Herbst 2020

Deutsche Triathlon Union e. V. und ihre Landesverbände

VERBANDS NEWS

Frühstarter: Ein Veranstalter im Interview

Durchstarter: So viel Spaß macht Triathlon

Spätstarter: Über Umwege in den Triathlon

Informationen aus den Landesverbänden

Deutsche Triathlon Union

DTU

www.dtu-info.de

DTU Deutsche Triathlon Union

Ausgezeichnete Leistungen gehören...

AUSGEZEICHNET!

SICHERE DIR JETZT DEIN TRIATHLONABZEICHEN!

Bei vielen Krankenkassen wird das Deutsche Triathlonabzeichen im Bonusprogramm als Sportabzeichen anerkannt.

ANFORDERUNGEN:

Bronze:	Schwimmen 1 km, Radfahren 80 km, Laufen 20 km
Silber:	Schwimmen 2 km, Radfahren 160 km, Laufen 40 km
Gold:	Schwimmen 4 km, Radfahren 320 km, Laufen 80 km

Weitere Informationen zu den besonderen Anforderungen und der Beantragung des Abzeichens im Jahr 2020 findet Ihr unter https://www.dtu-info.de/triathlonabzeichen2020.

ZURICH

Bitburger 0.0

CASTELLI

Gefördert durch:

Bundesministerium des Innern

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Liebe Triathlonfreunde,

seit 1986 habe ich bisher in jedem Jahr einen Triathlon absolviert. Vom Sprint bis zur Langdistanz und von Kiel bis zum Schliersee war alles dabei. Diese Serie hält nun also schon fast 35 Jahre. Aber es gibt, das haben wir spätestens in den vergangenen Monaten begreifen müssen, viel Wichtigeres im Leben als einen Triathlonwettbewerb, zum Beispiel die Gesundheit. Trotzdem ist diese Serie etwas, was mich stolz macht und mir etwas bedeutet. Deshalb – und weil ich diesen Sport so sehr liebe – will ich auch in diesem speziellen Jahr noch einen Wettkampf absolvieren.

Die Chancen dazu stehen gut. In den vergangenen Wochen fanden nach der coronabedingten Pause bereits wieder einige Triathlonveranstaltungen in Deutschland statt. Der Triathlonsommer 2020 hat also spät an Fahrt aufgenommen, aber er hat Fahrt aufgenommen. Das ist ein wichtiges, ein gutes Zeichen in einer schwierigen Zeit bzw. einer dynamischen Lage, in der wir alle „auf Sicht fahren" müssen, weil niemand sicher sagen kann, was morgen ist.

Es gab vor allem im März und April Dinge, die deutlich wichtiger waren als Triathlonwettkämpfe. Aber nun, ein knappes halbes Jahr nach dem Aufkommen der Coronakrise in Deutschland, zeichnet sich ab, dass wir lernen müssen, mit diesem Virus zu leben – zumindest solange es noch keinen sicheren Impfstoff gibt. Diese neue Normalität ist eine andere als früher, und es gibt Menschen, die aufgrund von Vorerkrankungen etc. sehr genau auf ihre Gesundheit achten sollten. Aber auch uns bleibt nichts anderes übrig, als einen Weg zu finden, wie sich die durch das Coronavirus bedingten Einschränkungen mit dem Sport, den wir alle lieben, vereinbaren lassen. Ich finde, dass uns dies in den vergangenen Wochen schon gut gelungen ist. Jedoch müssen wir an dieser Herausforderung alle weiter arbeiten, und zwar gemeinsam, um als Triathlonsport mit Geschlossenheit und Überzeugung in der Politik für unsere Lösungen zu werben.

Es gab und gibt dafür bei der Deutschen Triathlon Union, bei den Landesverbänden, bei den Veranstaltern, in Veranstalterforen und auch von Athletenseite tolle, innovative Ideen. Das lässt mich positiv in die Zukunft schauen. Denn mit Weitsicht, mit Mut und mit Motivation lassen sich Konzepte für eine neue Normalität entwickeln. An dieser Stelle möchte ich als einer, der Verbands- und Vereinsarbeit schon in verschiedensten Facetten erlebt hat, all jenen Veranstaltern danken, die den Mut aufgebracht haben, 2020 einen Wettkampf durchzuführen – trotz mehr Mühen im Vorfeld und weniger Teilnehmer am Wettkampftag.

