

Zufrieden – trotz letztem Platz

Juliette Bork hat im Thurgau ihren ersten Triathlon absolviert – abgesehen von einem Sonnenbrand lief alles nach Plan (6)

Der Ironman Switzerland rückt immer näher. Doch Casting-Triathletin Juliette Bork zeigt immer noch keine Spur von Nervosität oder Beklemmung. Im Gegenteil: Nach ihrer Wettkampf-Premiere am 7. Mai beim Thurgauer Triathlon gibt sich die 40-Jährige zuversichtlich. «Ich wurde zwar in meiner Kategorie nur Letzte, bin aber trotzdem mit meiner Leistung sehr zufrieden.»

Für die 800 Meter Schwimmen, 34 Kilometer Velofahren und 8 Kilometer Laufen brauchte Juliette 2:36,09 Stunden. Womit allerdings auch gesagt ist, dass der rund fünfmal kürzere Thurgauer Triathlon im Vergleich zum Ironman eher als Aufwärmübung zu betrachten ist. Dessen ist sich Juliette natürlich bewusst. «Mir ist es mehr darum gegangen, Wettkampferfahrung zu sammeln. Zudem habe ich, als ich im Ziel ankam, gespürt, dass ich noch Reserven habe.»

Sowohl Bork als auch Casting-Kollege Adriano vergassen die Sonnencreme

Anfangs schien ihr Triathlon-Debüt jedoch unter keinem guten Stern zu stehen. «Ich hatte mir am Tag vor dem Rennen extra eine Liste mit den Sachen gemacht, die ich brauche, und das gesamte Equipment schön bereitgelegt.» Als sie dann bei strahlendem Sonnenschein im thurgauischen Stettfurt eintrifft, läuft ihr Casting-Kollege Adriano über den Weg. Er hat sich ebenfalls zu Übungszwecken für den Wettkampf in der Ostschweiz angemeldet.

«Nachdem wir ein bisschen geschwätzt hatten, hat er plötzlich geflücht: Mist, jetzt habe ich vergessen, die Sonnencreme einzupacken. Erst in diesem Moment habe ich gemerkt, dass auch ich keine mitgenommen hatte», erinnert sich Juliette. Ein Missgeschick mit Folgen. «Nach dem Rennen hatte ich an den Schultern einen ordentlichen Sonnenbrand.»

Auf Juliettes Leistung im Thurgauer Triathlon hatte dieser Patzer keinen Einfluss. Und es wäre ohne grössere Anstrengung mehr dringelegen als der letzte Platz. «Beim Schwimmen war ich sogar etwas schneller, als ich gerechnet hatte. Doch dann habe ich in der Wechselzone zu viel Zeit verloren.» In der Tat. Bruder Gilbert, der während des Rennens auf Juliettes Tochter Ambre aufpasste, misst für das Umziehen seiner Schwester ganze sechs Minuten. «Hier gibt es ganz klar Verbesserungspotenzial», gibt



Will am 2. Juli ihren Heimvorteil nutzen: Juliette Bork beim Lauftraining auf der Quai-Brücke.

BILD: NANDOR NAGY

sich Juliette selbstkritisch und fügt dann schmunzelnd hinzu: «Vielleicht muss ich irgendwo strippen üben.»

Auf der Velostrecke kann Juliette die ver-

lorene Zeit nicht mehr aufholen. «Ich war zwar gut dabei, musste zugleich aber lernen, dass es immer einige gibt, die schneller sind als ich.» Besonders wenn es bergab geht. «Ich hatte einmal 47 km/h drauf, und trotzdem sind ein paar Teilnehmer an mir vorbeigebraust.»

Das abschliessende Laufen geht Juliette dann locker an. «Ich konnte dabei sogar die Landschaft geniessen und die Apfelbäume und Kühe am Wegrand zählen.» Der erste Wettkampf hat ihr solchen Spass gemacht, dass sich Juliette vorgenommen hat, vor dem Ironman Switzerland noch einen zweiten Test-Triathlon zu absolvieren.

In den nächsten Wochen will die Zürcherin möglichst oft auf der Ironman-Strecke trainieren. «Ich muss genau wissen, wo und wann ich Gas geben oder das Tempo drosseln

muss. Ziel ist es, die einzelnen Abschnitte so gut zu kennen, dass ich sie im Schlaf ablaufen respektive abfahren kann. Nur so ist es für mich möglich, mit der nötigen Gelassenheit an den Start zu gehen und den Heimvorteil auszunützen.»

Ein kribbliches Gefühl wie vor dem Klassenlager

Bevor es aber auf Erkundungstour geht, steht das Trainingslager in Cesenatico an. Vom 22. bis 28. Mai können sich die drei Casting-Triathleten an der italienischen Adria auf ihren grossen Tag vorbereiten. «Sechs Tage unter professioneller Betreuung trainieren, das ist einfach genial. Ich freue mich extrem darauf. Das ist ein Gefühl wie früher in der Schule, wenn man ins Klassenlager durfte.»

Sacha Beuth