

"Schwierig ist vor allem der Weg zum Wettkampf"



Judit Dengler ist eine begeisterte Hobbysportlerin und Triathletin. Foto: Daniela Buch

Weil am Rhein-Haltingen (db). Eine herausragende Leistung vollbrachte die Hobbysportlerin Judit Dengler. Sie nahm am berühmten Triathlon Langstreckendistanz-Wettbewerb "Challenge Roth" teil. Sie schwamm rund vier Kilometer, fuhr 180 Kilometer mit dem Fahrrad und lief einen Marathon von 42 Kilometern " alles an einem Tag. Die "Challenge Roth" im fränkischen Roth bei Nürnberg, die am 8. Juli stattfand, gilt als weltgrößte Triathlonveranstaltung in der Langstreckendistanz. Mit dabei waren rund 3200 Einzelstarter und 650 Staffeln aus mehr als 60 Nationen. Entlang der Wettkampfstrecke wurden 200'000 Zuschauer gezählt. Judit Dengler, die mit ihrer allgemein sportbegeisterten Familie in Haltingen lebt, stammt gebürtig aus Ungarn und war dort zwanzig Jahre lang als Profi-Kajaksporlerin aktiv. Danach begann sie mit dem Lauftraining, nahm an Marathon-

Wettbewerben teil, und fand alsbald auch Spaß am Schwimmen und Radfahren. In der "Challenge Roth" entdeckte sie eine besondere sportliche Herausforderung. Die Vorbereitung, die gut zehn Monate vorher begann, nahm sie entsprechend ernst. "Schwierig ist nicht der Wettkampf, sondern der Weg dorthin wie in jedem Sport", meint sie rückblickend. Durchgehalten und zudem eine gute Leistung geschafft zu haben, sei ein tolles Gefühl. In der Alterskategorie Frauen unter 60 Jahren erreichte Judit Dengler den 11. Platz. Die Teilnahme an sich sei ohnehin ein aufregendes Erlebnis gewesen. Donnerstag erfolgte die Anreise, Freitag standen letzte organisatorische Vorbereitungen und Einchecken an. Samstag, am Tag des Wettbewerbs, war Judit Dengler um vier Uhr morgens schon auf den Beinen. "Am Abend davor wird man sehr bescheiden und hofft, dass man gesund ins Ziel kommt ohne Pannen und Magenbeschwerden", erinnert sie sich schmunzelnd. 6.45 Uhr ging es für sie am Start los und abends um 18.15 Uhr kam sie ins Ziel. Elf Stunden, 29 Minuten und 55 Sekunden war Judit Dengler auf Tour und absolvierte 3,8 Kilometer Schwimmen im Main-Donau-Kanal in etwa 70 Minuten, 180 Kilometer Rad fahren in sechs Stunden, und 42,4 Kilometer Laufen in vier Stunden. Flüssigkeit und Nahrung in Form von Kraftriegeln und Gels nahm sie wie die übrigen Teilnehmer während des Radfahrens zu sich. "Ab der Hälfte des Marathon denkt man eigentlich nur noch daran, endlich ins Ziel zu kommen. Man erreicht die Stadt und läuft dann noch eine 200 Meter Ehrenrunde auf dem roten Teppich", erzählt sie. Ob sie den Wettbewerb nochmals in Angriff nehmen wird oder es wie ursprünglich vorgesehen, bei dem einen mal bleibt, lässt sie noch offen.

Nachricht vom 28.07.2012

