

Eimsbütteler Extremsportlerin auf Titeljagd zwischen Glückburg und Hawaii.

# „Wir Triathleten sind alle ein bisschen verrückt“

Die Tage an denen sie über ein Jahr gerechnet gar nicht trainiert, kann sie an einer Hand abzählen, sagt Dörte Siebke. Aber da gibt es durchaus Tage an denen sie etwas kürzer tritt. Dann läuft die Eimsbütteler Duathlon-Weltmeisterin eben nur knapp 20 Kilometer oder beschränkt sich auf eine 100 Kilometer-Distanz mit dem Rennrad.

Was Sport-Laien ungläubig staunen lässt, ist für die 43jährige Extremsportlerin seit acht Jahren normaler Alltag. Damals hat die Grundschullehrerin erstmals bei einem Mehrkampf im Hamburger Stadtpark mitgemacht. Schwimmen, Radfahren und Laufen stand beim Triathlon auf dem Programm und Dörte Siebke hatte sich bei ihrem Debüt achtbar aus der Affäre geschlagen. „Obwohl ich zu dem Zeitpunkt noch gar nicht richtig kraulen konnte und noch nie auf einem Rennrad gessen hatte.“ Die Eimsbüttelerin war jedoch vom Ehrgeiz gepackt und qualifizierte sich drei Jahre später bereits für den Iron Man auf Hawaii. „Dort bei der Welt-Elite dabei sein zu können – das war einfach ein Traum“, schwärmt Siebke, die den Traum im vergangenen Jahr gleich noch einmal wahr werden ließ.

Mittlerweile gehört die mehrfache deutsche Meisterin längst zur Creme der internationalen Extremsportszene. Vor zwei Jahren sicherte sie sich bei den Duathlon-Bestkämpfen in Rimini sogar erstmals einen Weltmeistertitel in ihrer Altersklasse. „Vielleicht eine der schönsten Erlebnisse in meiner sportlichen Laufbahn.“ Dazu zählt aber mit Sicherheit auch der jüngst errungene Gesamtsieg beim drittgrößten deutschen Triathlon in Glücksburg. Da hatte die Eimsbüttelerin nicht nur in ihrer Altersklasse triumphiert, sondern auch die zum Teil deutliche jüngere Konkurrenz hinter sich lassen können. Zehn Stunden, zehn

Minuten und zehn Sekunden hatte sie benötigt, um das Mammutprogramm (3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und 42 Kilometer Laufen) zu schaffen. Siege in ihrer Altersklasse sind für sie schon der Normalfall. Diesmal war sie aber tatsächlich auch überraschend vor den Youngsters an der Lichtschranke. „Es war schon ein erhebendes Gefühl als Erste das Band in der Zielinie zu erreichen.“

Auch nach dem Ende der großen Wettkampfsaison tritt die Extremsportlerin kaum kürzer. „Nach dem Wettkampf ist vor dem Wettkampf“, sagt sie und bleibt auch während der Wintermonate im Training. Ihre Kinder in der Reinbeker Grundschule kennen die große Leidenschaft ihrer Lehrerin. Und sie wissen auch, dass die nach dem Unterricht selten direkt ins heimische Eimsbüttel fährt. „Mein Sportzeug habe ich immer im Auto“, so die Pauerin die es nach der Schule zum Langstreckenradeln Richtung Vierlanden, zum Laufen ins Niendorfer Gehege oder zum Schwimmen ins Fitness-Center zieht. Mindestens drei bis vier Stunden sind täglich für das Training angesetzt. Viele können das nicht verstehen, weiß Dörte Siebke, aber sie fühlt sich danach einfach besser als vorher, erzählt sie. Im übrigen seien Triathleten eben wohl auch alle ein bisschen verrückt.

Ans Aufhören denkt die 43jährige, die unter anderem auch vom Niendorfer Laufladen gesponsert wird, auch noch lange nicht. „Ich habe

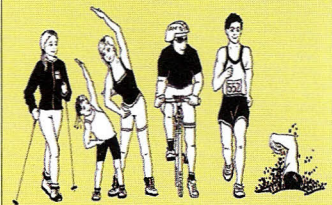


sehr spät mit dem Leistungssport angefangen. Ich will da noch vieles nachholen“, erklärt sie. Und Ziele gibt es trotz zahlreicher Titel auch noch genügend. So will sie irgendwann noch einmal die Zehn Stunden-Marke beim Triathlon knacken und in zwei Jahren wieder beim Iron-Man auf Hawaii starten. Bei ihrem letzten Einsatz auf der Pazifik-Insel hat sie eine 75 Jahre alte Starterin aus England kennen gelernt. „Die nehme ich mir jetzt einfach als Vorbild - warum soll ich nicht auch so lange dabei bleiben.“ (tek)

Anzeige

## Niendorfer Laufladen

Der Triathlonspezialist  
in Hamburg



Asics • Craft • DeSoto • Rono • Saucony  
AquaSphere • TYR • Zoggs  
Orca • XTerra .....

www.niendorfer-laufladen.de  
22459 Hamburg Tibarg 56 Tel. 040-552 27 98

