

## Ein Mythos, zwei Nürnberger

Carmen Valerius und Werner Bruns hoffen beim Triathlon auf Hawaii auf Tageslicht

**B**egonnen hat das Abenteuer mit einer unausgesprochenen Wette. Eine Freundin wollte sich an einem Schülertriathlon versuchen. Also wollte das Carmen Valerius auch. Und natürlich wollte sie schneller sein. Aus dem Schwimmbecken kletterte sie noch mit großem Rückstand, ins Ziel lief sie als Dritte – weit vor ihrer Freundin, die daraufhin jegliche Konversation einstellte.

Seitdem sind gerade vier Jahre vergangen. Eine Olympiade, die Carmen Valerius dazu genutzt hat, sich Schwimmen, Radeln und Laufen beizubringen. Zunächst selbst, weil sie in einem Erlanger Triathlon-Verein noch nicht ernst genommen wurde, später nach den Trainingsplänen von Coschas, die ihr natürlich auch rieten sich mit dem ersten Start auf der Langdistanz noch ein bisschen Zeit zu lassen. Doch die Ironman-Strecke hat sie „schon immer mehr fasziniert“.

Womöglich „schon immer“ relativ ist – am Anfang wusste ich ja gar nichts mit dem Mythos Hawaii anzufangen.“

Daran dachte sie auch nicht, als sie am 13. Juli mit 2500 anderen Triathleten in den Wortherssee sprang. Zumindest hat sie das nicht zugegeben. Denn



Will den Ironman noch bei Tageslicht beenden? Carmen Valerius. Foto: oh

Sie trennt 29 Jahre Lebenserfahrung, nach 3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren aber nur wenige Minuten. Werner Bruns (50) und Carmen Valerius (27) haben in Nürnberg des öfteren miteinander trainiert. Wäh-

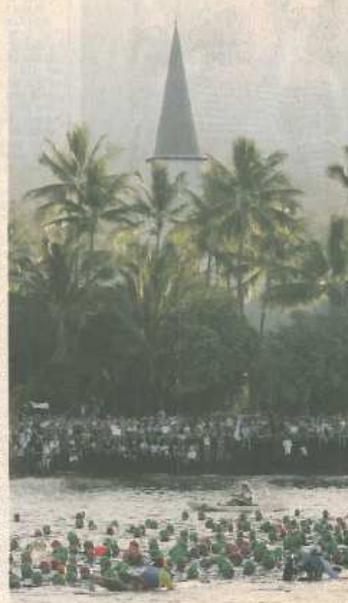
rend der erfahrene Triathlet vom Team Klinikum jedoch mit dem klaren Ziel ins Jahr gestartet war, sich für die Weltmeisterschaften zu qualifizieren, wollte die junge Studentin erst einmal einen Langdistanz-Triathlon

bestehen. Morgen um 19 Uhr (MEZ) werden sie gemeinsam in den Pazifik gleiten und den Mythos Hawaii hautnah erleben. Vor ihrer Abreise haben sie uns ihre ungleichen Geschichten erzählt.

„gegogelt“ hat sie die Gegenrinnen in ihrer Altersklasse 18 bis 24 zuvor schon. Und als sie vom ehemaligen, mittlerweile zur Triathlon-Maschine umgebauten WM-Rad von Equipe-Fabrikant Trixi Worrack mit zwölf Minuten Vorsprung auf die Laufstrecke wechselte, „wollte ich natürlich auch nach Hawaii“.

Zehn Stunden und 34 Minuten hat die 21 Jahre alte Mathematik- und Physikstudentin für ihren ersten Ironman-Wettbewerb gebraucht. Am Sonntag wäre sie schon zufrieden, „wenn ich bei Tageslicht ins Ziel laufe“. Das ist auch das Ziel von Werner Bruns, mit dem sie öfter durch die Fränkische Schweiz radelt. Oder zumindest das Ziel, das er öffentlich eingestehen will. Der Senior ist besser vorbereitet. Bruns ist schon drei Wochen vor dem Startpfliff angereist, für Valerius wäre das zu teuer.

