

Zuschauen beim Ironman Frankfurt

Am einfachsten lässt sich der Ironman (Rad und Lauf) am Mainkai direkt am Römer verfolgen. Dort führt die Radstrecke insgesamt drei Mal vorbei. Der Wechsel Rad / Lauf (T2), Laufstrecke und Zieleinlauf sind direkt erreichbar.

Abwechslungsreicher aber auch mit einigem Aufwand verbunden ist unser IM Programm, dass wir in den letzten Jahren zum Teil gemeinsam mit unseren Kindern durchgezogen haben:

Schwimmstart und T1

Ausgangspunkt ist die S-Bahn Station in Dreieich-Buchsschlag. Entweder mit der S-Bahn oder dem Auto erreichbar (Park&Ride Parkplatz).

S4 Richtung Langen ab Frankfurt Hauptwache
(Fahrzeit bis Station Buchschlag ca. 15 Minuten)

05:21
05:51
06:21
06:51
(usw. alle 1/2 Stunde)

Von Buchschlag entweder zu Fuß (ca. 45 Minuten) oder besser mit dem Fahrrad (ca. 20 Minuten) durch den Wald zum Schwimmstart. Der Weg ist ausgeschildert. Aber nicht vergessen: Rückweg merken!

Jetzt solange man Lust hat Schwimmen gucken bzw. T1 (Wechsel Schwimm / Rad) und Start zur Radstrecke. Hat man davon genug geht es wieder durch den Wald zurück nach Buchschlag.

Radstrecke (Bergen Enkheim - The Beast, Bad Vilbel - Heartbreck Hill)

Jetzt entweder weiter per S-Bahn nach Bad Vilbel oder per Auto nach Bergen Enkheim.

S4 Richtung Kronberg ab Buchschlag
(Fahrzeit bis Frankfurt Hauptwache ca. 15 Minuten)

08:23
08:53
09:23
09:53
(usw. alle 1/2 Stunde)

Frankfurt Hauptwache umsteigen

S6 Richtung Bad Vilbel Süd ab Frankfurt Hauptwache
(Fahrzeit ca. 20 Minuten)

8:00
9:00
10:00
11:00
12:00
12:30
13:00

Mit dem Auto fährt man durch Buchschlag Richtung Sprendlingen auf die A661 Richtung Frankfurt / Bad Homburg. Die Ausfahrt am Ratsweg ist in dieser

Richtung gesperrt, deshalb erstmal bis zur nächsten Ausfahrt (Friedberger Landstraße) weiterfahren und wieder in Gegenrichtung auf die A661 auffahren. Jetzt kann man Richtung Riederwald / Eissporthalle abfahren.

An der nächsten großen Kreuzung rechts abbiegen und durch den Stadtteil Riederwald entlang der U-Bahn-Schienen fahren. Vom Erlenbruch in die Borsigallee (Richtung Hessen-Center) abbiegen. Im Industriegebiet (linker Hand) z.B. Victor-Slotosch-Straße kann man gut parken. Mit dem Rad kann man nun entlang der Wettkampfstrecke (Vilbeler Landstraße) nach Bergen-Enkheim fahren.

Über den Hügel gelangt man per Rad gut von Bergen-Enkheim nach Bad Vilbel (allerdings mit 10% Steigung) und zurück.

T2, Laufstrecke und Zieleinlauf (Mainkai, Römer)

Ist man zwischen Enkheim und Vilbel genug gependelt, kann man entweder per Rad entlang der Wettkampfstrecke von Bad Vilbel nach Frankfurt rollen oder packt das Rad wieder ins Auto und fährt an die Eissporthalle. Von dort per U-Bahn in die Innenstadt (Hauptwache).

Ist man per S-Bahn direkt von Buchschlag nach Bad Vilbel gefahren, nimmt man wiederum die S-Bahn von Bad Vilbel Richtung Frankfurt (Hauptwache) und kann zu Fuß an den Römer / Mainkai laufen (ca. 10 Minuten).

S6 Richtung Frankfurt ab Bad Vilbel Süd

12:36

13:06

13:36

14:06

(usw. alle 1/2 Stunde ab Gleis 2)

Zu Fuß kann man sich entlang der Laufstrecke bewegen und das Rennen an verschiedenen Stellen verfolgen.

Die Tribünen am Römer sind zum Einlauf des Siegers voll. Etwas später kann man gut einen Platz bekommen.

Oder im Fernsehen:

HR3 ab 10 Uhr (bis 17 Uhr) sowie ab 22.30 Uhr bis 23.00 Uhr