

Der eiserne Mike

Triathlet Michael Bell vor dem „Ironman“ morgen in Roth bei Nürnberg

Eisen ist schon ein ganz besonderer Werkstoff, dessen herausragende Eigenschaften bekanntlich Härte und Tragfähigkeit sind. Genau dies sind die gefragten Qualitäten, wenn jemand den aberwitzigen Versuch unternimmt, ungebremst und vermeintlich sinnentleert 3,8 Kilometer zu schwimmen, 180 Kilometer Rad zu fahren und einen Marathonlauf (42,195 Kilometer) folgen zu lassen. Und das nicht über einen Monat verteilt, sondern an einem Tag ... nacheinander ... ohne Pause ... so schnell wie möglich.

Voraussetzung dafür ist eine ganz besondere körperliche und geistige Verfassung, die zwar etwas von Nonkonformismus, ja von Verrücktheit hat, die aber in erster Linie mit Einstellung, Training und Willen zu tun hat.

Der Lichtenfelser Mike Bell hat diese Qualitäten. Er „lebt“ Triathlon und startet am morgigen Sonntag nach einer mehrjährigen Vorbereitungszeit bestens präpariert beim bedeutendsten europäischen Ultra-Triathlon, dem „Ironman“ in Roth bei Nürnberg.

OT-Serie

Sportreportage
am Samstag

Er kann den Wettbewerb nicht gewinnen, das weiß er. Zu groß ist der Abstand zu den Weltklasseprofis, die auch teilnehmen. Eine Endzeit von unter elf Stunden hat sich Mike vorgenommen. Das wäre realistisch. Das Erreichen dieses Zieles ist für ihn ein gefühlter Sieg.

Unstrittig jedoch ist, dass jeder ein Gewinner ist, der diese Tortur übersteht, also ein Finisher ist, wie es in Fachkreisen heißt. Das erkennt auch jener an, der den Wettkampf bequem auf dem heimischen Sofa sitzend am Fernsehen verfolgt.

„Ich bin ein anderer Mensch geworden, seit ich Triathlon mache.“

Mike Bell

Für Mike jedenfalls klingelt morgen früh um 5 Uhr der Wecker. Die Odyssee beginnt. Das Hauen und Stechen nach dem Sprung in den Rotsee um die beste Linie beim Schwimmen bringt absehbar blaue Flecken. Nach ungefähr 45 Minuten raus aus dem Wasser und rauf auf das Rennrad. Und wieder Kampf gegen die Uhr, gegen die anderen, aber auch zunehmend gegen sich selbst. Die Oberschenkel brennen immer mehr, und die Aussicht auf Linderung ist noch mindestens neun Stunden entfernt. Also kein Licht am Ende des Tunnels. Eher Frust – wegen der ständigen Qualen und Schmerzen.

Weshalb quäle ich mich so?

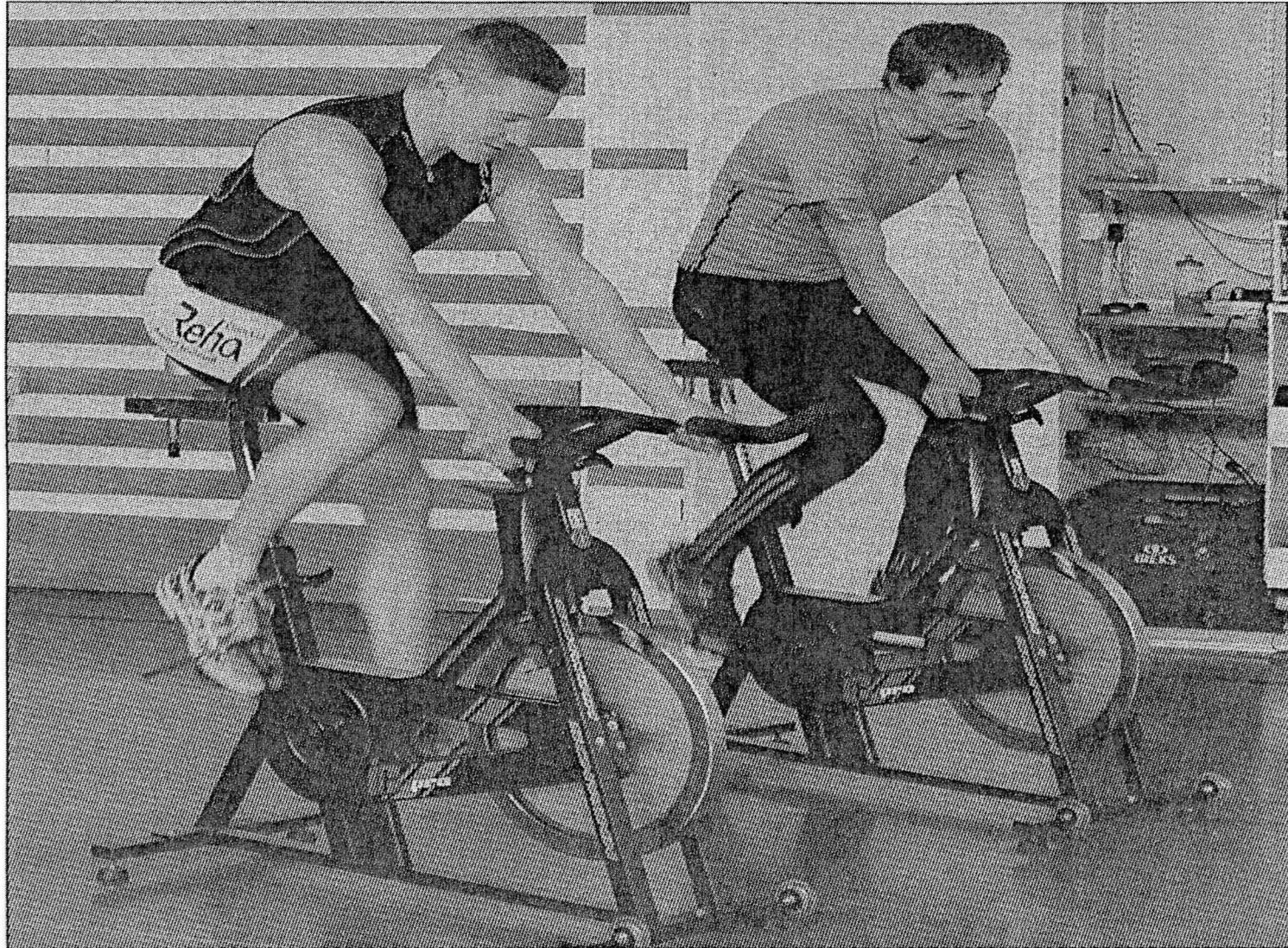
Immer drängender werden die bohrenden Fragen: Warum mache ich das überhaupt? Weshalb quäle ich mich so? Was hindert mich daran, sofort vom Rad zu steigen? Wem bin ich überhaupt Rechenschaft schuldig? Doch man schwimmt, fährt und läuft weiter im Grenzbereich, trotz der Schmerzen, trotz der fehlenden Antworten. Aber warum eigentlich?