Ich wünsche uns und Euch für die kommenden Monate natürlich vor allem Gesundheit, aber auch, dass wir gemeinschaftlich einen Weg beschreiten, um in der Zukunft wieder regelmäßig an der Startlinie zu stehen und gemeinsam Wettkämpfe absolvieren zu können. Dazu brauchen wir die Solidarität aller!

Euer Sven Alex
[DTU-Vizepräsident]

ZURICH®

Bitte ein Bit
Bitburger
Alk. 0.0 % vol

CASTELLI

Gefördert durch:
Bundesministerium des Innern
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Athleten erzählen, wie schön es war, wieder Rennen zu absolvieren

WETTKÄMPFE IN **ZEITEN VON CORONA**

Endlich, endlich. Nach einer langen coronabedingten Pause hat die Wettkampfsaison im Laufe des Sommers doch noch Fahrt aufgenommen. Unter Auflagen natürlich, wie dem DTU-Corona-Konzept und den Hygiene-Vorgaben der Bundesländer, also mit weniger Athleten, vielen Startwellen und Abstandsregeln – aber immerhin gab und gibt es Wettkämpfe. Und dies sehr zur Freude der Athleten, für welche die Wettkampfpause lang war – für den einen oder anderen fast ein Jahr.

Wir haben mit Athleten gesprochen, die bei den ersten Wettkämpfen, die nach der coronabedingten Pause in Deutschland wieder stattfanden, dabei waren. Sie schilderten uns, wie sehr sie sich auf den Wettkampftag gefreut, wie sehr sie das Rennen genossen und wie sehr sie daraus Kraft und Motivation für die kommenden Wochen und Monate geschöpft haben.

ALEX SCHILLING: „EIN SIGNAL, DASS WETTKÄMPFE MÖGLICH SIND“

„Ich gehörte zu den Glücklichen, die schon am 26. Juli beim 37. Leipzig Triathlon wieder starten durften. Da ich auch nebenbei als Veranstalter tätig bin, weiß ich, wie schwer es im Moment ist, einen Wettkampf im Ausdauersport zu organisieren. Ein großes Dankeschön deshalb an die Veranstalter in Leipzig, die mit langem Atem und viel Aufwand durchgehalten haben. Es waren jeweils 400 Starter über die olympische Distanz und die Sprintdistanz dabei. Dadurch konnten die aktuellen Hygieneregeln meiner Meinung nach sehr gut umgesetzt werden. Ich hoffe, dass der Wettkampf ein Signal ist, dass sicherer Wettkampfsport in Deutschland möglich ist.“

Alex Schilling

Sigrid Mutscheller

SIGRID MUTSCHELLER: „WETTKÄMPFE SIND EBEN DAS SALZ IN DER SUPPE“

„Als Wintersportlerin ist mir ein trainingsreicher Sommer nicht fremd. Aber Wettkämpfe sind nun einmal das Salz in der Suppe der Sportler. Und so habe ich mich wirklich gefreut, dass es in Oettingen (Bayern) einen Triathlon unter Einhaltung der aktuellen Corona-Bestimmungen gab. Ein dickes Lob an die Veranstalter mit einem klaren Signal, dass im Verein und im Ehrenamt effizient und nachhaltig gearbeitet wird: Wenn man will, geht sehr viel – auch in der Krise. Trotz sehr entschleunigter Atmosphäre war ein richtiger Wettkampf mit Topleistungen möglich. Cool, dass es für mich dabei noch zum Sieg gereicht hat.“

CONNY BLUMERT: „EIN ECHTER LICHTBLICK“

„Wir hatten riesiges Glück, dass in diesem Jahr der coronabedingten Absagen ausgerechnet unser Heim-Wettkampf in Leipzig stattfand! Das war ein echter Lichtblick in einer Saison, die uns Athleten doch einige Motivationsprobleme beschert hat. Am Ende reichte es trotz reduziertem Training zu einem guten Ergebnis. Einen herzlichen Dank vor allem an die Organisatoren und die vielen Helfer, dass sie das Wagnis auf sich genommen haben und uns so einen schönen Wettkampf – trotz der Hygieneauflagen (fast wie „normal“!) – ermöglicht haben! Drücken wir die Daumen für eine möglichst normale Saison im nächsten Jahr …“

