

## **Vieles scheint unmöglich, bis du es schaffst! Triathlon-Weltrekord und die Kunst, nicht aufzugeben**

*Neuerscheinung im Sportwelt Verlag: „Vieles scheint unmöglich, bis du es schaffst! Triathlon-Weltrekord in 45 Tagen“ von Dirk Leonhardt*

Einen Ironman zu absolvieren, ist für viele Triathleten das Nonplusultra. Einen Langdistanz-Triathlon 30-mal hintereinander zu bewältigen – und das nonstop –, scheint schier unmöglich. Dirk Leonhardt, zweifacher Familienvater und Banker, hat sich dieser Herausforderung gestellt. Mit 200 km Schwimmen, 5.400 km Radfahren und 1.336 km Laufen schafft er im Sommer 2020 den bis dato längsten Triathlon der Welt und damit einen Eintrag ins *Guinness Buch der Rekorde*.

Warum tut man sich das an? Wie ist ein solches Mammutprojekt trotz Vollzeitjob und Familie zu stemmen? Und wie kann man selbst aus herben Rückschlägen immer wieder neue Motivation ziehen? Im Buch „Vieles scheint unmöglich, bis du es schaffst!“ beantwortet Dirk Leonhardt all diese Fragen und gibt damit viele persönliche Einblicke in seine Gefühls- und Gedankenwelt. Er berichtet von den höchsten Höhen und tiefsten Tälern, die er während seines Weltrekordes zu bewältigen hatte und zeigt, dass extreme sportliche Leistungen nur mit großer mentaler Stärke einhergehen.

### **Glaube an dich und deine Träume**

Im Buch geht es nicht nur um extreme Höchstleistungen. Der Autor erzählt offen über äußere Widerstände, körperliche Strapazen und wiederkehrende Selbstzweifel, aber auch über das Potenzial innerer Motivation, die Kraft zwischenmenschlicher Begegnungen an der Strecke und die Kunst, nicht aufzugeben. „Es geht vor allem darum, wie wir mit uns selbst umgehen, und wie wir Hürden und Hindernisse überwinden können“, so Leonhardt. „Glaube an dich und deine Träume – das ist die Kernbotschaft meines Buches.“

### **Das Buch**

Dirk Leonhardt: Vieles scheint unmöglich, bis du es schaffst! Triathlon-Weltrekord in 45 Tagen. Frankfurt: Sportwelt Verlag, 280 S., 19,90 €. ISBN 978-3-941297-51-7. Erscheinungstermin: 15. November 2021

### **Der Autor**

Dirk Leonhardt (Jg. 1981) ist leidenschaftlicher Ausdauersportler. Als der ehemalige Sportmuffel mit 21 Jahren seinen ersten Halbmarathon lief, war dies nicht nur ein großer persönlicher Erfolg, sondern auch der Grundstein seiner Entwicklung zum Ultrasportler. Mit dem Ansporn, die Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit immer weiter auszutesten, wagte er sich 2020 an den längsten Nonstop-Triathlon der Welt und sicherte sich mit seinem Finish einen Eintrag ins *Guinness Buch der Rekorde*. Leonhardt arbeitet bei der Deutschen Bundesbank, ist 2-facher Familienvater und lebt im hessischen Bruchköbel. Weitere Infos unter: [www.ultradad.de](http://www.ultradad.de)



Sportwelt Verlag  
Iris Hadbawnik  
Luthmerstraße 14  
65934 Frankfurt  
Tel: +49 69 / 38995159  
[www.sportwelt-verlag.de](http://www.sportwelt-verlag.de)  
[iris.hadbawnik@sportwelt-verlag.de](mailto:iris.hadbawnik@sportwelt-verlag.de)