

## **Debütant Norbert Zech begeistert beim Ironman in Frankfurt**

Norbert Zech glänzt beim Ironman-Debüt in Frankfurt: Er erzielt eine Zeit von 11:00:14 Stunden und begeistert im Zielbereich.

Im pulsierenden Frankfurt/Main hat der Eberfinger Norbert Zech kürzlich sein aufregendes Debüt beim Ironman gefeiert. Nach beeindruckenden 11 Stunden, 0 Minuten und 14 Sekunden kreuzte er die Ziellinie und erhielt damit nicht nur die Finishermedaille, sondern auch ein unvergessliches Erlebnis. Zech nahm an einem der größten Ironman-Rennen Europas teil, das gleichzeitig die Europameisterschaft ausrichtete, und erlebte dabei Höhen und Tiefen, die sein erstes Mal zu etwas ganz Besonderem machten.

Der 45-jährige Sportler, der zuletzt am 26. August seinen Geburtstag feierte, war fest entschlossen, sich dieser Herausforderung zu stellen. Bevor er jedoch ins Rennen ging, hatte er eine interessante Entscheidung zu treffen: Das Hotel, in dem er übernachtet hatte, war zwar nahe am Langener Waldsee, der Startlinie, entpuppte sich jedoch als genau vier Kilometer entfernt. Diese zusätzliche Strecke tat seiner Form jedoch keinen Abbruch und trug sogar dazu bei, ihn auf das bevorstehende Ereignis vorzubereiten.

### **Ein gelungener Start**

Der Schwimmstart war Zechs schwächste Disziplin, doch er meisterte die 3,8 Kilometer im Wasser besser, als er erwartet hatte. „Ich hatte meine Ruhe und kam super durch“, bemerkte

er rückblickend. Mit einer Zeit von 1:33:14 Stunden verließ er das Wasser, was für den Debütanten ein positiver Start war. Auch die Herausforderung, ohne Neoprenanzüge schwimmen zu müssen, stellte sich nicht als Hindernis dar, da er bereits vorher mit seiner Freundin auf eine ähnliche Distanz ohne Neopren trainiert hatte.

Die Radstrecke von 180 Kilometern war nichts für schwache Nerven. Zech musste nicht nur mit Dauerregen und rutschigen Bedingungen kämpfen, sondern blieb auch in einer kritischen Situation auf einer abschüssigen Kurve unversehrt, als er zwei stürzende Athleten sah. Trotz der schwierigen Umstände schloss er die Radetappe in 5 Stunden, 31 Minuten und 32 Sekunden ab – besser als sein ursprünglicher Plan von 5:45 Stunden.

## **Die Herausforderung des Marathonlaufens**

Wie viele Triathleten hatte auch Zech Respekt vor dem abschließenden Marathon. Dennoch war er fest entschlossen, seine Laufbeine optimal einzusetzen. Zu Beginn schaffte er die Kilometer im Schnitt in 4 Minuten und 45 Sekunden – ein beachtlicher Anfang. „Ich habe mir gedacht: Ich habe nix zu verlieren“, erklärte er. Die Zuschauer an der Strecke unterstützten ihn zusätzlich und bauten einen großartigen Rückhalt auf. Doch fünf Kilometer vor dem Ziel spürte er die Erschöpfung: „Irgendwann sträubt sich der Körper gegen eine Nahrungsaufnahme.“ Trotz dieser Herausforderung lief er schlussendlich in 3 Stunden, 45 Minuten und 50 Sekunden.

Krönender Abschluss der Strapazen war das Erlebnis im Zielbereich, wo Zech die obligatorische Glocke läuten durfte, ein Zeichen der Anerkennung für alle Finisher. Die Freude über seinen Erfolg vermischte sich mit dem emotionalen Moment, als er seiner Freundin Vera Schinnerl, die selbst eine beachtliche Zeit von 12 Stunden und 13 Minuten schaffte und den elften Platz in ihrer Altersgruppe belegte, die Finishermedaille umhing. Diese gemeinsamen Erlebnisse, sowohl die Höhen als auch die Herausforderungen, festigten ihre Bindung und schufen

Erinnerungen, die sie ein Leben lang schätzen werden.

Für die beiden Sportler war es nicht nur ein Wettkampf, sondern eine beeindruckende Leistung, die ihren Sportgeist und ihre Hingabe eindrucksvoll zur Schau stellte. Gemeinsam ließen sie den Tag beim gemütlichen Rückweg ins Hotel ausklingen, dafür nahmen sie dann stolz ein Taxi, um die müden Füße zu entlasten. Obwohl die Strapazen groß waren, war das Gesamtgefühl des Erreichten ein unbeschreibliches. Zu sagen, sie waren „happy“ und „super zufrieden“ wäre eine Untertreibung. Norbert Zech, der erst vor einiger Zeit entschied, sich einer derart anspruchsvollen Herausforderung zu stellen, hat Recht: sowohl „eine Klasse als auch eine krasse Erfahrung“ haben ihn an diesem Tag zusammengeführt und sie sind sicher, dass dies nicht ihr letztes Rennen gewesen sein wird.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](http://n-ag.de)**