

Rainer Breuer strebt sein siebtes Hawaii-Ticket an

Triathlon Mit Ambitionen zur EM nach Frankfurt

■ **Insul.** Das muss wohl echte Begeisterung sein: Sechs Mal hat sich Rainer Breuer bereits den Strapazen des Ironmans auf Hawaii ausgesetzt. Nun möchte der Triathlet aus Insul zum siebten Mal dorthin. Wille und Wunsch alleine reichen dazu aber nicht aus, es bedarf einer Qualifikation. Und die will der 52-Jährige an diesem Sonntag schaffen: bei den „European Championship“ in Frankfurt, also der Europameisterschaft.

„Ich muss in meiner Altersklasse unter die besten acht kommen“, sagt Breuer und fügt dann hinzu: „Aber eigentlich ist es mein Ziel, in der Altersklasse zu gewinnen.“ Selbstbewusste Worte angesichts einer Konkurrenz von rund 400 Aktiven in der AK 50 bis 55. Insgesamt dürften am Sonntag rund 3000 Ausdauersportler an den Start gehen. Das Rennen am Sonntag wird von Tausenden von Zuschauern an den Uferpromenaden des Flusses mitverfolgt.

Woher rührt sein Optimismus? „Mein Fitnesszustand ist gut, ich fühle mich fit, weil ich in diesem Jahr noch keine Verletzung hatte“, erklärt Breuer. Und so peilt er eine Endzeit unter 9:30 Stunden an für die 3,8 Kilometer Schwimmen im

Langener Waldsee, die 180 Kilometer durch Frankfurt sowie den abschließenden Marathonlauf. Breuers selbst gesteckter Zeitplan: 1:10 Stunden fürs Schwimmen, 4:50 fürs Radfahren und 3:15 fürs Laufen. Seine Ironman-Bestzeit von 9:22 Stunden datiert aus dem Jahr 2007.



Rainer Breuer.

Zuletzt bei einem Vorbereitungswettkampf, dem Extrem-Man in Düren über die Mitteldistanz (2/80/20), gewann Breuer in seiner Altersklasse, im Gesamtklassensament unter den rund 350 Konkurrenten belegte er Rang 26. „Da habe ich mich selbst überrascht“, berichtet der ambitionierte Ausdauersportler.

In dieser Woche belässt er es bei „kleineren, kürzeren Sachen“ (Breuer), was dann heißt: eine halbe Stunde Laufen oder zwei Stunden Radfahren.

Sollte denn tatsächlich, wie prognostiziert, im Verlauf dieser Woche der Sommer zurückkommen und es wärmer werden, käme es ihm ganz gelegen: „Mir ist Wärme lieber als Regen.“ Wer in der Hitze von Hawaii einen Ironman schon in 9:56 Stunden beendet hat, braucht sich vor vielleicht 25 Grad in Deutschland wohl wirklich nicht zu fürchten.

map