

steige ich aus dem Wasser: Platz 252 und mehr als drei Minuten schneller als vor zwei Jahren. Ich bin zufrieden und hoch motiviert.

Aufs Rad und ab nach Mainhattan! Es läuft super, bis zur Innenstadt kann ich 49 Konkurrenten überholen. In Bergen-Enkheim stehen Heiko und die anderen. Ihre Anfeuerungsrufe tragen mich den Berg hinauf. Ich überhole weiter. Mein Puls pendelt zwischen 155 und 160, doch meine Beine bleiben locker. Kilometer 60: Ein Blick auf den Tacho. Durchschnitt 39,3 km/h! Jetzt nur nicht zu euphorisch werden. Jemand ruft mir zu: „Platz 80“. Wahnsinn!

Inzwischen sehe ich immer wieder dieselben Fahrer. Wir fahren offenbar auf gleichem Niveau. Man überholt oder wird überholt. Es bilden sich Pulks von bis zu 20 Rädern. Das Wegkommen wird schwieriger. Oft bin ich rechts und links eingeklemt. Die Kampfrichter auf ihren Motorrädern sind überall, wachen darüber, dass niemand im fremden Windschatten fährt. Das Gewusel macht es schier unmöglich, den Rhythmus zu halten. Wer nicht ständig attackiert, gerät in Verdacht, den Windschatten zu suchen – und die Disqualifikation zu finden.

Als ich eine größere Gruppe überholen will, schickt mich ein Kampfrichter auf halber Strecke in die auseinander gezogene Gruppe hinein. Als ich kurz darauf erneut überholen will, komme ich nicht raus – und dem Vordermann dabei offenbar zu nahe. Schon ist es passiert: Ein Pfiff aus der Trillerpfeife und der Kampfrichter auf dem Motorrad winkt mich raus. In aller Ruhe zieht er seinen Stift hervor und streicht meine Startnummer ab!

Dieser Strich ist wie ein Stich ins Herz. War's das jetzt? Alle Träume dahin? Ich kann keinen klaren Gedanken mehr fassen. All die Monate der Quälerei umsonst? Aus mit der Quali für Hawaii. Ade statt Aloha?!

Nein, das kann nicht sein! Ich spüre Wut in mir: „Jetzt erst recht!“. Es darf nicht alles umsonst gewesen sein! Außerdem: Meine Eltern, meine Schwester, mein Schwager, meine Patenkinder, Monika und die Kleine – alle sind nach Frankfurt gekommen, um mich anzufeuern. Schließlich wollte ich doch mit Anna auf dem Arm durchs Ziel laufen. Was wird sie sagen, wenn Papa nicht kommt? Gute Gründe, den Motor wieder anzuwerfen! Also mit Vollgas zur Strafbox nach Bad Vilbel, sechs Minuten Zeitstrafe absitzen. Sechs Minuten, die mir vorkommen wie eine Ewigkeit. Danach treibt die Wut mich den „Heartbreak Hill“ hinauf. Die Zeitstrafe geht mir nicht mehr aus dem Kopf, ich fluche innerlich, und die Beine gehen langsam zu. Der Durchschnitt auf dem Tacho sinkt. Ich bin enttäuscht.

Zum zweiten Mal komme ich in die Innenstadt, freue mich auf meine Familie – und aufs Laufen. Die Radzeit nach der Zeitstrafe, 5:00:34 Stunden,



Geschafft: Zieleinlauf auf dem Frankfurter Römer nach 9:18:31 Stunden.

bleibt weit hinter meinen Erwartungen zurück. Platz 226 – meilenweit entfernt von Platz 80, den mir jemand zugerufen hatte.

Auf dem Weg zur Wechselzone jubeln mir die Freunde der RSG Montabaur zu, und ich sehe meine Familie. Die Euphorie ist zurück! Aber für Sentimentalität ist jetzt keine Zeit. Schnell ins Zelt und dann ab auf die Laufstrecke.

Ich bin in meinem Element, es läuft wie „schnuff“, ich überhole. 42 Kilometer liegen vor mir. Ich freue mich auf alle, die heute auch wegen mir nach Frankfurt gekommen sind. Runde für Runde sehe ich meine Freunde, meine Familie – ein starkes Gefühl. Meinen Puls halte ich konstant bei 150. Als ich die Bilkheimer entdeckte, setze ich schnell ein Lächeln auf, damit sie sich keine Gedanken machen. Dann treffe ich auf Thomas. Auch er ist gut unterwegs. Eine Zeitlang laufen wir nebeneinander, wie wir es in den letzten sieben Monaten so oft getan haben. Dann lässt er mich ziehen und jeder kämpft wieder für sich.

