

## 70.3 Weltmeisterschaft 2013 in Henderson, Nevada

Nach meiner Quali in St. Pölten (es war kalt und nass, das Schwimmen viel aus – keine guten Vorzeichen für die WM) darf ich auch in diesem Jahr wieder bei der 70.3 WM starten. Das ist cool, denn so habe ich die Möglichkeit beide Weltmeisterschaften in einem Jahr zu bestreiten und das kombiniert mit einer Auszeit vom 31.8. – 3.11. , leider ...

Wir starteten unseren Trip, logischerweise ist mein Frau (best supporter ever!!!) auch dabei, in Los Angeles. Neun Stunden Zeitverschiebung sind deutlich besser als 12 bis nach Kona, man/frau wird auch wach aber nicht so früh ;-), erst um 4/5 Uhr. Die Temperaturen waren bei der Ankunft auch gleich perfekt, zwischen 35 und 40 Grad. In LA haben wir natürlich das Standardprogramm Hollywood, Beverly Hills, Universal Studios, Rodeo Drive, The Bu (Malibu) u.a. absolviert.



Faszinierend für mich war Venice Beach, die Typen (Poser, Freaks u.a.) und das Treiben (vor und hinter den Ständen und auf dem Rad/Laufweg). Wir sind den Strand inkl. Promenade bis nach Santa Monica (inkl. dem Pier) abgelaufen. Hoch und wieder runter. Habe bei den Skateboardern Halt gemacht und die Tricks bewundert, die starken Jungs an den Ringen bewundert, die sich durch den Parcours geschwungen haben. Natürlich haben wir auch eine Pause am Muscle Beach gemacht, nur Arni war nicht da. Ich bin auch zweimal auf dem Radweg gejogged, mit Skatern/innen und anderen Joggern. Ich fand es cool. Die Szenen aus Filmen, die diesen Ort als Handlungsstätte hatten, immer wieder im Kopf.

Am 5.9 ging es dann nach Vegas. Leider habe ich meine Frau einmal zu früh in eine Autobahnabfahrt geschickt, was uns ca. eine Stunde Verspätung beschert hat in der Rushhour. Allerdings weiß ich jetzt auch was Car Pool Fahrstreifen sind und das man da schneller durchkommt. Bedingung man muss min. zu zweit im Auto unterwegs sein, sonst kostet es bis zu 400\$- Es soll Fahrgemeinschaften unterstützen ;-), denn es sitzt wirklich überwiegend nur eine Person im Auto.

Nach einer langweiligen Fahrt, denn die Straße ging nur geradeaus, waren wir mittags in Vegas. Es war genau ein Jahr her, dass wir dort waren. So kam uns alles noch sehr vertraut vor. Das Hotel hatten wir schnell gefunden, das Zimmer sah exakt so aus wie 2012 nur in einem anderen Gebäude und Stockwerk ;-). Danach war ein bisschen Training angesagt, Nahrung jagen und chillen. Donnerstags ging es dann erst einmal in die Shopping Mall Süd (ich erwähne das nur, da wir Freitagabends noch in der Mall Nord waren ;-)) und anschließend zur Registrierung. Wie letztes Jahr alles sehr unspektakulär, genau wie die Messe und das ganze Drumherum. Es gab den obligatorischen Rucksack, drei Tüten und Kleinkram.



Am Freitag war dann morgens eine kurze Schwimmeinheit im Lake Mead angesagt. 28° warmes Wasser und Sonne auf dem Rücken. Cool ;-). Am Mittag regnete es, wie übrigens am Donnerstagabend auch. Keine Ahnung was mit dem Wetter los war, aber das wird noch, dachte ich. Die Hoffnung stirbt bekanntlich zu letzt. Deshalb ein Bisschen US Open ansehen zur Entspannung. Und Radputzen (wenn ich gewusst hätte wie mein Ceppo nach dem Rennen aussieht hätte ich mir das gespart, mehr dann gleich) und bekleben inkl. Beutel. Dann shoppen (s.o.) und anschließend in die Fremont Street. An diesem Freitag war Pride Parade (ein bisschen wie Rosenmontag, aber nicht ganz so schön) angesagt und somit alles voll. Die Amis entspannt, mit Alkohol und Zigaretten auf der



Straße und mega Treiben. Die Polizei kaum zu sehen. Wir haben es genossen, auch das Spielen an den Slot-Maschinen. 15\$ Einsatz und 82,75\$ Gewinn (eigentlich nur 67,75\$ nach Abzug des Einsatzes bzw. 52,75\$, da wir am Sonntagabend noch 15\$ verzockt haben ;-)). Anschließend essen im Heart Attack, ein Burger Laden. Beim Reinkommen bekommt man einen Patient-Kittel und das klassische Patienten-Armband an. Burger einfach, doppelt, dreifach bis sechsfach. Lecker. Aber man/frau muss aufessen sonst gibt es Schläge. Und die Damen hauen richtig zu!

Der Samstag stand dann ganz unter dem Thema Checkin. Erst die Schuhe nach Handerson und dann das Rad an den Lake Las Vegas. Alles mega einfach gehalten. Keiner kontrolliert das Rad oder den Helm. Der blaue Beutel wird ans Rad gehängt, der rote liegt auf dem Boden. Und es regnete mal wieder. Abends dann fernsehen und früh ins Bett.



