



Monique Grossrieder auf dem Rad.

Bild zvg

Grossrieder trotz der Hitze

Die Düringerin Monique Grossrieder belegte beim Ironman-Zürich den 11. Rang bei den Professionals.

TRIATHLON «Einerseits hatte ich mir rang- und zeitmässig zwar etwas mehr vorgenommen, andererseits ging es mir nach meinem Aus an der EM in Frankfurt aber vor allem darum, auch wieder ein Rennen zu finishen», sagt Monique Grossrieder.

Plötzlich Atemprobleme

Aufgrund der warmen Wassertemperatur im Zürichsee gingen die Athleten und Athletinnen ohne Neoprenanzug an den Start. «Das Schwimmen ging ich relaxed an und kam in einer akzeptablen Zeit von 1:10 Stunden aus dem unruhigen Wasser», schildert die Düringerin ihr Rennen. «Auf dem Rad fühlte ich mich recht gut, hatte jedoch von den Höhenmetern Respekt. Die ersten 90 Kilometer liefen sehr gut, dann auf der zweiten Runde spürte ich vor allem in den längeren Anstiegen die grosse Hitze. Die letzten Kilometer der total 180 fuhr ich ruhig und konnte meine Beine für den folgenden

Marathon wieder etwas auflockern.» Sie fand schnell ihren gewohnten Rhythmus beim Laufen. «Ich wusste, dass vor mir im Bereich von acht bis zehn Minuten sechs Konkurrentinnen liefen, welche einholbar waren. Dann jedoch bei Kilometer 7 oder 8 bekam ich plötzlich Atemprobleme.» Diese Problematik kannte Grossrieder aus ihrer Zeit als Leichtathletin, jedoch nie während einer Langdistanz im Triathlon. «Die Bedingungen waren aber äusserst hart mit Hitze und wohl auch den sehr hohen Ozonwerten. So musste ich meinen Rhythmus etwas dämmen und konnte nicht wie geplant zur Aufholjagd starten.»

Am Ende lief Monique Grossrieder in einer Zeit von 10:14:23 Stunden als Elfte bei den Professionals der Frauen ins Ziel ein. «Ich bin vor allem damit zufrieden, das Rennen bei so harten Bedingungen und ohne die motivierende Aussicht auf einen Spitzenplatz fertigzulaufen zu sein.» fs