Alle zehn Kilometer kontrolliere ich meine Laufzeit. Ich habe das Gefühl, ich könnte noch etwas zulegen. Aber ich halte mich strikt an die Vorgaben. Zu groß ist der Respekt vor dem Marathon und allem, was da noch kommen kann. Jetzt bloß nicht mehr ausfallen, das ist das eine. Die Quali schaffen für Hawaii, das andere. 120 „Hawaii-Slots“ werden heute vergeben, davon 24 in meiner Altersklasse M35. Einen davon will ich holen! Ich höre Aloha-Klänge und sehe Blumenkränze vor meinen Augen...

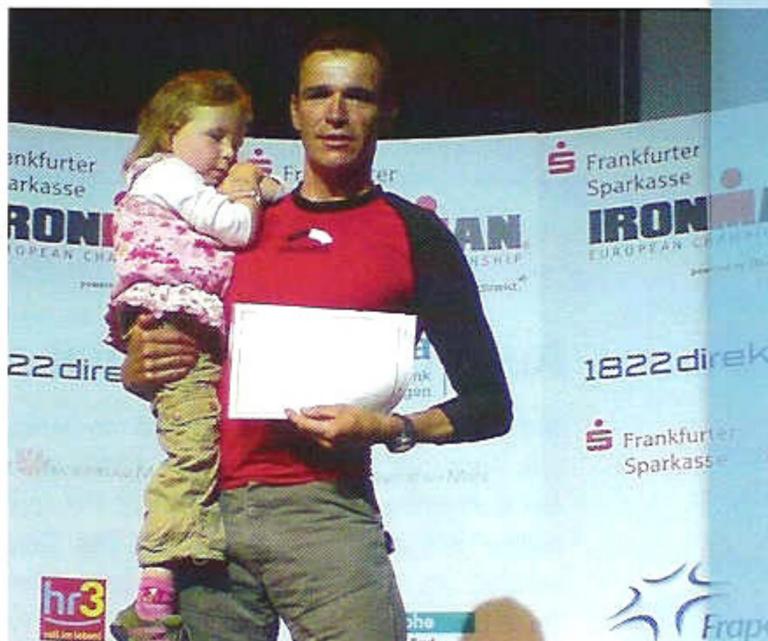
Kilometer 21: Die Uhr verspricht eine super Zeit – wenn ich durchhalte. Meine Leute feuern mich an, machen Fotos. Auch Markus Bielen ist da, der Kollege der BePo. Er hat im vergangenen Jahr geschafft, wofür ich mich jetzt quäle. Und er weiß auch schon, wie es sich anfühlt, in Hawaii durchs Ziel zu laufen. Die Stimmung ist klasse. Wildfremde Menschen rufen meinen Namen und feiern mich für jedes Bändchen mehr, das ich am Arm trage. Als ich über die letzte Brücke laufe, höre ich

schon die Musik auf dem Römer. Bei Kilometer 41,5 lasse ich das Wasser stehen und nehme ein Stück Mohnkuchen. Niemals zuvor hat er mir so gut geschmeckt.

Dann liegt er vor mir, der rote Teppich hinauf ins Ziel. Ich suche Anna, mit der ich über die Ziellinie laufen wollte. Kann sie nirgends sehen – schade. Die Enttäuschung verfliegt, als meine Gesamtzeit aufleuchtet: 09:18:31 Stunden, trotz Zeitstrafe elf Minuten schneller als vor zwei Jahren. Das ist vor allem meiner Laufzeit zu verdanken: 3:11:51 Stunden. Platz 70 unter 2121 Sportlern im Gesamtklassament, Platz 15 in meiner Altersklasse. Der letzte in der M35, der noch mitfährt nach Hawaii, liegt fast 20 Minuten hinter mir. Ich darf zufrieden sein: Hawaii – ich komme!

Hinter dem Ziel finde ich meine Familie. Gemeinsam freuen wir uns auf den Hawaii-Urlaub im Oktober. Und Anna begleitet mich schließlich doch noch durchs Ziel: Als ich mir auf der Bühne den „Slot“ für die Weltmeisterschaft abhole. Selten habe ich mich so sehr über ein Stück Papier gefreut.

Natürlich wird der Polizeikurier berichten, wie es „Ironman“ Jürgen Fries in Hawaii ergangen ist! ■



Siegerehrung: Jürgen Fries mit Töchterchen Anna und dem „Slot“ für den Ironman in Hawaii.