Sonntagmorgen war die Nacht um 4 Uhr vorbei. Kaffee und Muffin. Anziehen, ach ja es schüttet wie aus Kübeln. Monsun hat der Mann das gestern im Fernsehen genannt, das kannte ich bisher nur aus einem Lied von ... Bei der Hinfahrt schicke ich mal wieder meine Frau falsch, macht nichts jede



Minute im Auto ist besser als im Regen. Bei der Zufahrt zum Lake LV staut es sich, naja man muss den Autofahrern ja auch sagen wo sie hin müssen. Die Helfer und auch die Polizei waren deutlich überfordert. Nachdem es nicht mehr weiter ging und die Wechselzone in 25 Minuten schließen sollte, bin ich ausgestiegen und den Rest gelaufen. Heike hat einen guten Parkplatz gefunden und kam nach. Am Rad habe ich nur die Flaschen montiert, pumpen war nicht nötig, da ich am Vorabend ja keine Luft rausgelassen hat. Radschuhe fest, werden ja eh nachher nass. Rest bleibt im Beutel. Dann ins Trockene zu Heike. 6:30 Uhr werden die Pros ins Wasser geschickt. Es regnet immer noch wie Sau. 6:52 Uhr wird mein AK gestartet. Das Wasser ist mit 27° wärmer als draußen. Das Schwimmen ist sehr ruhig, gefühlt war ich gut unterwegs. Die Zeit sagt was anderes, genauso langsam wie 2012. Ich bekomme das in dem Leben wohl nicht mehr hin, meine Trainingszeit auch im Wettkampf zu schwimmen :-(. Die Distanz zwischen Wasserausstieg und Rad ist ewig. Dann muss man auch noch einen Berg hoch – allerdings kann man sich in der Wechselzone noch so beeilt haben, hier wandern alle mit ihrem Rädchen gemütlich hoch – an

Überholen ist nicht zu denken. Endlich rauf aufs Rad und ab geht die Post. Ach ja, es kübelt immer noch. Das bleibt dann auch so bis zum Wendepunkt, dann wird es weniger und nach ca. 70km kommt sogar etwas die Sonne raus. Prima. Radfahren – für mich trotzdem Fun pur. Gelutscht wird hier auch, wie immer, aber die Kampfrichter sind sehr emsig. Klares LIKE!!! Die letzten Kilometer bis zur Wechselzone ziehen (es geht 12km kontinuierlich bergauf) sich, aber dann ist sie da. Runter vom Rad

und rein in die Laufschuhe, halt, erst noch die blauen Calf Sleeves an, hätte ich vorher noch einmal üben sollen, egal, sieht gut aus und bin gespannt ob es was hilft (ja, machen sie, aber beim nächsten Mal direkt vor dem Radfahren und vorher das Anziehen üben!!!). Es geht erst einmal bergab, da ist dann auch Heike. Ich sehe ihr an, dass sie froh ist mich zu sehen, nach dem Radfahren. Bis zum Wendepunkt und dann 3,5km stetig bergauf, nichts für mich. Aber in diesem Jahr laufe ich sauber durch, fühle mich gut. Es ist zu langsam im Vergleich zu meinen AK-Kollegen, aber das Tempo kann



ich durchlaufen. Das mit den kalten Getränken bekommen die Jungs auch dieses Jahr nicht hin, egal ob Wasser, ISO oder Cola es ist alles warm. Ich sollte nicht vergessen zu erwähnen, dass die Sonne nun endlich auch da ist, so werde ich noch braun und muss nicht mehr frieren. Nach 5:11 und irgendwas bin ich im Ziel. Leider etwas langsamer, als 2012, ist ggf. meiner fehlenden Form oder der geänderten Radstrecke/Wetterbedingung geschuldet, denn schneller gelaufen bin ich ;-). Ich schützte mir gefühlt

drei Liter kaltes Wasser über den Kopf, wo kommt das denn her??? Und freue mich meine Frau zu sehen. Eine Umarmung wird nicht gewünscht, wäre aber für mich zumindest okay gewesen. Dann die Medaille und das T-Shirt holen. Kurz verschlafen, dann Checkout Rad und Beutle und ab an den Pool. Am Abend geht es noch einmal an den Strip ins Paris zum zocken (s.o.).

Es war ein schöner Wettkampf, wenn gleich auch das Wetter ätzend war. Ich hatte Spaß und habe es genossen. Es ist gut, dass die WM nun weiter zieht, denn da sind kleine Veranstaltungen bei uns deutlich besser organisiert. Und Kanada kann mal zeigen was es drauf hat.



Heute (9.9.2013) ging es dann weiter zum Grand Canyon, leider auch wieder bei Regen. Das wird schon noch.

Vielen Dank an meine Frau für's Supporten. Auch meinen Dank an alle die in Deutschland die Daumen gedrückt haben. Im Besondern meine Tochter Dana.

Kingman, 09.09.2013 Marcus Jores

PS Was ist an dem folgenden Foto falsch?



Antwort an [marcus.jores@tcec-mainz.com](mailto:marcus.jores@tcec-mainz.com)