



Was für ein Erfolg - die Alphornbläser haben für mich gespielt im Ziel!

Am letzten Samstag war ein etwas anderes Rennen als die Jahre vorher: Ein Erfolgsfaktor war sicher, dass ich mich wirklich gut auf die kurzfristig geänderten Bedingungen eingestellt habe. Anstatt über die Absage der Schwimmstrecke zu hadern (wie das andere noch am Abend vor dem Rennen via Facebook gemacht haben der See war in Teilen der Schwimmstrecke unter 15°C kalt .. und dazu war die Lufttemperatur am Morgen nur knapp über 10°C .. auch als guter Schwimmer will man nicht wirklich da rein ..), habe ich mich auf das Rennen gefreut und mir die optimale Kleidermenge zurechtgelegt. Ganz im Gegensatz zu meinem schlechten Ruf (Rotchäppli etc.) habe ich wohl mit am wenigsten Kleider angehabt von allen Teilnehmern und auch keine Zeit verschwendet für die Abfahrten irgendwelche Jäckli anzuziehen. Das war definitiv eine gute Entscheidung - frösteln ist leistungsfördernd und richtig kalt hatte ich nie - brauchte allerdings etwas Mut weil auf der Grossen und Kleinen Scheidegg waren die Temperaturen im einstelligen Bereich plus Nebel .. bin halt einfach entsprechend schneller gefahren um warm zu bekommen - das hat definitiv funktioniert !!!

Das es so gut funktionieren würde habe ich auch nicht gedacht. Ich konnte es kaum glauben als der Speaker in Grindelwald mich als 3. Overall angekündigt hat. Beim Wechsel auf das Mountainbike habe ich dann noch einen Platz verloren, der 4. Rang war aber immer noch genial. Für den Rest des Rennens habe ich immer wieder bewusst versucht mich zu konzentrieren nicht an den Rang zu denken - das war gar nicht so einfach vor allem als ich beim Biken den Platz den ich in der

Wechslezone verloren hatte wieder zurückgewonnen habe und er mir dann auch nicht weiter folgen konnte und dann noch mal als ich in der Abfahrt mit dem Bike schon wieder einen Rang gewonnen habe. Zum Glück war das gerade im technischen Stück am Ende der Abfahrt und ich hatte keine Zeit fundiert nachzurechnen was 4 minus 1 minus 1 gibt ..

Der letzte Wechsel war dann wieder so wie der vorher: Minus einen Rang - dismal aber ganz bewusst in Kauf genommen zum Umzuziehen und Verpflegen - auch diesmal war das nicht von langer Dauer denn speziell auf den ersten 5 flachen Kilometern ist es mir gelaufen wie geflogen - plus einen Rang. Die dann folgende Bergstecke nach Mürren hat sich nicht so schnell angefühlt wie es aber war - ich habe mich gewundert nicht eingeholt zu werden - ein 2. Rang kam mir immer noch sehr unrealistisch vor...

Kurz vor Mürren wurde ich dann "endlich" mal überholt - was mir aber ehr geholfen hat ein kurzzeitiges Zwischentief (wegen Cola-Schaum im Bauch) zu überwinden. Der der da vorbeikam war der Sieger vom letzten Jahr Felix Schumann XTERRA-Champ - er war nur hinter mir weil er im Aufstieg zur Grossen Scheidegg Defekt hatte (ohne den Defekt wäre er sicher auch im Ziel noch vor mir gewesen). Nach Mürren wird es dann richtig steil und entgegen allen Erwartungen hole ich ihn wieder ein und bin danach im Nebel vor ihm verschwunden Richtung Ziel .

Was für ein fantastisches Gefühl als ich oben angekommen bin - Alphörner, Interview, Blumen - trotz 3°C und Nebel ist mir nicht kalt geworden!