

Schmerzvoller Weg nach Hawaii

Unbändiger Ehrgeiz beschert dem 27-jährigen Triathleten Philipp Widmann von Nonplusultra Esslingen die Qualifikation für die Ironman-WM

VON FRANK HAGENAUER

Esslingen – Es sind Sätze wie diese, die beim Otto Normalbürger eine Mischung aus Ungläubigkeit und Bewunderung auslösen. „Viele Schmerzen merkt man erst im Ziel“, sagt Philipp Widmann. „Und manches vergeht auch. Magenkrämpfe zum Beispiel. Die gehen wieder weg.“ Aufgeben? Für den 27-jährigen Extremsportler aus Esslingen keine wirkliche Option bei einem Ironman-Triathlon mit 3,86 Kilometern Schwimmen, 180 Kilometern Radfahren und 42,195 Kilometern Marathon-Lauf. „Wenn es irgendwie geht, läuft man weiter“, fasst Widmann seinen Ehrgeiz in Worte. Es ist ein unbändiger Ehrgeiz, den nur wenige Menschen haben und der eine Grundvoraussetzung ist, einen Ironman durchzustehen. Bei Widmann war der Wille zuletzt sogar so groß, dass er einen Startplatz für die Ironman-WM am 10. Oktober 2015 auf Hawaii erkämpft hat. Pro Jahr schaffen das nur 1800 Triathleten weltweit. Widmann ist nun einer von ihnen. Weil er im Oktober beim Ironman Barcelona den zweiten Platz in seiner Altersklasse belegt hat. Ob es für ihn für Hawaii gereicht hat, wusste er nach dem Rennen in Spanien zunächst nicht. „Ich war überglücklich über die Zeit“, erinnert sich Widmann an seine ersten Gedanken im Ziel. 9:01 Stunden, persönliche Bestleistung. Von der Hawaii-Qualifikation erfuhr das Vereinsmitglied von Nonplusultra Esslingen erst später per SMS von den Eltern, die zuhause via Internet mitgefiebert hatten. Erst am Tag nach dem Rennen, bei der Preisverleihung, realisierte Widmann wirklich, was er erreicht

hatte. „Ich habe es anfangs noch nicht so richtig glauben können. Nach dem Wettkampf habe ich nicht schlafen können, aber auch weil da die Beine so weh tun, ich hatte tierische Schmerzen in den Knien.“ Ohne Schmerzen geht es nicht bei diesem Extremsport.

Anfänge beim TV Nellingen

Bei Widmann ging es mit Schwimmen los, ungefähr als 6-Jähriger beim TV Nellingen. Nach und nach entwickelte sich der Radsport zu seiner zweiten Passion. Der erste Triathlon folgte aber erst 2007. „Das Laufen war meine Schwachstelle. Als Schwimmer hat man nicht die Muskulatur dafür.“ 2011 war er wegen eines Praktikums in Hannover, wo der Geowissenschaftsstudent ein gutes Lauftraining erhielt. Wenig später traute er sich den ersten Langdistanz-Triathlon zu, in Frankreich. Ab Laufkilometer 20 habe er an Aufgabe gedacht. „Aber dann bin ich weitergewandert.“ Nach elf Stunden war er im Ziel. 2012 in Regensburg waren es 9:30 Stunden. 2013 wollte er sich in Frankfurt für Hawaii qualifizieren, aber wenige Wochen zuvor „hat mich ein Auto umgenietet“. Er startete trotzdem, kam auch ins Ziel, aber für Hawaii reichte es wegen der Unfallfolgen noch nicht.

In diesem Jahr scheiterte er zunächst im Juli in Zürich. „es ging mir an dem Tag nicht gut, ich habe 9:50 Stunden gebraucht“. Doch er gab nicht auf, meldete für Barcelona, bereitete sich akribisch vor. „Ich habe alle Wettkämpfe der Vorjahre noch mal analysiert.“ Überhaupt ist Widmann ein analytischer Mensch, was beim Triathlon hilfreich ist. Sein Erfolgsre-



Ein Mann und sein Sportgerät: Es war auch die Leidenschaft fürs Radfahren, die den Esslinger Philipp Widmann zum Triathlon geführt hat. Foto: Rudel

zept: „Langsam anfangen und nach hinten raus immer schneller werden.“ In Barcelona überholte er gegen Rennende etliche Starter, die ihm anfangs davongelaufen waren. „Es hat sich ausgezahlt, geduldig zu sein“, bilanziert der gebürtige Ruderer zufrieden. Als seine Stärke sieht er inzwischen, dass er alle drei Triathlon-Disziplinen „recht gut kann, dass ich nirgends viel Zeit verliere“. Sich selbst ein Ziel in Form einer Zeit zu setzen, ist bei ihm eine entscheidende Motivation.

Warum ist der 27-Jährige, der in diesem Jahr sein Studium in Tübingen als „Master of Geoscience“ erfolgreich abgeschlossen hat, sonst noch gerne Triathlet? „Ich bin gerne draußen und mache mit anderen Leuten zusammen Sport.“ Er spricht von Bewegungsdrang und schönen Landschaften, fasst es so zusammen: „Für mich ist es ein schöner Tag, wenn ich draußen war, mich im Wald bewegt habe und alles so gelaufen ist, wie ich es mir vorgestellt habe.“ Die Lust auf körperliche Verausgabung, von der andere Extremsportler mitunter berichten, spielt bei Widmann keine zentrale Rolle. „Es gehört dazu, aber man sollte es im Training auch nicht überbetreiben. Man muss da auch strukturiert rangehen.“ Und man muss bereit sein, das meiste selbst zu finanzieren, denn Sponsorenunterstützung gibt es bei der Randsportart Triathlon nur relativ wenig. Zum Gespräch kommt der Esslinger auf Krücken. Kurz nach Barcelona rutschte er mit dem Rad weg und zog sich einen Bruch im Oberschenkel zu. Dennoch trainiert er schon wieder. Hawaii 2015 ist nicht gefährdet. Kein Wunder. Einer wie Widmann lässt sich nicht so leicht stoppen.