehr intensiven und wichtigen Monat August!

Wie ja bereits im letzten Newsletter ausführlich erklärt, war London dieses Jahr die Hauptprobe für die Spiele im 2012 und zusätzlich die erste Hürde für eine Olympiaqualifikation. Dementsprechend hoch war somit auch der Druck für dieses Rennen. Wir wussten, dass jeder Athlet der Top65 der Welt am Start sein wird und vor allem, dass bestimmt alle in Höchstform sein werden! Doch kein Problem, denn wir waren es ja auch :-)! Die letzten Tage vor dem Rennen verliefen reibungslos und ich war bereit für den grossen Tag! Alle (inkl. Coaches, Organisatoren, Fan's etc) waren etwas nervöser als sonst, was die unmittelbare Vorbereitung sehr hektisch machte. Zum Beispiel wurde nur 30 Minuten vor dem Start entschieden, dass das Rennen ohne Neoprenanzug geschwommen wird. Normalerweise würde mich ein solcher Entscheid nicht aus der Ruhe bringen, doch an diesem Tag sollte dies etwas zu meinem Verhängnis werden. Schon nach der Hälfte der Schwimmstrecke war mir kalt, was in einem Rennen eigentlich kein gutes Zeichen ist. Ganz klamm vor Kälte schwang ich mich aufs Rad und hatte grosse Mühe das Tempo zu beschleunigen, da meine Muskulatur gefroren zu sein schien. Zum Glück wurde nicht schnell gefahren und ich hatte genügend Zeit, um mich langsam wieder aufzuwärmen. Guten Mutes wechselte ich in die Laufschuhe und konnte die 10km auf dem 3. Platz in Angriff nehmen! Jedoch schon nach kurzer Zeit machten sich leichte Krämpfe in den Oberschenkel bemerkbar – vermutlich „Nachwehen“ des Schwimmens. Nichts desto trotz versuchte ich alles zu geben und kam völlig ausgepumpt auf dem 31. Platz ins Ziel. Die Enttäuschung war gross. Als ich dann jedoch die Rangliste studierte, musste ich diese Enttäuschung etwas revidieren. Mit einer Zeit unter 36 Minuten lief ich eigentlich gar nicht so schlecht, doch es reicht halt einfach nicht für eine Topplatzierung! Wenn nächstes Jahr etwas für mich drin liegen soll, muss ich mich im Laufen nochmals deutlich verbessern. Die Pläne dazu sind nun geschmiedet und man wird mich nächstes Jahr im HydePark bestimmt etwas weiter vorne im Feld antreffen ;-)...

Und dann ging es weiter nach Lausanne an die Heim-WM! Was für ein Wochenende! Geniales Wetter, geniale Fan's , geniale Stimmung und geniale Rennen...

Am Samstag wurden die Weltmeistertitel auf der Sprint-Distanz vergeben. Nach einer schwachen Angina die Tage zuvor war ich mit dem 21. Platz nicht unzufrieden.

Am Sonntag durfte ich im Team1 mit Nicola Spirig, Sven Riederer und Ruedi Wild für die Schweiz als Startathletin ins Wasser springen! Der Druck war enorm gross, da ich als „schwächstes Glied“ galt und wirklich in einer guten Position meinen „Team-Gspöndli“ übergeben wollte! Vollgas also!! Und oh weh, wie das Vollgas ging :-)! Kam als Dritte aus dem Wasser, konnte auf dem Rad gut Druck machen und lief dann die 1200m wie auf der Bahn zu meinen „Mittelstreckler Zeiten“! Hat wahnsinnig viel Spass gemacht und ich konnte auf dem dritten Platz an Ruedi übergeben! Nun war bange und hoffen angesagt und die Freude war dann natürlich sehr gross, als wir

hinter Grossbritannien den Vizemeister-Titel feiern konnten! Ein unvergesslicher Moment...

Eine Woche später waren dann schon die nächsten Meisterschaften angesetzt – die Schweizer Meisterschaften! Die Müdigkeit der letzten grossen Rennen war deutlich zu spüren, dennoch wollte ich ein gutes Rennen machen. Leider war das Radfahren ohne Windschatten fahren, was mir nicht entgegen kam. Es war ein hartes Rennen und ein sehr gutes Training für Peking. Hinter Nicola Spirig durfte ich erneut die Silbermedaille feiern!

Und nun geht es also noch zum Abschluss nach Peking! Wird bestimmt ein spezielles Gefühl sein, auf der Olympiastrecke von 2008 zu rennen! Vielleicht sind noch die einen oder anderen Emotionen der vergangenen Spiele zu fühlen, welche ich dann bestimmt in mich aufnehmen werde...