Conny Blumert

Christoph Klipp

CHRISTOPH KLIPP: „1.000 KILOMETER FÜR EINEN WETTKAMPF“

„Der Leipziger Triathlon sollte eigentlich der letzte Formtest für mich vor meinem Langdistanz-Rennen, also dem Höhepunkt des Jahres, sein. Jetzt ist Leipzig der erste und letzte Triathlon dieses Jahres für mich. Die Überlegung, ob es sich lohnt, von Stuttgart nach Leipzig zu fahren, immerhin rund 500 Kilometer für eine olympische Distanz – ab dem Start waren diese Gedanken verflogen, und ich wusste die Antwort. Es wird nun eine lange Wettkampf-Durststrecke folgen. Aber für die nächsten paar Tausend Trainingskilometer weiß ich wieder, wofür es sich lohnt.“

NINA ROSENBLADT: „ENDLICH WIEDER WETTKAMPF-FEELING“

„Endlich wieder mit Bauchkribbeln vor Aufregung aufstehen. Endlich wieder Honig- und Nutella-Brötchen frühstücken. Endlich wieder einen Einteiler anziehen. Endlich wieder die Teammitglieder anfeuern. Endlich wieder ein Brennen in der Lunge.
Endlich wieder Wettkampf-Feeling!“

Nina Rosenbladt

Du hast dieses Jahr auch schon einen Wettkampf absolvieren können? Dann schreibe eine E-Mail mit Deinem Triathlon-Erlebnis 2020 an **medien@dtu-info.de**.

Interview mit einem Veranstalter

„WIR HABEN EXTREM VIEL **POSITIVES FEEDBACK BEKOMMEN“**

Seit Ende Juni finden in Deutschland trotz Corona wieder vermehrt Triathlon-Wettkämpfe statt. Einer der ersten war der Leipzig Triathlon Ende Juli. Hier haben Sven Bemmann und sein Organisationsteam gezeigt, dass sogar Veranstaltungen mit 800 Teilnehmern möglich sind. Wir haben mit ihm über die Freude vor und nach dem Rennen, einen (Welt-)Rekord und diszipliniertes Verhalten gesprochen.

Sven Bemmann gibt den Startschuss

Sven, hat man den Athleten die Freude, wieder einen Triathlonwettkampf zu absolvieren, angemerkt?
Sehr. Wir haben extrem viel positives Feedback bekommen – im Vorfeld und im Nachhinein. Die Leute waren alle so glücklich, wieder ein Rennen machen zu können.

Hast Du Verunsicherung bei Athleten gespürt?
Eigentlich nicht. Die Sportler, die angetreten sind, haben sich gefreut und sich alle vorbildlich an die Corona-Bestimmungen gehalten. Sie haben bei der Anmeldung Masken getragen und diszipliniert die Einbahnstraßenregelung auf dem Veranstaltungsgelände beachtet.

Schwimmausstieg beim Leipzig Triathlon

Nicht nur für die Athleten, auch für Euch war es eine tolle Sache, dass der Wettkampf stattgefunden hat.
Unser Triathlon findet seit 1984 ununterbrochen statt. Das ist einmalig in Deutschland und sogar – durch die Absage der Ironman-WM auf Hawaii – mittlerweile einmalig auf der Welt. Wir wollten es deshalb unbedingt schaffen, dass unser Rennen 2020 stattfindet, zum 37. Mal in Folge. Wir sind stolz auf dieses Alleinstellungsmerkmal.

Warst Du an den Tagen vor dem Rennen nervöser als üblich?
Nervöser nicht. Wir waren demütig genug, nachdem die Ampeln für die Durchführung auf Grün standen, und hatten keine riesigen Erwartungen. Wir haben im März aufgrund der sich abzeichnenden Entwicklung beschlossen, dass wir es wagen wollen, den Triathlon durchzuführen. Von jenem Tag an haben wir uns einmal die Woche zu dritt (neben Sven Bemmann als Veranstaltungschef waren dies Andreas Clauß als stellvertretender Vereinsvorsitzender und Veranstaltungssprecher sowie Schatzmeister Ralph Bahn, Anm. d. Red.) besprochen und die Veranstaltung an die Bedingungen angepasst. Wir haben das Starterfeld von 1.500 Startern auf jeweils 400 Athleten für die olympische Distanz beziehungsweise den Fitnesstriathlon reduziert und es zeitlich entzerrt. Start für das Rennen über die olympische Distanz war um 10 anstatt um 11 Uhr, für den Fitnesstriathlon eine halbe Stunde später dann um 15 Uhr.

