

Unter der Sonne Barcelonas an Grenzen gehen

Der Voitsberger Stephan Benedikt schwitzte beim Ironman in Barcelona – und ging am Ende als bester Österreicher durchs Ziel.

Von Simone Rendl

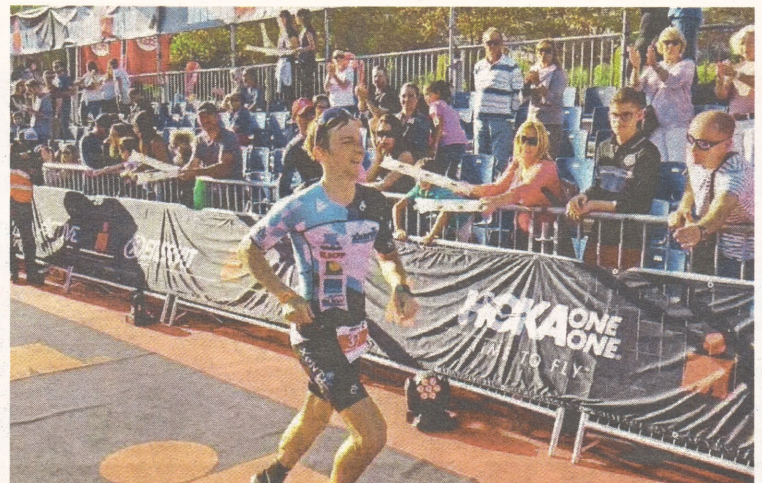
Vier Kilometer schwimmen, 180 Kilometer am Rad und 42 Kilometer unter dem Himmel Barcelonas laufen – dieser Herausforderung stellte sich der Voitsberger Stephan Benedikt, als er beim Ironman in Spanien nicht nur gegen die Konkurrenz, sondern auch gegen sich selbst und seinen Körper antrat.

Bereits zum zweiten Mal hat sich der Weststeierer dieser Herausforderung gestellt. Trotz kurzer Regenschauer und teils rutschigen Straßenverhältnissen verbesserte der Sportler des LTV Köflach seine Bestzeit

und passierte nach 8:51 Stunden auf Rang 24 als bester Österreicher im Bewerb das Ziel.

Bereits als Kind war der 32-jährige Voitsberger sportlich aktiv gewesen: „Ich habe viel Fußball gespielt. Nebenbei habe ich auch durch meinen Onkel in Ausdauersportarten wie Rennradfahren und Langlaufen hineingeschnuppert“, erzählt Benedikt. Schnell realisierte der Triathlet, dass Ballsport nicht sein Steckpferd werden würde. „Einem Ball hinterherlaufen war dann doch nicht wirklich meine Welt.“

Es ist eine „Abenteuerreise“, auf die der Voitsberger geht, wenn er sich aufs Fahrrad



Am Ende erreichte der Weststeierer den 24. Platz

PRIVAT

schwingt: „Deswegen hat es mich immer gereizt, mit dem Rad weit entfernte Orte zu erreichen.“

Die Schulausbildung an der HTL-Bulme in Graz machte dem Sportler aber einen Strich durch die Rechnung. Der Hobbysportler, der als Jugendlicher auch beim Radclub Arbö Remus Voitsberg aktiv war, musste sportlich pausieren: „Eine 40 Stunden Schulwoche und die Pendlerei ließen sich mit dem umfangreichen Training leider nicht vereinbaren.“

Erst nach Matura und Bundesheer begann der Weststeierer wieder intensiv Sport zu betreiben, er trat 2010 beim Ironman

in Klagenfurt an. „Ich habe es zwar unter 10 Stunden ins Ziel geschafft, aber danach habe ich lange gesagt: ‚Nie wieder!‘ Das Radfahren hat mich damals all meine Kraft gekostet und es lief auch beim Laufen nicht rund“, erzählt der Voitsberger.

2012 qualifizierte sich Benedikt in Klagenfurt für die Ironman-Weltmeisterschaft in Hawaii, doch ein Unfall verhinderte sein Antreten. „Ich wurde beim Radtraining in Lannach von einem Auto erfasst. Ich hatte schwere Verletzungen, unter anderem ein Schädelhirntrauma und gebrochene Rippen“, erinnert sich der 32-Jährige.

Der Voitsberger kämpfte sich zurück an die Spitze und läuft inzwischen im Startfeld der Profis mit. Für den Ironman in Barcelona hat sich der Weststeierer aufgrund der Jahreszeit entschieden. „Ich habe herausgefunden, dass ich im Herbst am meisten leisten kann. Barcelona ist es außerdem geworden, weil meine Freundin und ich die Wettkämpfe immer mit Sightseeing verbinden, und von Barcelona hat sie schon lange geschwärmt“, erklärt der Profisportler, der Sport- und Bewegungswissenschaften studiert hat.

Auch im kommenden Jahr sind wieder Langdistanzrennen geplant, die Gesundheit geht allerdings immer vor: „Der Körper kann viel mehr leisten, als man denkt, aber auch die Regeneration muss stimmen.“



Auf dem Rad quer durch Barcelona mit Sonne und Regen als Begleiter. Stephan Benedikt

PRIVAT