



Das Ironman WM in Hawaii steht mal wieder an. Aber bevor am 8.10.2016 der Startschuss fällt, haben wir zur Einstimmung noch ein schönes Video über Anja Beranek und Ihre Trainingspartnerin Kaisa Lehtonen für euch.



## Ironman, die Königsdisziplin im Triathlon

Das Kronjuwel unter den Ausdauersportarten, der IRONMAN®, ist in den letzten Jahren immer beliebter geworden, nicht nur bei den Männern sondern auch bei den Frauen. Erstmals hat auch Mercedes Benz drei Damen unter den Athleten mit am Start, die PowerLadies: Åsa Lundström, Anja Beranek und Kaisa Lehtonen.

In unserem Webclip besuchen wir Anja Beranek aus Herrenberg, Stuttgart und Kaisa Lehtonen aus Finnland. Sie definieren die Grenzen des Sports IRONMAN® immer wieder neu mit hartem Training, viel Fleiß und einer unglaublichen Hingabe für ihren Sport. Bei dem Sport IRONMAN®, bei dem man 3,86km Schwimmen, 180,2km Radfahren und 42,195km Laufen muss, erfordert es eine unglaubliche körperliche und mentale Kraft immer wieder über sich hinauszuwachsen.



Wir begleiten Anja Beranek und Kaisa Lehtonen bei ihrem Trainingscamp in Mallorca zeigen die Leidenschaft der Power-Frauen zu ihrem Sport, bei dem sie sich gegenseitig an ihr Limit pushen, sich Tipps geben oder einfach über normale Frauenthemen plaudern.

Darüber hinaus begleiten wir Anja Beranek zu sich nach Hause nach Herrenberg, wie sie ihren Alltag voll mit Sport, Beruf und Partner souverän meistert. Sie spricht offen darüber, dass der Triathlon zwar als Individualsport gilt, er jedoch nur im Team mit ihrem Partner richtig funktioniert. Der volle Fokus liegt dabei auf ihrem Lebensstil, sie liebt die Natur, die bewusste Ernährung, geht bei Wind und Wetter ins Freie um zu trainieren und kennt keine Ausreden, dass ist das was sie so stark macht.

Und hier geht's zum [Video](#).

## **Der Weg nach Kailua-Kona**

Der Weg nach Hawaii ist lang und mit Qualifikationsrennen gepflastert. Nach dem dritten Platz bei der 70.3 WM 2015 hat Anja Beranek dieses Jahr bei weiteren Starts auf der 70.3 Strecke gepunktet.

1. Platz IRONMAN 70.3 Kraichgau
1. Platz Challenge Half Fuerteventura
2. Platz IRONMAN 70.3 South-American Champ

Dazu kommen aus den letzten Jahren zahlreiche Podestplätze über die 70.3 oder die 140.6 Distanz.

## **Am Start in Hawaii**

Für die Ironman WM in Hawaii haben sich dieses Jahr zehn Männer und sechs Frauen bei den Profis



qualifiziert:

Bei den Männern sind Jan Frodeno (1. im Kona-Proranking/13.350 Punkte), Sebastian Kienle (2./12.440), Andi Böcherer (11./6.870), Boris Stein (14./6.440), Patrick Lange (23./4.845), Markus Thomschke (25./4.605), Timo Bracht (4.595), Stefan Schmid (4.560), Christian Kramer (41./3.780) und Per Bittner (47./3.620) für die Ironman-WM qualifiziert.

Im Profifeld der Frauen werden die schwarz-rot-goldenen Farben von Julia Gajer (7./7.450), Anja Beranek (17./6455), Katja Konschak (20./6.140), Mareen Hufe (24./5.750), Daniela Sämmler (29./5.290) und Verena Walter (36./4.600) vertreten.

Wir drücken allen Teilnehmern die Daumen und wünschen, dass es im Ziel wieder für alle heißt „You are an Ironman“ ☐

© für das Bildmaterial bei quattro media