In Sachsen sind Veranstaltungen mit bis zu 1.000 Teilnehmern erlaubt.
Da lagen wir mit unseren zweimal 400 Startern deutlich drunter. Wir hatten im Dezember 2019 die Anmeldung geöffnet und bis März etwa 1.000 Anmeldungen. Wir haben dann die Anmeldung gestoppt und den Athleten angeboten, dass sie beim Rücktritt den vollen Preis erstattet bekommen. Dies haben rund 300 Sportler in Anspruch genommen. Alle anderen haben wir mit ins Boot geholt, ihnen gesagt, dass wir planen, die Veranstaltung durchzuführen und dass sie, wenn wir kurzfristig absagen müssen, 50 Prozent ihrer Teilnahmegebühr zurückbekommen.

Die Corona-Bestimmungen in Sachsen und das DTU-Corona-Konzept enthalten bestimmte Vorschriften. Wie habt Ihr diese umgesetzt?

Anstatt des Massenstarts gab es einen rollenden Start. Unser Startbereich am Kulkwitzer See ist 50 Meter breit, so konnten wir im Minutentakt 25 Athleten zusammen starten lassen. Der Abstand zwischen den Athleten betrug zwei Meter. Die Schwimmstrecke führte dann erst einmal 450 Meter gerade aus.

War es schwerer als sonst, Helfer zu finden?
Wir haben rund 50 Vereinsmitglieder. Zwei davon wollten aus Angst vor Corona nicht mithelfen, was ich verstehe. Alle anderen waren dabei.

Kannst Du anderen Veranstaltern aufgrund der Erfahrung eines durchgeführten Triathlons Tipps geben?
Die Zusammenarbeit mit den Behörden im Vorfeld ist sehr wichtig. Es gibt die Corona-Bestimmungen des jeweiligen Bundeslandes und das DTU-Corona-Konzept. Diese muss man einfach diszipliniert einhalten, was kein Problem ist, wenn alle, also Helfer und Teilnehmer, diszipliniert sind. Hat man im Vorfeld seine Hausaufgaben gemacht, ist der Renntag sogar entspannter als sonst, weil es weniger Teilnehmer sind (lacht).

Im Gespräch mit dem BWTV

VON DER IDEE BIS **ZUR UMSETZUNG**

Das Wettkampfangebot in Deutschland war dieses Jahr aufgrund der Coronakrise eingeschränkt. Vereine und Landesverbände haben in dieser Zeit jedoch viele kreative Wettkampfformate entwickelt. Beispielsweise entstanden der Quarantathlon, die Keep-Tri-Ing Challenge oder der Triathlontag powered by ALB-GOLD. Mit Peter Mayerlen, dem Geschäftsführer des Baden-Württembergischen Triathlonverbandes, haben wir über die Idee des Triathlontages, das Potenzial einer solchen Veranstaltung und Rückblicke in die 1980er-Jahre gesprochen.

Peter Mayerlen, Geschäftsführer des Baden-Württembergischen Triathlonverbands e. V.

Wie kam die Idee für den Triathlontag powered by ALB-GOLD zustande?
Die Initialzündung ging von unserem Präsidenten Bernhard Thie aus. Er hat auf der Webseite der Deutschen Triathlon Union die Geschichte „Mein erster Triathlon" mit Reinhold Häußlein (Vizepräsident Leistungssport der DTU, Anm. d. Red.) gelesen. Darin hat Herr Häußlein erzählt, wie einfach es in den 1980er-Jahren war, Triathlonveranstaltungen auf die Beine zu stellen. Unser Präsident hat dann gesagt, so etwas müsse doch heutzutage auch möglich sein. Daraus ist dann die Idee mit dem Triathlontag powered by ALB-GOLD gewachsen.

