

## 20 Jahre Triple Ultra Triathlon in Lensahn Die prägende Zeitreise einer Triathlonbegeisterung im Leben von Nadine Carstens

Als im August 1992 der 1. Triple Ultra Triathlon in Lensahn stattfand, war ich gerade mal 10 Jahre alt.

Ich hatte keine Ahnung davon, was genau in meinem Heimatdorf Lensahn vor sich ging. Ich konnte die Distanzen kaum einordnen oder mir gar vorstellen, welche Strapazen die wenigen Athleten damals über sich ergehen ließen. Trotzdem war ich neugierig...

Mit meiner damals guten Freundin und Nachbarin Melanie setzte ich mich, mit Hupe und Trillerpfeife bewaffnet, an die Lübecker Straße und wir feuerten die Athleten beim Radfahren an. Praktischer Weise mündete unser Garten an die Radstrecke, so dass wir es uns auf unserem Grundstück gemütlich machen konnten. Meine Mama versorgte uns mit Essen und Getränken, da wir vor lauter Begeisterung nicht mehr unseren Platz verlassen wollten. So verbrachten wir den ganzen Tag dort und verabredeten uns auch gleich für den nächsten Tag, um uns das Laufen anzuschauen.

Am Samstag setzten wir unsere Anfeuerungen fort und suchten uns unsere „Favoriten“ heraus. In den Genuss unserer Bewunderung kamen Rüdiger Dittmann sowie Uwe Schiwon. Zu Rüdiger ergab sich im Laufe des Tages ein kleiner Kontakt, so dass wir ihn auch die eine oder andere Runde beim Laufen begleiteten und ihn ganz besonders anfeuerten. Der Tag erreichte seinen Höhepunkt, als Rüdiger uns fragte, ob wir mit ihm gemeinsam ins Ziel laufen möchten! Dies ließen wir uns natürlich nicht entgehen und begleiteten Rüdiger am Abend ins Ziel, das sich mitten im Ortskern von Lensahn befand. Rüdiger wurde 2., und wir waren einfach überwältigt von diesen vielen Eindrücken. Bevor Rüdiger sich in die Turnhalle begab, musste er noch unsere T-Shirts signieren. Am nächsten Tag tauschten wir dann noch Adressen aus, und für Melanie und mich war absolut klar, dass wir im nächsten Jahr auch wieder als „Fans“ dabei sein werden.



Ein Jahr später waren wir gut vorbereitet: wir hatten Bettlaken bemalt und aufgestellt, sowie unseren Gartenzaun mit bunten Bändern geschmückt. Dieses Mal waren wir auch beim Start im Schwimmbad dabei. Leider mussten wir feststellen, dass Rüdiger nicht am Start war. Nachdem die erste Enttäuschung überwunden war, beschlossen wir stattdessen Rüdigers Freund Matthias Willner und Uwe Schiwon wieder anzufeuern. Als wir

mittags dann unseren Platz vor dem Gartenzaun eingenommen hatten, kam eine große Überraschung: eine Postkarte von Rüdiger aus Kansas, wo er gerade einen anderen Wettkampf absolvierte. So war die Enttäuschung über seine Abwesenheit dann nicht

mehr ganz so groß, und wir widmeten uns unseren beiden anderen „Favoriten“ Matthias und Uwe. Matthias gewann letztendlich sogar die 2. Auflage des Lensahner Triple und schenkte uns nach dem Wettkampf je eine Kappe mit Unterschrift von ihm, die ich im Übrigen heute noch besitze ☺

**1994** gab es dann das große Wiedersehen mit Rüdiger, worauf wir 2 lange Jahre gewartet hatten. Dieses Mal hatten wir sogar unser Zelt im Garten aufgestellt, damit wir noch näher dabei sein konnten. Wir wollten nachts eigentlich abwechselnd „Wache halten“, was uns aber aufgrund unserer Müdigkeit nicht gelang. Bis Samstagabend verließen wir unseren Platz an der Lübecker Straße nicht, meine Mama verpflegte uns netter Weise wieder. Gegen Abend gingen wir dann zum Sportplatz, um uns dort die Zieleinläufe anzuschauen. Natürlich liefen wir auch wieder die eine oder andere Runde mit Rüdiger mit.



