

Frankfurt versus Regensburg

Seit letztem Jahr sind wir nun in der bis dato neuen Situation, dass wir in Deutschland zwischen zwei Ironman-Veranstaltungen wählen können. Aber wer die Wahl hat, hat bekanntlich die Qual.

Nachdem mich bereits ein paar Vereinskollegen zu einem Vergleich der Wettkämpfe in Regensburg (2011) und Frankfurt (2010) befragt haben, möchte ich einen kurzen Überblick geben. Vielleicht ist der ein oder andere dabei, der sich überlegt an welcher der beiden Veranstaltungen er zukünftig teilnimmt.

Vorab noch ein Hinweis zu der Unterbringung, die gestaltete sich in Regensburg als sehr schwierig. Obwohl ich direkt nach der Anmeldung, also 1 Jahr vor dem Event, auf die Suche gegangen bin, habe ich nur ein Hotelzimmer bekommen. Für Eigenverpflegung also suboptimal, doch dank einer mobilen Kochplatte machbar. Die Absagen bei Privatunterkünften lagen an den Sommerferien und der Stadt Regensburg als Touristenattraktion per se (Wieso ein Appartement 4 Tage vermieten, wenn man es vielleicht 2 Wochen an den Mann bringen kann?). Zumindest die Hotels haben sich schnell auf die Athleten eingestellt und die Preise erhöht ☺, aber immerhin gab es Sonntag bereits Frühstück ab 3Uhr.

Organisation: Beide Veranstaltungen sind sehr gut organisiert, beginnend mit Wettkampfinformationen über Startunterlagenausgabe, Wettkampfbesprechung bis hin zur Verpflegung. Der Rad Check-In am Samstag verlief in Regensburg völlig reibungslos. Da hatte ich in Frankfurt letztes Jahr deutlich länger in der Schlange stehen müssen. Man könnte zwar meinen, dass in Frankfurt wegen der Europameisterschaft viele ausländische Athleten am Start sind, aber das wurde in Regensburg auf jeden Fall getoppt.

Schwimmen: In Regensburg habe ich das Schwimmen als deutlich angenehmer empfunden wie in Frankfurt. Das lag zum einen an dem Landstart, bei dem das Warten im Vorfeld entspannter ablief, zum anderen an dem Kurs mit gut sichtbaren Bojen. In Regensburg verläuft die Strecke in Form von zwei Us. Bei dem Außen-U lässt man die Bojen rechts liegen, bei dem Innen-U links. In Frankfurt wird ein L geschwommen, bei dem man am Anfang die Bojen links liegen lässt und bei der zweiten Runde rechts. Auf den obligatorischen Landgang in Frankfurt nach ungefähr der Hälfte der Strecke kann man gut und gerne verzichten. Für Triathleten, die das Schwimmen als notwendiges Übel empfinden, ist Regensburg eher zu empfehlen.

Rad: Bei beiden Veranstaltungen wird ein Rundkurs zweimal durchfahren. Während sich in Frankfurt die Höhenmeter auf mehrere Anstiege über die gesamte Runde verteilen, fährt man in Regensburg im ersten Drittel der Runde einen größeren Anstieg und hat dann die restliche Strecke nur noch einen erwähnenswerten Hügel. Windanfällig sind beide Kurse. Ich persönlich ziehe die Strecke in Regensburg vor. Sie ist landschaftlich abwechslungsreicher und man hat keine Kopfsteinpflasterpassagen wie in Frankfurt. Der Straßenbelag insgesamt ist auch angenehmer zu fahren. Da muss man sich in Frankfurt City schon durch ein paar Schlaglöcher und über Straßenbahnschienen kämpfen. In Regensburg gestaltet sich die Zufahrt zur zweiten Wechselzone als etwas winklig und unrhythmisch. Zuschauer waren an der Frankfurter Strecke allerdings mehr, was aber auch an dem schlechten Wetter in Regensburg dieses Jahr gelegen haben könnte.

Laufen: Sowohl in Frankfurt als auch in Regensburg besteht der Kurs aus einer 10,5km Runde, die viermal durchlaufen werden muss. Die Laufstrecke in Frankfurt glänzt durch die vielen Zuschauer und eine gut zu laufende Runde mit moderaten Anstiegen bei den Brücken. Regensburg ist

schwieriger zu laufen durch eine sehr lange Kopfsteinpassage, einem kleinen holprigen Wiesenabschnitt, mehreren kleinen Rampen pro Runde und einem eher winkeligen Kurs. Während man in Frankfurt spätestens im Zielkanal Gänsehaut-Feeling bekommt, blieb das in Regensburg leider komplett aus.

Zielbereich: Der Athletengarten in Regensburg ist aufgeteilt in einen kleinen Verpflegungsbereich mit Duschen, Massagezelt und Sanitätern und einen größeren Verpflegungsbereich 500m weiter. In dem großen Bereich haben auch Angehörige und Freunde nach entsprechender Bezahlung die Möglichkeit zu essen. Es macht aber keinen Spaß hin und her laufen zu müssen, da ist es angenehmer alles an einem Ort zu haben wie in Frankfurt.

Fazit: Den Hormon-Junkies unter uns würde ich Frankfurt empfehlen. Der Kampf um eine gute Position beim Schwimmstart ist in Frankfurt etwas ausgeprägter und lässt den Adrenalinpiegel höher steigen. Die gut besuchte Rad- und Laufstrecke und der Zielkanal am Römer sorgen für eine unvergleichliche Endorphinausschüttung. Dazu trägt auch in hohem Maß die Anfeuerung der Vereinskameraden bei. Doro hat zwar alles gegeben, konnte das in Regensburg aber leider nicht kompensieren.