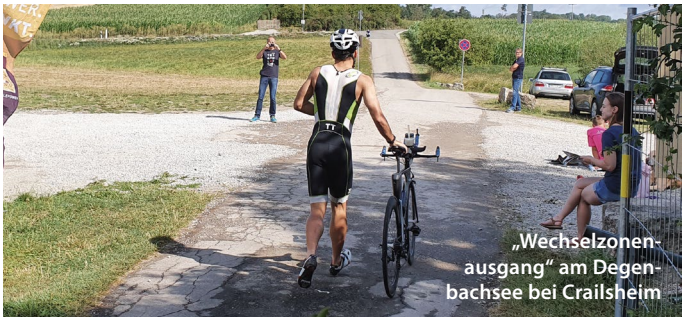
Die Idee ist das eine, die Umsetzung das andere.
Bernhard Thie und ich haben dann Listen erstellt, an welchen Seen in Baden-Württemberg es Triathlonveranstaltungen gibt, beziehungsweise an welchen Seen Triathlonveranstaltungen generell möglich sind. Die Veranstalter beziehungsweise Vereine haben wir angesprochen. Schwimmbäder haben wir von Beginn an ausgeschlossen. Wir wussten: Das wird mit der Genehmigung zu schwierig.

Die Rückmeldungen waren dann auch sehr positiv.
Genau. Die Bedenken der Veranstalter, dass die Organisation für sie einen großen Aufwand bedeuten würde, konnten wir schnell zerstreuen. Sie mussten sich nur die Strecken genehmigen lassen. Fünf Helfer am Veranstaltungstag würden auch reichen. Zumal wir unsere Kampfrichter, die ja die Saison über auch beschäftigungslos waren, als weitere Helfer mit einplanen konnten. Leider hat es bei einigen Seen dann nicht geklappt, weil die Vereine die Genehmigung nicht bekamen, der See gesperrt oder irgendwo eine Baustelle war. An acht Wettkampforten konnten die Athleten schließlich starten.

Hinzu kam dann noch die „Do-it-yourself-Variante.
Wir haben im Laufe des Organisationsprozesses festgestellt, dass es nicht möglich sein wird, flächendeckend in ganz Baden-Württemberg Veranstaltungsorte zu finden. Dann kam uns die Idee mit der Do-it-yourself-Variante. Und die war richtig erfolgreich. Die meisten Teilnehmer, rund 100, sind in Welzheim gestartet. Die zweitgrößte Teilnehmergruppe waren dann schon diejenigen, die den Triathlon für sich gemacht haben. Von ihnen haben wir viele positive Rückmeldungen erhalten.

Es war also eine rundum gelungene Sache.
Es war für uns als Verband eine gute Sache, gerade für das Image. Oft heißt es ja: Der Verband, das sind die da oben, die nur unser Geld wollen. Aber jetzt haben die Leute gesehen, dass der Verband auch gute Ideen hat und diese auch umsetzt. Und es war auch für unsere Sponsoren und Partner eine gute Sache, weil wir sie eingebunden haben, quasi einen Ausgleich geschaffen haben, zum Beispiel für die abgesagte Liga und den RACEPEDIA-Cup.

Klingt fast, als hätte das Konzept Potenzial für die Zukunft.
Es ist nicht geplant, das zu wiederholen. Aber wir hätten etwas in der Hinterhand, wenn es noch mal zu Einschränkungen aufgrund der Coronakrise kommen sollte.



© Helmut Schur

„Wechselzonenausgang" am Degenbachsee bei Crailsheim

Der Triathlontag powered by ALB-GOLD fand an acht Seen in Baden-Württemberg statt, zudem gab es die Do-it-yourself-Variante. Gestartet wurde einzeln, es gab keine Wechselzonen, keine Streckensperrungen sowie keine Zeitnahme. Die individuell gestoppten Zeiten konnten jedoch auf einer Melde- und Ergebnisplattform eingegeben beziehungsweise hochgeladen werden.

Das Talent-Transfer-Programm der DTU

DIE SUCHE NACH DEM **NÄCHSTEN JAN FRODENO**

Steffen Justus zeigt den Talenten, wo es langgeht.