Schon für die insgesamt 3500 Euro, die der Trip ins Pazifik-Paradies kostet, musste sie neben der bis 30 Stunden langen Wochen-Trainingsprogramme und den 24 Wochenstunden an der Uni noch zwölf Stunden arbeiten. „Aber wenn ich mir etwas in den Kopf gesetzt habe, dann schaffe ich das auch“, erklärt sie mit Nachdruck, als würde man ihr nicht ohnehin alles glauben. Weiter hinten in ihren Kopf sitzt das Vorhaben, irgendwann bei einem Ironman unter die ersten Zehn zu kommen. Dann soll eine Profi-Lizenz her. sob



Malerischer Beginn eines anstrengende Tages: Beim Startschuss frühmorgens ist das Ziel noch weit. Foto: AP

Dafür, mechtig viel Geld auf der Pazifik-Insel zu lassen, hat der bald 50-Jährige hart gearbeitet. Zwischen 15 und 30 Stunden trainiert Bruns jede Woche. „Das ist schon eine Lebensentscheidung“, meint daher auch Bruns angesichts des immensen Zeit- und Geldaufwandes und fügt an: „Ohne meine Frau wäre das alles nicht möglich.“ Da ist es günstig, wenn die Partnerin ebenfalls mit dem Triathlon-Virus infiziert ist und ebenfalls einmal bereit ist, „verruckt zu sein“.

Fünf Jahre ist es inzwischen her, seit Bruns sich dem Triathlon zuwandte, weil er „nicht mehr monoton Lauftraining machen wollte“. Und wenn all die seither unternommenen finanziellen, zeitlichen und körperlichen Anstrengungen morgen um 19 Uhr im Wasser vor Kaiulua-Kona kulminieren, dann ist Bruns dennoch ganz entspannt. Sein Rezept: „Ich gebe einfach mein Bestes und warte ab, was kommt. Vielleicht komme ich ja als Day-Light-Finisher noch bei Tageslicht an.“ Schließlich kommt es auf eine verrückte Idee mehr oder weniger sowieso schon nicht mehr an. end

**A**m Anfang stand eine verrückte Idee. „Meinen 50. Geburtstag wollte ich auf Hawaii feiern“, erzählt Werner Bruns. Sicherlich nicht der schlechteste Ort, um ein paar entspannte Tage in paradiesischer Umgebung zu verbringen. Mit der Erwartung, dass die Spannung wird es für Bruns aber wohl nichts werden, denn die Idee hat einen körperlich extrem anstrengenden Haken.

Das Geschenk zum Jubiläum ist nämlich der berühmte Ironman auf Hawaii. „Da habe ich mir gedacht: Jetzt bin ich mal verrückt“, erzählt Bruns weiter, womit ihm die Zustimmung vieler Menschen sicher sein dürfte. Denn zehn Stunden und dreizehn Minuten pure Qualerei mochte wohl nicht jeder geschenkt haben.

Für Bruns bedeuteten diese Zahlen jedoch die erhsehnte Qualifikation für Hawaii. Dafür reiste der gebürtige Hamburger um die halbe Welt. Nachdem er zuerst noch beim Ironman in Malaysia schitterte, zog es ihn im Mai nach Brasilien, wo letztlich die verrückte Idee Wirklichkeit wurde und Bruns um 500 Dollar ärmer. Denn nicht nur die Startgebühr macht Hawaii zu einem teuren Geburtsstagesgeschenk.

Auch die vorzeitige Anreise reißt ein Loch in den Geldbeutel. Und dennoch: „Noch nie habe ich so freudig 500 Dollar gezahlt“, schwelgt der Eisenmann noch heute in Erinnerung an den großen Tag.



Freut sich auf die stundenlange Qual? Werner Bruns. Foto: Ralf Rödel