

# persönliche Bestzeit beim Ironman Kopenhagen

Dänemark ist einerseits bekannt für das traditionelle Smørrebrød, aber auch für einen der wenigen Langdistanz-Triathlons, die mitten in der Hauptstadt in Kopenhagen veranstaltet wird, was 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und einen Laufmarathon bedeutet. Nach drei Jahren Langdistanz-Abstinenz stand neben der 1.500 Athleten auch der Voitsberger Stephan Benedikt in der Startzone.

## Starke Schwimmleistung

Der Omni Biotic Powerteam-Athlet begab sich um 7 Uhr morgens mit 37 anderen Profiathleten in das 15 Grad kalte Wasser der Ostsee. Nach 52 Minuten stieg Benedikt nur drei Minuten hinter dem späteren australischen Sieger Cameron Wurf aus dem Wasser. Die anfangs verwinkelte Radstrecke durch die Innenstadt führte



Zufrieden in Kopenhagen: Stephan Benedikt im Ziel

KK

entlang der Küste und Benedikt konnte mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 40,5 km/h die Radstrecke in 4:27 Stunden beenden. Nach dem Marathon vorbei an der Innenstadt schaffte Benedikt in neuer persönlicher Bestzeit in 8:35 Stunden das Ziel und wurde 25. unter den Profis.