

# Freudentränen im Ziel

Felix Schiller ist der erfolgreichste deutsche Feuerwehrmann bei der Firefighter-Worldchampionship 2023 in Roth. Der 22-Jährige aus Herrsching am Ammersee hat im Rahmen der Triathlon-Veranstaltung »Challenge Roth« den 2. Platz im internationalen Ranking belegt. Denn er brauchte für die Langstrecke nur sensationelle 8 Stunden, 47 Minuten und 34 Sekunden. Dabei ist Felix Schiller ein Neuling in diesem Sport.

Von Ulrike Nikola

Aufnahmen:  
Clara Dinter

Unter Freudentränen ist Felix Schiller ins Ziel im Rother Triathlonpark gelaufen, wo ihn seine Familie und einige Freunde empfangen haben. »Meine Erwartungen sind weit übertroffen worden und ich bin überglücklich und stolz«, sagt der junge Feuerwehrmann strahlend. Ein Jahr lang hat er sich intensiv auf den Langdistanztriathlon vorbereitet, um 3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und 42,2 Kilometer Laufen zu bewältigen. Dass er den harten Wettkampf weit unter neun Stunden geschafft hat, also »Sub 9«, ist für ihn wie ein Traum, der wahr geworden ist. Denn vor gar nicht allzu langer Zeit besaß er weder ein Rennrad noch ging er regelmäßig zum Schwimmen. Eigentlich hatte er als Jugendlicher nur ab und zu Handball gespielt. Nach dem Abitur kamen dann neue Aktivitäten dazu, erst die Ausbildung zum Rettungssanitäter beim BRK und darüber dann auch der Eintritt in die Feuerwehr Herrsching. Gleichzeitig fing er an, regelmäßig in die Berge zu gehen,

ob zum Laufen oder Wandern. Als Ausgleich wollte Felix gerne aufs Rad steigen und fragte seinen Freund Nico Malleczek nach einem Tipp. Der empfahl ihm ein Rennrad, das auch Triathlon-tauglich war, da Nico bereits begeisterter Triathlet war.

## Sein Weg zum Triathlon

So kam eins zum anderen: Das Rennradfahren machte Felix Schiller viel Spaß, so dass die Distanzen auf seinen Ausfahrten immer größer wurden. Dann begleitete er Nico bei einer Veranstaltung auf der olympischen Distanz als Zuschauer und infizierte sich dabei mit dem Triathlon-Virus. Vor zwei Jahren wagte sich der Freizeitsportler dann selber an seine erste Kurzstrecke am Wörthsee. Und schon im nächsten Sommer kam sein Entschluss, auch die Langdistanz zu wagen. Unter neun Stunden zu bleiben, davon hat er natürlich geträumt, »doch je näher das Rennen rückte, umso unrealistischer kam mir dieses Zeitlimit vor«, erzählt Felix Schiller rückblickend. Denn in Gesprächen mit erfahrenen

Triathleten hörte er immer wieder von gescheiterten Versuchen und der Unberechenbarkeit einer Langdistanz. In den entsprechenden Sub 9-Foren im Internet kann man viel darüber lesen, was alles schiefgehen kann, von Krämpfen bis zur Erschöpfung, ob körperlich oder mental oder beides. Dehydrierung, Radpannen, Zusammenstöße und vieles mehr. »An einem so langen Wettkampftag kann viel passieren«, das wusste der 22-Jährige also aus den Erzählungen der anderen und ihm war klar: »Die Langdistanz ist ein Abenteuer.«

## Der Wettkampftag

Gut vorbereitet, gutes Wetter und keine Pannen: Für Felix Schiller war es der perfekte Wettkampftag bei der Challenge Roth 2023. Schon der Start im Main-Donau-Kanal am frühen Morgen lief bestens, so dass Felix Schiller bereits beim Schwimmen fünf Minuten gut gemacht hatte in dem eng kalkulierten Sub 9-Zeitplan. Auf dem Rad hielt er sich akribisch an einen Durchschnittswert



von 209 Watt, ein gleichmäßiges Tempo, um die Muskulatur nicht zu übersäuern. Das hatte ihm sein Trainer Harald Fritz vom österreichischen »Team Ausdauercoach« empfohlen, um nicht in den »roten Bereich« zu fahren. So konnte der junge Newcomer seinen ersten Langdistanz-Triathlon sogar richtig »genießen«, vor allem auf dem Rad. Denn »Challenge Roth« ist bekannt für viele Tausende begeisterter Fans entlang der Strecke, die die Athleten und Athletinnen anfeuern. »Da wird man als Amateur wie ein Profi gefeiert, das ist einmalig. Die Fan-Zonen und Stimmungsnester sind fantastisch und ganz besonders natürlich der Solarer Berg in Hilpoltstein. Wenn man da als Radfahrer um die Kurve schießt, sieht man nicht mal mehr die Straße, weil die jubelnden Menschen erst im letzten Moment eine Gasse bilden«, erzählt Felix Schiller und man hört noch immer die Rührung in seiner Stimme. Nach vier Stunden, 48 Minuten und 45 Sekunden wechselt er vom Rad auf die Laufstrecke und schon nach wenigen Kilometern sieht Felix die ersten Läufer, die am Strecken-