Freilich, es geht um das Erreichen eines ganz persönlichen Zieles, es geht darum sich zu beweisen, ein Stück weit vielleicht auch darum, sich von anderen abzuheben. Aber es steckt doch wohl mehr dahinter. „Ich bin ein anderer Mensch geworden, seit ich Triathlon mache“, sagt Mike Bell und deutet damit an, dass Triathlon ganz zentral auch mit der eigenen Persönlichkeitsentwicklung zu tun hat.

Doch was passiert jenseits des An kämpfens gegen die Schmerzen und jenseits des Bewältigens der für einen Au-



Raus aus dem Wasser und rauf aufs Rennrad: Triathlet Mike Bell aus Oberwallenstadt.



Spinning-Wintertraining: Mike Bell und Nationalkader-Biathlet Christoph Stephan. Fotos: sv

ßenstehenden kaum vorstellbaren Anstrengungen? Die Antwort heißt: ein Dialog! Und der Gesprächspartner ist das eigene Ich.

„Der Ausdauersport in dieser extremen Form hat mir die Kraft und den Willen gegeben. Ich weiß um meine Stärke!“

Mike Bell

Das klingt philosophisch, ist aber elementar. Und am Ende dieser vielstündigen „Unterhaltungen“ stehen oft Antworten auf die Fragen: Wer bin ich? Was kann ich schaffen, wenn ich nur will? Alles lohnende Erkenntnisse und zweifelsohne persönlichkeitsbildend.

„Ich komme mit meinen Alltagsbelastungen, ja mit meinem ganzen Leben besser zurecht. Gleichzeitig bin ich entspannter geworden“, resümiert der Oberwallenstadter. Die Triathleten sind

also nicht nur die „Entdecker des vermeintlich Sinnlosen“, sondern entwickeln bisweilen eine persönliche Stabilität und Härte sowie ein funktionierendes Zeit- und Konfliktmanagement, das erkennbar lebensbereichernd ist.

Bei Mike jedenfalls war das so. Hauptschulabschluss, Abitur auf dem zweiten Bildungsweg, Fachhochschulstudium der Betriebswirtschaftslehre in Coburg, Masterabschluss in Wirtschaftspädagogik an der Universität Bamberg und ab September Berufsschullehrer.

„Der Ausdauersport in dieser extremen Form hat mir die Kraft und den Willen gegeben. Ich weiß um meine Stärke!“ begründet Mike, schwingt sich aufs Fahrrad und fährt von Lichtenfels nach München. Richtig gehört, nach München. Denn ein bisschen verrückt muss man als Triathlet schon sein. Aber eine Verrücktheit, die positiv ist, die mehr ist, als in selbstquälerischer Absicht stundenlang den eigenen Körper zu malträtieren.

Man möchte ihm für morgen zurufen: „Halte durch, Mike! Bleib eisern! Komm an! Denn angekommen bist Du ja schon.“

Stefan Voll