© André Belzig

Es ist ein heißer Tag in Frankfurt am Main. Tim rutscht auf seinem Stuhl herum. Seine Hände liegen auf dem Tisch und hinterlassen ein paar Schweißperlen. Der 17-Jährige wurde zum Talent-Transfer-Sichtungstag der Deutschen Triathlon Union (DTU) eingeladen – so wie 17 andere junge Athleten, die sich vorstellen können, von ihrer aktuellen Sportart zum Triathlon zu wechseln.

Eigentlich spielt Tim Rugby. Seit drei Jahren betreibt er den Sport professionell. Und das sieht man auch: 1,80 Meter groß, breite Schultern und durchtrainierte Beine. Doch seit sein Team aufgelöst wurde, ist er auf der Suche nach einer neuen Herausforderung. Schon als Jugendlicher war er im Schwimmverein, Laufen und Radfahren gehören zu seinen Hobbys. Als er zufällig die Triathletin Laura Philipp, ehemalige Deutsche Meisterin auf der Mitteldistanz, kennenlernt und regelmäßig mit ihr Rennrad fährt, beschließt er, dass er Triathlet werden möchte.

So wie Tim kommen auch die anderen Bewerber für das Talent-Transfer-Programm aus anderen Sportarten: Kanuslalom, Fußball, Schwimmen, Leichtathletik und auch ein Handballer ist dabei. Die vielversprechendsten Talente hat Steffen Justus, DTU Bundestrainer Sichtung, zu einem Sichtungstag eingeladen. Gemeinsam mit Tom Kosmehl, DTU Bundestrainer Para Triathlon, Jörg Bügner, DTU Sportdirektor, Dennis Sandig, DTU-Referent für Aus- und Fortbildung, und Nils Arnecke, DTU-Leistungssportreferent, macht sich Justus ein Bild von den 18 Talenten.

Bei der Begrüßung sitzt er mit seinen Schützlingen in einem Seminarraum. Zu Beginn zeigt er ihnen einen Videoclip über Jan Frodeno aus dem Jahr 2012. Es zeigt den Olympiasieger und dreifachen Sieger des Ironman Hawaii beim Training. Frodeno sagt dabei Sätze wie: „Triathlet zu sein, ist ein derart brutaler Job, dass du wirklich leben musst, was du tust. Sonst kommst Du nie an die Spitze.“ Für Frodeno galt dieses Credo umso mehr, schließlich kam er erst mit 19 Jahren zum Triathlon. Bis dahin war er Rettungsschwimmer. Dann setzte er sich das Ziel, irgendwann einer der besten Triathleten der Welt zu werden. Mit Erfolg.

© Jonas Klee

Nils Arnecke, Steffen Justus und Dennis Sandig

„Der Wechsel zum Triathlon und an die Spitze des Sports ist sehr hart. Aber Jans Geschichte zeigt: Es ist möglich. Und so einen erfolgreichen Weg noch einmal zu schaffen, ist auch das Ziel dieses Programms“, erklärt Justus den Talenten. Stille. Bevor es für die kommenden Triathleten auf die Laufbahn geht, braucht es keine extra Motivation mehr.

Das Talent-Transfer-Programm der DTU findet zum zweiten Mal statt. „Wir wollen weg von der Denkweise: Erfolgreiche Triathleten müssen schon früh mit dem Triathlon anfangen. Dass es auch anders gehen kann, haben schon viele Triathleten bewiesen.“ Das Ziel des Programms ist daher, potenzielle Quereinsteiger im Alter von 16 bis 22 Jahren für den Triathlon zu finden und weiterzuentwickeln. Ob die Athleten vorher schon mal einen Triathlon absolviert haben, spielt keine Rolle. Vielmehr geht es um Talent, grundsätzliche Trainings- und Wettkampferfahrung und Entwicklungspotenzial.

Am Sichtungstag steht zunächst der Lauftest an. Dafür geht es auf eine nahe gelegene Laufbahn. Die Talente machen sich im Schatten warm. Manche gehen ihre Warm-up-Routine durch, andere bereiten sich in kleinen Gruppen vor. „Nervös bin ich gar nicht“, sagt Tim. Tatsächlich wirken alle Teilnehmer zwar fokussiert, aber nicht angespannt. Auf dem Programm stehen erst 100 Meter, dann 1.500 Meter. Nacheinander laufen die Athleten die 100 Meter. Beim 1.500-Meter-Lauf starten alle gemeinsam. Angefeuert von lauten „Weiter so“- oder „Zieh durch jetzt“-Rufen, geben alle ihr Bestes.