rand pausieren müssen. »Das kann dann ein langer Wandertag werden«, scherzt Felix. Spätestens ab Kilometer 21 ist ihm dann aber auch nicht mehr zum Scherzen zumute, denn seine Oberschenkel und Kniekehlen schmerzen, sein Magen rebelliert. »Die ständigen Gels belasten den Magen, so dass man diese spezielle Sportlernahrung während des Wettkampfs vorab trainieren muss«, sagt er. Doch Felix Schiller hält durch und er schafft den Marathon in ziemlich genau drei Stunden, am Ende jubelt er überglücklich im Ziel. Schon entlang der Strecke hatten ihn Vater, Mutter, Freundin und Freunde immer wieder angefeuert und nach der vollbrachten Leistung gibt es kein Halten mehr: Alle schreien, jubeln und weinen vor Freude.

## Firefighter-Worldchampionship 2023

Die Weltmeisterschaft der Feuerwehrfrauen und -männer beim Langstreckentriathlon in Roth bedeutet eine eigene Wertung für alle, die sich als aktives Mitglied einer Feuerwehr anmelden. Insofern ist es kein spezifischer Feuerwehr-

Wettkampf. Den ersten Platz bei der Firefighter-Worldchampionship 2023 in Roth hat der Belgier Xavier Diepart errungen, gefolgt von Felix Schiller auf dem zweiten Platz und dem dritt platzierten Daniel Hartkopf, ebenfalls aus Belgien. Damit ist Felix Schiller der erfolgreichste deutsche Feuerwehrmann bei dieser Weltmeisterschaft 2023. Fitness sei auch wichtig für den Einsatz bei der Feuerwehr, sagt der junge Herrschinger, doch es ist für ihn nicht leicht, zeitlich alles unterzubringen. Seitdem er ein Studium der Wirtschaftswissenschaften in Innsbruck begonnen hat, kann Felix bei der Feuerwehr nur am Wochenende vorbeischauchen. Außerdem hat er noch einen Job bei einer Unternehmensberatung und braucht Zeit für Freunde und Familie.

## Sportliches Talent

Von den drei Disziplinen mögen Triathletinnen und Triathleten nor-

Felix Schiller bei den Disziplinen des Langdistanztriathlons und bei der Siegerehrung.

malerweise das Schwimmen am allerwenigsten, doch für Felix ist das Schwimmtraining keine Qual. Im Gegenteil: »Das liegt daran, dass ich gerne schwimme und die Schwerelosigkeit im Wasser liebe«, schwärmt er. In einem Atemzug fügt er jedoch selbstkritisch hinzu, dass er schon noch etwas an seiner Schwimmtechnik feilen könne. Sicherlich hat Felix Schiller großes sportliches Talent. Sonst hätte er im Triathlonsport nicht derartig durchstarten können. Aus dem Main-Donau-Kanal ist er bei der »Challenge Roth« nach 54 Minuten gestiegen, nur 62 andere Athleten sind also schneller geschwommen als er – von insgesamt rund 3.500! Mittlerweile trainiert Felix Schiller jede Woche viele Stunden, ob im Schwimmbad, auf der Radstrecke

oder der Trainingsrolle sowie beim Laufen.

### Neue Ziele gesteckt

»Aber ich hoffe, dass ich bei der Feuerwehr Herrsching weiter präsent sein kann, denn es gefällt mir sehr gut«, sagt er. Während der Corona-Zeit war Felix Schiller bereits für den Atemschutzgeräteträgerlehrgang angemeldet, doch der wurde Pandemie-bedingt abgesagt. Daher hofft der junge Feuerwehrmann, dass er ihn bald nachholen kann. Über seine Ausbildung beim BRK war er zur Feuerwehr gekommen, da er dort einige Kameraden kennengelernt hatte. »Das sind super Leute in der Feuerwehr Herrsching, und wenn ich da eine helfende Hand sein kann, mache ich gerne mit«, so

Schiller. Auch die technischen Details interessieren ihn sehr. Neue Ziele hat er also einige vor sich liegen, ob im Studium oder bei der Feuerwehr. Hinzu kommt noch ein weiterer sportlicher Traum: beim legendären Ironman-Triathlon auf Hawaii zu starten. Dafür muss sich der ambitionierte Sportler vorher bei einer der weltweiten Ironman-Veranstaltungen mit einer Zeit unter zehn Stunden qualifizieren. Das sollte für den jungen Amateur nach der Glanzleistung in Roth kein Problem sein. »Aber man weiß nie so genau, wie es im Wettkampf laufen wird«, gibt er zu Bedenken. Doch Felix Schiller mag Herausforderungen, ob im Sport oder in der Feuerwehr. »Was kommt, das kommt«, sagt er, »und probieren will ich es auf jeden Fall!« □