

„Erlebte alle Emotionen“

Triathlon | Der Maissauer LURS-Athlet Stephan Steininger (29) finishte nicht nur den berühmtesten Ironman auf Hawaii, sondern war auf dem Rad auch der beste Österreicher.

Von Peter Sonnenberg

Ein Ausrufezeichen setzte der Maissauer Top-Triathlet Stephan Steininger beim berühmtesten Ironman in Hawaii. Der 29-Jährige finishte im Mekka des Ausdauersports in starken 9:39 Stunden, wurde in seiner Altersklasse sensationell 17. und insgesamt 200. im Feld der 2.438 Starter.

„Ich bin unheimlich zufrieden“, strahlte der Athlet des LURS Maissau. Dabei verlangten ihm die knapp neuneinhalb Stunden alles ab: Der Ironman begann um sieben Uhr Früh mit dem Schwimmen im 24 Grad warmen Pazifik. „Auch der Massenstart war neu für mich. Es erinnert etwas an eine heftigere Rauferei in einer Bar, Schwimmer werden zur Seite gedrängt oder untergetaucht, es hagelt wahllose Schläge und Salzwasser wird geschluckt“, erinnert sich Steininger mit Schrecken. Nach



Ein Lächeln auf der Zielgeraden. Da wusste Stephan Steininger, was er erreicht hatte. Foto: privat

einer Stunde und vier Minuten lief er aus dem Meer und blieb dabei knapp über der angepeilten Schwimmzeit auf den knapp vier Kilometern. Der Wechsel auf das Rad klappte, Steiningers Taktik war, sich bis zum Wendepunkt (bei Kilometer 97) zu steigern, um dann noch einmal voll anzugreifen. „Die Idee fand ich in der Theorie ganz gut, doch wie so oft spielt die Realität mit eigenen Regeln“, sagt Steininger augenzwinkernd.

Denn lange Zeit fand er keinen Rhythmus, bis der Weinviertler schließlich Kampfgeist bewies. Trotz des harten Gegenwinds der berühmten Ho’o-Mumuku-Winde und eines rebellierenden Magens fand er wieder Anschluss. „Nach einem Cola investierte ich nochmals und schaffte so die letzten Kilometer bis zur Wechselzone“, war Steininger am Anschlag. Mit einer Zeit von 4:56 Stunden auf dem Rad blieb er knapp, aber

doch unter seiner Zielzeit von unter fünf Stunden. Nach einem langsamen Wechsel folgte die gefürchtete Laufstrecke. „Von Hochgefühlen und wahrer Liebe zum Lauf bis zu tiefgründigem Hass aufgrund der Unendlichkeit dieses Marathons – ich habe alle Emotionen erlebt“, berichtete Steininger.

Beste Radzeit eines Österreichers 2017

Das Wichtigste: Der Maissauer bewies, dass er mental stark genug ist, und schaffte es ins Ziel. „Der Zieleinlauf war dann ein wirklicher Genuss (lacht).“ Auch LURS-Obmann Markus Gschwentner zollte seinem Aushängeschild Respekt: „Stephan hat sich top entwickelt und ich glaube, die beste Radzeit eines Österreichers beim Ironman sagt schon alles aus. Beachtlich ist die Leistung vor allem in seiner Altersklasse. Hut ab!“

Als Pulkau sein Derby hatte

VOR 20 JAHREN | Aktuell steckt der SV Pulkau im Mittelfeld der 2. Klasse Pulkautal/Schmidatal fest, während der SV Heldenberg als Aufsteiger der 1. Klasse NW-Mitte eine gute Figur abgibt. Es gab Zeiten, da waren die Rollen vertauscht, so wie im Spätherbst 1997. Damals waren beide Mannschaften Gegner in der 1. Klasse und trafen im NÖN-Spiel der Woche im großen Bezirksderby aufeinander. Mit einem 3:1-Heimsieg verteidigte Pulkau seinen Platz im Tabellenmittelfeld, während die Heldenberger immer weiter nach unten durchgereicht wurden. Matchwinner war einmal mehr „Oldboy“ Rudolf Melik, der zum vorentscheidenden 2:1 traf – er war für seine Mannen wieder Goldes wert. -ps-

NÖN-SPORT VOR 20 JAHREN

B. Sam-
burg, ab 15
ion-Heim.

B.
Korneuburg,
im Union.

LINE
fragen Sie die

9111 250

7111 251

111 252

111 253

7111 254

Bei Pulkaus Michael Schwab war Heldenbergs Johann Baumgartner gut aufgehoben. Der Aufsteiger hat sich vor Saisonbeginn das Plansoll mit 20 Zählern festgelegt. Das wurde mit dem 3:1-Erfolg im Bezirksderby bereits erreicht. Foto: Bert Bauer

Mit Mühe zum Sieg

STATIS

SV Pulkau - SV Heldenberg 3:1 (1:1). - Pulkau: Repa, Schwab, Afer, Kapitany Melik (84. Schuss), Geist; Ensinger. - SV Heldenberg: Wolfgang Nader (70. Ehrenberg), Hoffmann, P. hajda, Jakub, Frank, Baumgartner. Torfolge: 0:1 (17. Kopfball), 1:1 (Freistoß), 2:1 (3:1 (79.)) Kapitany, Gelb-rote Karte (26. Foul), Kautz (Foul). Pulkau, 100, Schauer (Durchsch. Tabelle der 1. west-Mitte auf

Spieler der Woche