Für Tim ist es nicht besonders gut gelaufen. Die 100 Meter läuft er zwar in 13,6 Sekunden, persönliche Bestzeit. Doch damit liegt er hinter den meisten anderen Teilnehmern. Bei den 1.500 Metern hat er mit einer Fußverletzung zu kämpfen und kommt als Letzter ins Ziel. Seine gute Laune hat Tim jedoch nicht verloren. Schließlich steht am Nachmittag noch das Schwimmen an.

Deutlich besser lief es bei Loris. Der Fußballer läuft die 100 Meter in 12,15 Sekunden, und auch auf den 1.500 Metern ist er mit 4:26 Minuten zufrieden. „Mein Vater hat früher Triathlon gemacht. Daher hatte ich schon als Kind viele Berührungspunkte mit der Sportart. Vor allem das Radfahren macht mir großen Spaß, und ich mache gerne auch längere Touren“, erzählt der Sportstudent. Sorgen bereitet ihm allerdings das Schwimmen. „Da habe ich mit Sicherheit noch Nachholbedarf“, erzählt er schmunzelnd. Die Förderung in diesem Bereich ist jedoch genau das, was er sich von dem Programm erhofft.

Ungefähr ein Drittel der Teilnehmer der beiden Sichtungstage wird es in die nächste Runde schaffen. Nach der ersten Phase, der „Talentrekrutierung“, werden sechs bis acht der jungen Talente zu einem weiteren Sichtungscamp an den Bundesstützpunkt in Potsdam eingeladen. Dabei stehen komplexere Tests an, wie zum Beispiel ein Peak-Power-Test, der unter anderem die maximale Sprintfähigkeit auf dem Rennrad ermittelt, oder ein 200-Meter-Wasser-Komplex-Test, der die koordinativen Schwimm-Fähigkeiten der Talente überprüft. Zuvor erhalten die Athleten während der „Talentimplementierung“ rund sechs Wochen Zeit, um sich an den Triathlon und das spezifische Training zu gewöhnen. „Außerdem können wir so gut feststellen, welche Fortschritte die Talente in wenigen Wochen erzielen können“, sagt Justus.

Auch Charlotte nimmt am Talent-Transfer-Programm teil. Sie ist groß, schlank und betreibt seit zehn Jahren Leistungsschwimmen. „Wenn man da merkt, es geht nicht mehr weiter, ist der Triathlon relativ naheliegend. Auch, weil ich Ausdauersportarten sehr mag“, erzählt sie. Ganz egal, wie der Sichtungstag für sie ausgeht, sie will auf jeden Fall beim Triathlon bleiben.

Für die Athleten, die nach dem Sichtungstag auch beim Sichtungscamp ihr Talent nachweisen können, stehen zwei weitere Phasen an. Während der „Talentbestätigung“ werden die Quereinsteiger über mehrere Monate betreut. Neben intensivem Coaching gehört auch die Leistungsdiagnostik dazu. Die letzte Phase ist die „Talententwicklung“. Rund ein halbes Jahr bereiten sich die Talente mit wettkampfspezifischem Training auf erste Entwicklungswettkämpfe vor, zum Beispiel Junioren-Europacups oder Rennen der 2. Triathlon-Bundesliga. Im Optimalfall sind die Athleten bei dem erfolgreichen Durchlaufen des Programms danach Kandidaten für den DTU-Ergänzungskader.

© André Belzig

Die Talente des 2. Tages

In Frankfurt geht es für die Talente nach einer Mittagspause ins Wasser. Zunächst stehen 50 Meter Schwimmen auf dem Programm, anschließend 400 Meter. „Es geht uns dabei nicht so sehr um die Zeiten. Wichtiger ist uns die Technik und ob die Teilnehmer ein gewisses Körpergefühl im Wasser haben“, erklärt Justus.

So richtig zufrieden sind Tim, Loris und Charlotte mit ihren Leistungen beim Schwimmen nicht. Ob es für sie beim Talent-Transfer-Programm weitergeht, erfahren sie erst in ein paar Tagen. Für sie geht es nun wieder nach Hause.

