

# Voll im Soll

**Triathlon** Der 25-jährige Geraer Triathlet Robin Schneider bereitet sich konsequent auf die 70.3-Europameisterschaft in Wiesbaden vor. Anfang August möchte er dort den Abstand zur Spitze weiter verkürzen.

Von Jens Lohse

**Gera.** Robin Schneider liegt voll im Soll. Der Triathlet, der in diesem Winter ins Profilagert gewechselt ist, hat die Saison mit einem beachtlichen Ergebnis begonnen. Bei seinem ersten internationalen Start im ICAN in Amsterdam sprang auf der Halbdistanz ein ausgezeichnete zweiter Platz heraus.

## Untermhäuser hat Training umgestellt

„Ich wusste nicht wirklich, wo ich stehe. Aufgrund der Doppelbelastung mit meiner Bachelor-Arbeit konnte ich nie länger als zwei Stunden auf dem Rad fahren. Auch lange Läufe waren nicht möglich. Aber ich habe gelernt, gut auf meinen Körper zu hören. Deshalb kann ich auch einen soliden Halbmarathon hinten drauf packen, wenn ich auch ziemlich platt vom Rad steige“, so Robin Schneider, der in der niederländischen Hauptstadt nur dem Bochumer Patrick Dirksmeier den Vortritt lassen musste. Der war in 3:45:36 Stunden noch einmal gut sieben Minuten schneller als der in persönlicher Bestzeit auf Rang zwei einkommende Untermhäuser.

Den größten Teil des Rückstands hatte Robin Schneider auf dem Rad eingebüßt, weil ihm beim Wechsel vom Schwimmen ein Malheur passierte. Schlimmer als das vom Helm abgesprungene Visier und die deshalb eingebüßten 30 Sekunden war allerdings, dass der Blondschopf, dessen Markenzeichen

die gehäkelten Mützen sind, den Anschluss an die erste Radgruppe verpasste und deshalb die kompletten 90 Kilometer allein unterwegs war, wodurch der Rückstand zur Spitze natürlich wuchs. Deshalb war der Geraer vor dem Halbmarathon dann auch ziemlich erschöpft. Umso erstaunlicher waren dann die 1:11:38 Stunden, die er für die gut 21 Kilometer benötigte. „So schnell war ich noch nie. Schon allein deshalb hat sich der Schritt gelohnt, wieder mit einem Trainer zusammenzuarbeiten“, verriet Robin Schneider, der im Vorjahr im kanadischen Mont-Tremblant zum zweiten Mal 70.3-Amateurweltmeister geworden war.

Nachdem er zuvor seine Trainingspläne selbst geschrieben hatte, arbeitet er seit Jahresbeginn mit Daniel Wienbreier zusammen. Den Physiotherapeuten von Sebastian Kienle, dem deutschen Hawaii-Sieger 2014, lernte er im Vorjahr bei einer Behandlung in Kanada kennen. „Ich wollte neue Reize setzen. Wir haben uns sofort gut verstanden. Er ist selbst ein guter Amateur, hat es auf Hawaii schon unter die Top 40 geschafft. Wir verfolgen die gleiche Trainingsphilosophie“, sagt der Geraer Youngster, der mit seinen 25 Jahren im Triathlon-Geschäft noch ganz am Anfang steht. „Jetzt setzen wir besonders auf Koppleinheiten, trai-

nieren also den Wechsel vom Radfahren zum Laufen und fahren die Intensität noch einmal nach oben“, fügt Robin Schneider hinzu.

Schließlich will er am 9. August in Wiesbaden einen möglichst erfolgreichen Jahreshöhepunkt bei der 70.3-Europameisterschaft hinlegen. Auf eine Platzierung will er sich dabei nicht festlegen. „Mein Ziel ist es, den Rückstand zu den Top-Triathleten weiter zu verkürzen. Ich freue mich, auf drei harte Trainingswochen. Vielleicht gelingt mir der Sprung unter die ersten Fünfzehn. Aber das ist immer davon abhängig, wer alles an den Start geht“, gibt sich der Geraer bescheiden.

In Wiesbaden werden auch Qualifikationspunkte für die WM 2016 in Australien vergeben, bei der Robin Schneider unbedingt dabei sein will.

Obwohl Triathlon eine Einzelsportart ist, schätzt Robin Schneider das Team um sich. „Meine Freundin, meine Familie, meine Freunde und viele Vereinsmitglieder beim TSV 1880 Zwötzen halten mir den Rücken frei. Deshalb sage ich auch, dass man selbst als Triathlet nie allein erfolgreich sein kann. Hinter einem steht ein großes Team“, so Schneider, der jedes Wettkampf-Ergebnis in seinen Drei-Jahres-Plan einordnet, den er sich vor dem Übertritt ins Profilagert erarbeitet hat.



Lokalmatador Robin Schneider lief beim Power-Triathlon in Gera zwar als Dritter ins Ziel, war sich da seiner Disqualifikation wegen Inanspruchnahme fremder Hilfe nach einer Radpanne aber schon bewusst.

Foto: Jens Lohse