Rüdigers Zieleinlauf zog sich bis weit in die Nacht, aber für Melanie und mich war es undenkbar vorher nach Hause zu gehen. Also warteten wir, bis es schließlich um 1.30 Uhr soweit war: zusammen mit uns überquerte Rüdiger die Ziellinie! Da Uwe Schiwon dann auch nur noch wenige Runden vor sich hatte, warteten wir auch noch auf ihn, der dann etwa eine halbe Stunde nach Rüdiger ins Ziel kam. Danach konnten wir beruhigt ins Bett gehen.

**1995** startete Rüdiger leider nicht, stattdessen feuerten wir wieder Uwe Schiwon an. Im Verlauf des Wettkampfes lernten wir noch Reiner Wybraniec kennen, der dann auch zu unseren „Favoriten“ zählte. Dies erwies sich für uns als echter „Glücksgriff“, da am Abend Reiners Betreuer Stefan uns jeweils eine Runde im Begleitauto mitnahm, was für uns ein riesiges Highlight war. Am Samstag mussten wir dann leider unseren geliebten Platz vor dem Gartenzaun aufgeben, da in diesem Jahr die Laufstrecke geändert wurde, weil das gesamte Wettkampfszentrum sich nun auf dem Schützenplatz befand. Also verbrachten wir dort den ganzen Tag, liefen mit Uwe oder Reiner mit oder verbrachten Zeit mit Reiners Betreuer Stefan. Sonntagabend nach der Siegerehrung wurden sowohl mit Uwe als auch mit Reiner Adressen ausgetauscht, mit denen dann ein reger Briefkontakt entstand.

**1996** wurde dann alles schlagartig anders, da wir vom Fan zum Betreuer wurden. Reiner Wybraniec brachte nur 2 Betreuer mit und brauchte dringend noch Unterstützung, da zu dem Zeitpunkt jeder Athlet eine Autobetreuung während der

gesamten Radstrecke benötigte. Wir waren super aufgeregt und fühlten uns plötzlich so „groß“ ☺ Abwechselnd sind Melanie und ich jeweils mit Peter oder Uli 5 Runden im Auto gefahren, dann wurde gewechselt. Diejenigen, die sich gerade nicht im Auto befanden, kochten Nudeln etc. Das erste Mal haben wir auch eine ganze Nacht durchgemacht, bis Reiner vom Rad stieg und auf die Laufstrecke wechselte. Nach einer kurzen Schlafpause feuerten wir Reiner weiter kräftig an, der sich auf Platz 1 befand und super drauf war. Und am Abend wurde es dann Gewissheit: Reiner wird gewinnen ! Mit neuer deutscher Bestzeit lief Reiner gemeinsam mit uns ins Ziel.



Ich war so überwältigt, dass ich im Ziel vor Freude weinen musste. Es war ein so unbeschreibliches Gefühl, dass Reiner gewonnen hat und wir unseren Teil dazu beigetragen haben!

Die nächsten Jahre haben wir dann weiterhin fleißig unsere Athleten wie Uwe Schiwon mitbetreut und uns die Nächte um die Ohren geschlagen, denn es kam für uns nicht mehr in Frage „nur“ Fan zu sein. Wir lernten viele nette Menschen kennen, halfen inzwischen Wolfgang Kulow beim „Tüten packen“ und konnten uns einen Sommer ohne den Triple gar nicht mehr vorstellen.



