

Der Hilpoltsteiner Triathlet Michael Seitz will trotz aller Strapazen das härteste Ironman-Rennen der Welt einfach genießen

Von Robert Kofer

Hilpoltstein (HK) Obwohl Hilpoltstein bekanntlich eine absolute Triathlonhochburg ist, wird Michael Seitz erst der zweite gebürtige Hilpoltsteiner sein, der am Samstag bei der legendären Ironman-Weltmeisterschaft auf Hawaii an den Start gehen wird. Für den 28-jährigen Seitz geht damit ein Traum in Erfüllung.

„Ich bin total entspannt“, sagt ein bestens gelaunter Michael Seitz einen Tag vor seinem Abflug nach Hawaii. „Und urlaubsreif“, schiebt er hinterher. Denn dieses Jahr war anstrengend für den jungen Mann aus Hofstetten. Seinen Urlaub bestimmte der Sport. Im Frühjahr eine Woche auf Mallorca – zum Radtraining, im Sommer eine Woche Klagenfurt – zum Ironman Austria.

Es war ein sehr erfolgreicher Urlaub. Michael Seitz steigerte seine Bestzeit über die Ultradistanz um über eine halbe Stunde auf 9:07:18 Stunden. Das bedeutete Platz vier seiner Altersklasse, reichte aber nicht, um einen Startplatz für die Weltmeisterschaft auf Hawaii zu ergattern. Der Slowene Matej Zrimsek war mehr als zwei Minuten schneller. Doch bei der Siegerehrung zögerte er zu lange. 20 Sekunden blieben ihm Zeit, um sich für Hawaii zu entscheiden. Zrimsek meldete sich nicht. „Das war die Hölle“, erinnert sich Seitz. Dann wurde der Nächstplatzierte aufgerufen: Michael Seitz zögerte keine Sekunde. Er stürmte vor und bezahlte das Startgeld, das der Veranstalter in bar sehen will. „Ich hatte die 600 Euro schon eingesteckt.“ Sicher ist sicher. „Damit geht für mich ein kleiner Lebenstraum in Erfüllung“, sagt Michael Seitz.

Das bedeutet Urlaub auf Hawaii – zum legendären Rennen über 3,8 Kilometer



Kaputt, aber glücklich: Michael Seitz hat Ende Juni beim Ironman Austria das Ticket für die legendäre Weltmeisterschaft in dieser Woche auf Hawaii gelöst. Eine furchtbare Strapaze, auf die sich der 28-jährige Hilpoltsteiner schon riesig freut.

Foto: privat

Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und 42,195 Kilometer Laufen. Bei bis zu 40 Grad Hitze, tückischen, drehenden Winden und einem brutalen Marathon durch die schwarze, kahle Lavawüste auf Big Island – nicht gerade das, was man sich landläufig unter Urlaub vorstellt. Es ist Seitz' zweite Ultradistanz innerhalb von nur drei Monaten. „Und ich arbeite ja noch nebenher 40 Stunden in der Woche als Techniker bei Klingele.“ Aber Michael Seitz

„Ich bin bisher bei keinem Rennen ausgestiegen, und ich habe es auch beim nächsten nicht vor.“

Ironman Michael Seitz

freut sich trotzdem riesig auf diese Strapazen, die er am 12. Oktober zusammen mit 2000 anderen Glücklichen angehen wird. Und er weiß schon ziemlich gut, was auf ihn zukommt. Denn er trainiert viel zusammen mit Fritz Buchstaller. Der Radsportladen des Thalmässingers ist der Treff für internationale Profis und heimische Hobbyathleten. „Fritz ist der Oberguru“, sagt Seitz. Buchstaller hat in 30 Jahren nicht nur unzählige Ironman-Rennen hinter sich ge-

bracht, er war auch mehrmals auf Hawaii. „Der sprudelt vor Emotionen“, sagt Seitz. Und er erzählt gerne von Big Island. „Wenn du vom Rad runtersteigst, fühlst du dich wie ein gegrilltes Hähnchen“, warnt Buchstaller. Deswegen wird Seitz Sonnencreme mit Lichtschutzfaktor 50 in seinen Wechselbeutel packen und sich gut einschmieren, wenn er aus dem Salzwasser des Pazifiks steigt. Auch einen anderen Tipp des Gurus nimmt sich Seitz zu Herzen. Er trinkt jeden Morgen und jeden Abend einen halben Liter Wasser auf einen Zug aus. „Damit sich der Magen daran gewöhnt.“ Denn nur mit viel Flüssigkeit kann man

das Rennen überstehen. „Ich trinke seit zwei Monaten richtig viel“, sagt Seitz, der im Wettkampf am liebsten „zehn Grad und Nieselregen“ hat.

Das wird ihm auf Hawaii sicher nicht passieren. „Ich nehm's hin, wie es ist“, sagt Seitz und zuckt mit den Schultern. „Einfach machen“ ist sein Motto. Deswegen hat er sich noch gar nicht so genau mit der Strecke auf Hawaii auseinandergesetzt, die als die schwierigste der Welt gilt. „Ich muss nur wissen, wann der Start ist, alles andere ist mir wurscht.“ Seitz weiß nicht einmal, wann auf der Marathonstrecke das berühmte-berühmte Energy Lab kommt. Der gefürchtete

Wendepunkt liegt bei Kilometer 33, dann geht es in sengender Sonne von der Küste rauf auf den endlos langen Queen Kaahumanu Highway, der ins Ziel führt. „Der nicht enden wollende Highway“, sagt Seitz. Eine psychische und physische Tortur für die Athleten. Seitz lacht nur. „Ich bin bisher bei keinem Rennen ausgestiegen, und ich habe es auch beim nächsten nicht vor.“ Ansonsten will er auch hier Buchstallers Rat befolgen: „Ich soll den Wettkampf genießen, hat Fritz gesagt.“

Das klingt nicht nur paradox, für viele ist es das auch. Für Michael Seitz ist es das nicht. Hawaii soll sein letzter Ironman sein. „Zu kommerziell“, sagt der Hilpoltsteiner. „Und hier haben wir den Challenge vor der Tür.“ Mit mehr Zuschauern, kürzerer Anreise und preislich ein Schnäppchen. Rund 3000 Euro hat Seitz für seine Traumqual auf Hawaii investiert. Zusammen mit seiner Freundin, deren Eltern und seinem Kumpel hat er eine Unterkunft gemietet und einen Leihwagen. Der Ort liegt eine halbe Autostunde vom Start in Kailua Kona entfernt, ist dafür aber günstig.

Hier will Michael Seitz nach dem Rennen endlich das machen, was er schon ein Jahr lang nicht mehr gemacht hat: Urlaub. „Zwei Tage lang werde ich wohl leiden müssen. Aber dann ...“ Er will sich Vulkane anschauen und einige der vielen Inseln. Sein Freund, der bereits in Hawaii ist, hat ihm per Handy schon ein Foto geschickt, das ihn mit einer Dose Budweiser-Bier in der Hand zeigt. „Wahrscheinlich nur Dünnbier“, vermutet Seitz. Er wird es trotzdem trinken. Nur eines wird er nach dem Ironman auf keinen Fall machen: Trainieren. „Nach Hawaii mach ich nix mehr.“