



Die WM-Medaille nach Hause geholt

Chefarzt Dr. Jens Klingebiel von der Orthopädischen Klinik Hessisch Lichtenau startete bei Ironman-Weltmeisterschaft

Hessisch Lichtenau, 30. November 2022. Als Dr. Jens Klingebiel 2021 bei der Ironman Europameisterschaft an den Start ging, hat er nicht damit gerechnet, dass er sich dabei für die Weltmeisterschaft qualifiziert. Anderthalb Jahre später sitzt der Chefarzt für Allgemeine Orthopädie und Endoprothetik an der Orthopädischen Klinik Hessisch Lichtenau im Flieger in die USA. Unterstützend an seiner Seite: Ehefrau Maren. Anfängliche Sorgen, das Fahrrad könnte verloren gehen oder Corona könnte diese besondere Reise durchkreuzen, traten glücklicherweise nicht ein.

Schon im Flugzeug trifft er viele andere WM-Teilnehmer. „Die Stimmung war im Flieger schon total super“, sagt Dr. Klingebiel, einer der wenigen Hobby-Triathleten unter den Teilnehmern. Viele der anderen Sportler haben sogar ihr eigenes Trainerteam dabei oder sind erfahrene Bundesliga-Triathleten. „Anders als meine Mitstreiter, habe ich vorher nicht wie verrückt auf dieses Event hintrainiert. Ich wollte dieses einmalige Erlebnis einfach nur genießen. Mein Ziel war es, den Wettkampf durchzuziehen, noch im vollen Trubel im Ziel anzukommen und die Medaille nach Hause zu bringen. Das habe ich geschafft.“

In St. George, US-Bundesstaat Utah, wird der Ironman mit viel Aufwand betrieben, gelebt und geliebt, erzählt Dr. Jens Klingebiel. 6.000 Sportler gehen in diesem Jahr insgesamt an den WM-Start, darunter 2800 Frauen. Am Morgen seines Starts schaut der Chefarzt nochmal nach seinem Rad und bekommt einen kleinen Schrecken: Ein Reifen ist platt. Das Problem ist aber schneller gelöst, als er zuerst befürchtete. „Den Schlauch im Reifen hat das Ironman-Team um kurz vor 6 Uhr morgens ganz selbstverständlich und sehr schnell gewechselt. Die waren auf solche Fälle vorbereitet“, lobt der leidenschaftliche Sportler. Jetzt kann es losgehen.

Die erste Etappe im Wasser kostet die Sportler bereits enorme Anstrengungen. Denn während tagsüber noch milde Temperaturen herrschen, sind es nachts dagegen knapp Null Grad Celsius. Als die Sportler also früh morgens zur 1,9 Kilometer langen Schwimmstrecke im kalten See antreten, war es noch eisig kalt, dazu kommt das dichte Gedränge im Wasser. „Zwischen den Etappen ist ein schneller und fliegender Wechsel nötig“, erklärt Jens Klingebiel. Bei einem vor Kälte schlotterndem Körper ist es aber leichter gesagt als getan, den nassen Neoprenanzug abzustreifen und gegen die Fahrradsachen zu wechseln. Zum Glück stehen jedem Sportler an diesem Punkt ein bis zwei der mehr als 6.000 freiwilligen Helfer zur Verfügung.

Die Radstrecke in Etappe zwei zeichnet sich durch steile Rampen und steile Abfahrten aus. „Es war brutal hart“, sagt er. Die wunderschöne Landschaft und die Atmosphäre mit jubelnden Menschen am Streckenrand machen die Anstrengungen etwas wett. Die Fahrt zum höchsten Punkt des Snow Canyon State Parks beschreibt Dr. Klingebiel als besonders eindrucksvoll. „Erst ging es acht bis neun Kilometer nur bergauf. Das war die schlimmste Steigung des Rennens. Oben angekommen wurden wir aber mit einer traumhaften Aussicht belohnt.“ Danach geht es kilometerlang steil bergab. Trotz einer Geschwindigkeit von rund 70 km/h mit dem Rennrad beschreibt sich Dr. Klingebiel noch als einen der „vorsichtigen Fahrer“.

Im Tal geht es nahtlos mit der dritten und letzten Etappe weiter: 21,1 Kilometer laufen. Der Halbmarathon am Ende des Wettkampfs kostet die Sportler ihre letzten Kraftreserven. „Ich habe gegen Ende bewusst etwas zurückgeschraubt, um den Zieleinlauf genießen zu können, statt am Ende meiner Kräfte hineinzustolpern“, sagt Dr. Klingebiel, der in seiner Altersklasse der 50 bis 54-Jährigen Platz 349 belegt und damit gut im Mittelfeld gelandet ist. „Die letzten 200 Meter auf dem roten Teppich der Ironman-WM mit jubelnden Zuschauern, die einen nochmal anfeuern, während man ins Ziel einläuft, war ein tolles Gefühl. Ich bin überglücklich, dass ich das geschafft habe.“

Seite 1 von 2





Zur Person

Dr. Jens Klingebiel ist Chefarzt des Fachzentrums Allgemeine Orthopädie und Endoprothetik an der Orthopädischen Klinik in Hessisch Lichtenau. Seit mehr als 20 Jahren arbeitet der Vater zweier erwachsener Kinder an dem Fachkrankenhaus. Er fing 2002 als jüngster Assistenzarzt der Klinik an, wurde Oberarzt, später Leitender Oberarzt und ist seit 2021 Chefarzt. An erster Stelle stehen stets seine Patientinnen und Patienten, denen er zu Schmerzfreiheit verhelfen möchte. Seine Spezialgebiete sind die Endoprothetik sowie die Wechselendoprothetik des Schulter-, Ellenbogen-, Hüft- und Kniegelenkes, Beckenosteotomie bei Dysplasie (PAO), Arthroskopische Operationen, Rekonstruktive Knorpelchirurgie und Knorpeltransplantationen. Zudem ist er zertifizierter Kniechirurg der Deutschen Kniegesellschaft e.V.

Die Orthopädische Klinik Hessisch Lichtenau

Die Orthopädische Klinik Hessisch Lichtenau ist ein modernes Krankenhaus mit über 70-jähriger Tradition. Die Klinik zählt heute zu den größten und führenden Spezialkrankenhäusern Deutschlands. Fachlich liegt der Fokus auf den Erkrankungen des Bewegungsapparates – insbesondere in den Spezialgebieten Allgemeine Orthopädie, Unfallchirurgie, Endoprothetik sowie Wechselendoprothetik, Wirbelsäulenorthopädie mit robotisch-assistierter Wirbelsäulenchirurgie und in der umfassenden Versorgung von Patienten mit Querschnittlähmung im Zentrum für Tetra- und Paraplegie. Erweitert wurde das Angebot im Jahr 2022 durch eine geriatrische Abteilung für Altersmedizin, Alterstraumatologie und Orthogeriatric und die Akut- und Notfallmedizin.

Mit einem ganzheitlichen Ansatz von Medizin, Rehabilitation und Pflege im diakonischen Verbund von LICHTENAU e.V. bietet die Klinik integrierte Therapien mit einem Blick für die individuellen Bedürfnisse der Patienten an.