Dann kam das Jahr 2000, auf das ich mit einem lachenden und mit einem weinenden Auge zurückblicke... Im März des Jahres erreichte mich die Nachricht, dass „mein“ Reiner Wybranietz sich das Leben genommen hatte! Ich war total geschockt und konnte es einfach nicht glauben, dass ich Reiner nie wieder sehen würde. Allerdings hatte der Wettkampf in diesem Jahr auch wahnsinnig schöne Momente – ich konnte nämlich meinen 18. Geburtstag beim Triathlon feiern. In der Nacht von Freitag auf Samstag wurde ich von zahlreichen Freunden und Bekannten zu meiner Volljährigkeit beglückwünscht, bekam Blumen und Geschenke überreicht, einige Athleten hielten kurz an und gratulierten mir, es war einfach unglaublich. Die Krönung war, dass ich von meinen Großeltern ein eigenes Auto bekam ☺ Des Weiteren begann in diesem Jahr ebenfalls meine Freundschaft zu Ilana, sowie der Kontakt zu Ole Bujk und seinem Bruder Kai aus Berlin, mit denen ich mir auch heute noch eMails schreibe.



In den darauffolgenden Jahren betreuten wir immer Uwe Schiwon, der in Lensahn zu einer festen Größe geworden war. Außerdem nahmen wir seinen Freund Volker Ernst sowie seinen Vereinskollegen Klaus Geipel in unserem Team auf, die auch beide aus Oberfranken stammten. Zu der Zeit betreute Ilana noch Arno Sandrock, bis sie schließlich 2003 in unser Team wechselte. Meine Freude darüber war groß, da sich zwischen uns bereits eine tolle Freundschaft entwickelt hatte und Melanie die Lust am Betreuen verloren hatte. Auch meine Mama und ihr guter Freund Hartmut gehörten inzwischen fest dazu und schlugen sich mit uns die Nächte um die Ohren. Ab sofort waren wir alle also das „Oberfranken-Team“.

**2004** reichte Ilana und mir ein Wettkampf nicht mehr aus, weshalb wir zusammen mit Uwe und seiner Lebensgefährtin Martina nach Ottobrunn zum Double fahren, wo Uwe sogar gewann! Für den Triple in Lensahn fertigten wir dann noch Team-Shirts für uns alle an, die wir stolz trugen. Weiterhin machten wir viele neue Bekanntschaften wie zum Beispiel Michael Gärtner, Rudi Himmel oder Janos Hamori.

**2005** wollten wir uns dann den Double in Neulengbach anschauen. Zusammen mit Christian „Fritz“ Grieben und meiner Mama fuhren Ilana und ich nach Österreich, um dort unseren Uwe zu betreuen. Auch Friedhelm „Helmchen“ Ehlers hatte die weite

Strecke auf sich genommen und gesellte sich dort zu uns. Es war ein tolles Rennen, bei dem Uwe einen hervorragenden 3. Platz belegte. Einige Wochen später in Lensahn betreuten wir dann neben unseren Oberfranken Uwe und Klaus auch noch Rudi Himmel und Michi Gärtner, da beide ohne Betreuer angereist waren. Wir hatten also alle Hände voll zu tun und mussten auch eine 2. Nacht wach bleiben. Da es bei uns im Team aber immer lustig zugeht, war dies natürlich auch kein Problem für uns ☺

Auch im darauffolgenden Jahr betreuten wir wieder mehrere Leute: unseren Uwe, seinen Vereinskollegen Gerhard Schmutzler und Michi Gärtner. Mit einem Athleten waren wir einfach nicht mehr ausgelastet ☺

