



Dominic Portisch biss die Zähne zusammen und meisterte seine zweite Langdistanz innerhalb eines Monats. Fotos: sf

Langdistanz-Premiere und Experiment

Lober in Regensburg Dritter der U 20 — Portisch bei allen deutschen Challenge-Rennen

HILPOLTSTEIN — Adrian Lober und Dominic Portisch haben die Farben des La Carrera TriTeams Rothsee erfolgreich beim Challenge Regensburg vertreten. Bei seiner Langdistanz-Premiere sprang für Lober der dritte Platz in der Altersklasse 20 heraus, Portisch finishte nach dem Challenge Roth seine zweite Langdistanz innerhalb von vier Wochen.

Das Naherholungsgebiet am Guggenberger See, zwölf Kilometer von Regensburg entfernt, bot den perfekten Auftakt eines sportlichen Tages. Hier absolvierten die Athleten 3,8 Kilometer Schwimmen in zwei Schleifen, unterbrochen durch einen Landgang. Ausgehend vom Guggenberger See führte die Radstrecke in Richtung Regensburg und näherte sich nach rund 14 Kilometern den ersten Anstiegen. Hier konnten die Athleten zwar die wunderschöne Landschaft des Bayerischen Waldes bewundern, hatten aber auch einige Höhenmeter zu bewältigen.

Nach einer rasanten Abfahrt und einer langen Flachpassage mit kurzem Anstieg ging es zurück in Richtung Regensburg, wo die 90 Kilometer lange Radrunde ein zweites Mal zu absolvieren war. Auf der Laufstrecke über 42,195 Kilometer waren vier Runden zwischen der Altstadt und dem Donaupark herunterzuspulen, bevor die Finisher auf dem Domplatz empfangen wurden.

Adrian Lober setzte sich beim Schwimmen zügig von der Gruppe ab, um jegliches Gemetzel zu vermeiden. Dadurch war er lange an Platz zwei der Startgruppe. Erst nach dem Landgang näherte sich eine Handvoll weiterer Schwimmer. Der spätere AK20-Sieger setzte sich schließlich auf den letzten 500 Metern von Lober ab. Mit seiner Schwimmzeit von 59:05 blieb der Hilpoltsteiner deutlich unter der Ein-Stunden-Marke.

„Nach dem Wechsel aufs Rad bin ich die ersten 15 Kilometer bis zum großen Anstieg locker gefahren, wobei ich schon hier gemerkt habe, dass meine Beine sich wirklich richtig gut anfühlen und ich mich immer wieder ein bisschen ausbremsen musste.“

Am Anstieg selbst überholte Lober viele andere Athleten und fuhr die erste Runde recht einsam in 2:35 Stunden. Der Anstieg in der zweiten Runde kostete Kraft, von hinten schlossen die Mitstreiter auf. Das brachte Lober nicht weiter aus der Ruhe. Allerdings konnte er die letzten 20 Kilometer kaum noch in der Aeroposition fahren, da der Rücken Probleme machte. Trotzdem blieb sein Schnitt über 30 km/h, nach 5:24:16 Stunden erreichte er die zweite Wechselzone.

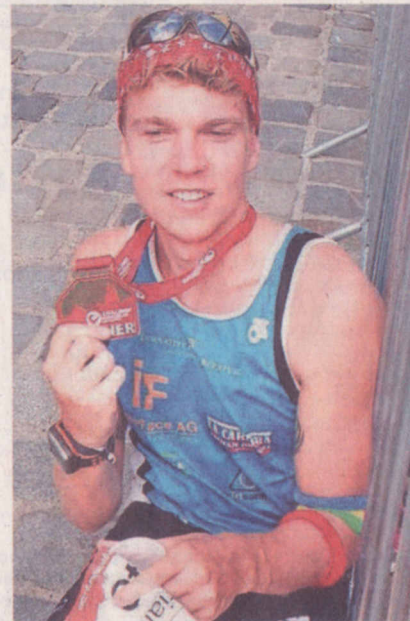
Auf den ersten 20 Kilometern des Marathons fühlte sich Lober gut, nur der Magen meldete sich immer öfter zu Wort. „Das wurde mir dann leider in der dritten Runde zum Verhängnis und ich musste alle zwei bis drei Kilo-

meter Gehpausen einlegen, da es im Magenbereich regelrecht gestochen hat. Ich habe mich dann entschieden, auf der letzten Runde die Versorgung auszulassen und somit meinem Magen Ruhe zu gönnen.“ Angefeuert von seinen Teamkameraden lief er die letzten 200 Meter ab der Steinernen Brücke zusammen mit einem anderen Athleten, der ihn über weite Teile der Laufstrecke begleitet hatte. Nach 4:09:27 Stunden für den Marathon und einer Gesamtzeit von 10:41:54 überquerte er überglücklich die Ziellinie auf Platz drei in der Altersklasse M20.

Zweimal volle Distanz

Für Dominic Portisch war Regensburg ein Experiment. Er wollte unbedingt einmal wissen, wie es sich anfühlt, alle deutschen Challenge-Rennen in einer Saison anzugehen und zwei Langdistanzen binnen vier Wochen zu finishen. Fazit: „Machbar!“ Schwimmen in einem See mit Landgang hatte er bisher auch noch nie in einem Wettkampf erlebt, es war für ihn aber ein schönes Erlebnis (Zeit: 1:17:41). Die Radstrecke empfand Portisch als „wunderschön, wenn auch sehr anstrengend. Nach dem Schwimmen geht es gefühlt 30 Kilometer nur bergauf“.

Auf der zweiten Runde bei Kilometer 128 spielte Portischs Magen kurz mal nicht mit, er musste sich übergeben, fuhr aber weiter (Radzeit: 6:08:01). Das Laufen ging erstaunlich



Adrian Lober feierte seine Bronzemedaille auf Regensburger Pflaster.

gut: Vier Runden teils durch die Altstadt. Davon absolvierte Portisch drei sehr gut, die letzte wandelte sich bei Kilometer 33 in einen Spaziergang: „Ganz verlustfrei ging Roth doch nicht an mir vorbei. Die letzten drei Kilometer ins Ziel waren allerdings Entschädigung für alle Strapazen. Finish unterm Dom, einmalig!“, so sein Resümee. Nach 4:49:31 Stunden und einer Gesamtzeit von 12:22:01 überquerte er die Ziellinie und wurde damit 38. in der Altersklasse M40. sf