**2007** war zum ersten Mal keiner unserer Oberfranken am Start, stattdessen betreuten wir Michi und Roland Patzina, zu dem wir inzwischen auch Kontakt hatten. Und was außerdem besonders war: Ilana und ich brachten unsere Freunde Nils und Heiko mit, die sich das Spektakel auch mal anschauen sollten/wollten (den beiden hat es im Übrigen gefallen und kommen heute auch immer noch gern mit zum Triathlon). Ende 2007 zog ich dann nach Hessen zu meinem Freund Heiko, wo ich 2008 einen Job als Diplom-Pädagogin antrat. Da ich im Juli noch in der Probezeit gewesen wäre, fragte ich nach nur wenigen Tagen meinen Chef, ob ich trotzdem Ende Juli Urlaub nehmen könnte... Es war für mich nämlich absolut unvorstellbar nicht in Lensahn dabei sein zu können!!! Zum Glück gab es keine Probleme, so dass ich beim Triple dabei sein konnte. In diesem Jahr startete unser Uwe dann bislang zum letzten Mal in Lensahn, leider. Aber wir geben die Hoffnung nicht auf, dass er in den nächsten Jahren noch einmal kommen wird! Stattdessen mussten wir uns „Ersatz“ suchen: Roland gehörte nun fest zu unserem Team, und 2009, als wir wieder einmal in Neulengbach waren, konnten wir auch noch Steffen Schelenz mit seiner Schwester Dani für uns gewinnen. Kurzfristig sagten wir zusätzlich noch Martin Schytil unsere Betreuung zu, den ich mittlerweile auch schon einige Jahre kannte und regelmäßigen Kontakt zu ihm hatte. Und vor Ort „quartierte“ Steffen noch seinen Bekannten Mark Hohe-Dorst bei uns ein, der nur eine Betreuerin dabei hatte und zum ersten Mal einen Triple absolvierte. Also war unser Zelt, das Hartmut uns netter Weise jedes Jahr zur Verfügung stellt, mit 4 Athleten ziemlich überfüllt. Aber auch diese Herausforderung meisterten wir mit Bravour ☺ Heiko lief sogar einen ganzen Marathon mit Martin, und ich begleitete Mark stundenlang in der zweiten Nacht mit dem Rad beim Laufen, bis er es geschafft hatte. Nach über 50 Stunden ohne Schlaf waren dann alle 4 im Ziel – die Mission war mal wieder erfolgreich! Ein Jahr später haben wir erneut Roland, Steffen und Mark betreut, zu denen sich inzwischen auch ein enger Kontakt bzw. eine Freundschaft entwickelt hatte. Dementsprechend hatten wir wieder ein tolles Wochenende zusammen. Nach dem Triple haben wir uns zum Teil auch hin und wieder privat getroffen, um gemeinsam die Bilder vom Rennen anzuschauen oder auch mal außerhalb eines Wettkampfes Zeit zusammen zu verbringen.



Natürlich haben wir in all den Jahren nicht nur viele Athleten und deren Betreuer kennengelernt, sondern es ergaben sich auch weitere Bekanntschaften wie zum Beispiel zu Friedhelm (Helmchen) und seiner Familie, die ihr Zelt meistens links neben uns aufbauen, oder auch zu Familie Schikorr, die immer auf der anderen Seite von uns ihren Pavillon aufstellt. Aus der Bekanntschaft zu Familie Schikorr ergab sich zusätzlich die „Tradition“, dass wir am Dienstag vor dem Wettkampf mit einigen Athleten bei Schikorrs im Garten grillen und uns auf das Rennen einstimmen – eine tolle Erfindung!!

Heute bin ich 28 (fast 29) Jahre alt und blicke auf 19 Veranstaltungen zurück, die alle auf ihre Weise einzigartig waren. Ich habe viele tolle Menschen kennengelernt, mit denen ich zum größten Teil noch heute Kontakt habe. Eigentlich hatte ich mal gedacht, dass mit zunehmendem Alter meine Begeisterung weniger werden wird. Das Gegenteil ist jedoch der Fall: ich freue mich jedes Jahr wie ein kleines Kind auf jeden Wettkampf, und je näher der nächste Triple rückt, desto mehr „nerve“ ich meine Mitmenschen mit meiner Vorfreude 😊 Der Lensahner Triathlon ist und bleibt DAS Highlight im Sommer für mich. Ein Jahr mal nicht dabei zu sein, wäre für mich absolut undenkbar.

In diesem Sinne: auf die nächsten 20 Jahr!!!!