Steffen Justus zieht nach den beiden Sichtungstagen auf jeden Fall ein positives Fazit: „Es hat alles gut geklappt, und das Niveau einiger Sportler war sehr vielversprechend. Besonders gefallen hat mir, dass sich alle Talente gegenseitig unterstützt haben und als Gruppe zusammengewachsen sind.“ Ob tatsächlich der nächste Jan Frodeno unter den Teilnehmer war, wird sich noch zeigen. „Frag in einem Jahr noch mal nach“, sagt Steffen Justus lachend.

Plakette auch 2020 zu erwerben

TRIATHLONABZEICHEN

Trotz fehlender Wettkämpfe in dem von der Corona-Pandemie geprägten Jahr 2020 möchten wir Euch die Möglichkeit geben, das Triathlonabzeichen auch in diesem Jahr zu erwerben – mit neuen Corona-Anforderungen:

- Die Schwimm-Distanzen werden für jede Kategorie halbiert, sodass sich folgende Gesamtanforderungen an nachgewiesenen Kilometern ergeben:

Bronze	1 km Schwimmen	80 km Radfahren	20 km Laufen
Silber	2 km Schwimmen	160 km Radfahren	40 km Laufen
Gold	4 km Schwimmen	320 km Radfahren	80 km Laufen

- Virtuelle Wettkämpfe werden für das Abzeichen anerkannt und müssen, wie andere Wettkämpfe auch, über Urkunden oder Ergebnislisten nachgewiesen werden
- Auch „selbstständig“ durchgeführte Wettkämpfe können für das Abzeichen eingereicht werden. Die Voraussetzungen dafür sind:
  - mindestens zwei Teildisziplinen sind Bestandteil des Wettkampfes (z. B. Schwimmen und Laufen, Radfahren und Laufen)
  - Die Disziplinen finden möglichst direkt hintereinander statt, mindestens aber am gleichen Tag

- Der Wettkampf muss über ein GPS-System aufgezeichnet worden sein, aus dem Aktivität, Zeit und Distanz hervorgeht, und kann z. B. über einen Screenshot nachgewiesen werden
- Aufgrund der erschwerten Kontrolle bzw. Nachvollziehbarkeit dieser Nachweise können hier maximal zwei „Wettkämpfe“ eingereicht werden

Das Triathlon-Abzeichen ist seit August im DTU-Shop zu erwerben.

Bittet beachtet, dass diese Änderungen zur Folge haben, dass unsere Abzeichen im Jahr 2020 kein Bestandteil des Deutschen Sportabzeichens sind und dort nicht die Kategorie „Ausdauer“ ersetzen. Unsere Abzeichen gelten trotzdem weiterhin als Sportabzeichen für Krankenkassen-Bonusprogramme.

News aus den LANDESVERBÄNDEN

BADEN-WÜRTTEMBERG

info@bwtv.de | www.bwtv.de

VIELE GLÜCKLICHE GESICHTER BEIM TRIATHLONTAG

Die rund 350 Teilnehmer am Triathlontag powered by ALB-GOLD genossen am 26.07.2020 die Rückkehr zu ihrem Sport. An mehreren übers Land verteilten Seen durften sie – unter Beachtung der geltenden Corona-Regeln – schwimmen, Rad fahren und laufen. Es gab zahlreiche strahlende Gesichter und viele Dankeschöns. An acht Seen im Land, dem Aichstrutsee bei Welzheim, dem Bodensee bei Immenstaad/Fischbach, dem Sieben-Erlen-See bei Karlsdorf-Neuthard, dem Degenbachsee bei Crailsheim, dem Müllersee bei Riegel/Malterdingen, dem Stausee bei Schömberg, dem Epplesee bei Kirchentellinsfurt und dem Schluchsee konnte am letzten Juli-Sonntag endlich wieder Triathlon ausgeübt werden. Natürlich aufgrund der Corona-Regeln ohne Massenstart, Wechselzonen und große Siegerehrungen, aber dafür mit viel Herzblut, Freude und Spaß an der Bewegung! Rund 70 Athleten entschieden sich zudem für die „Do-it-yourself-Variante", haben ein Gewässer in ihrer Nähe zum Schwimmen genutzt und sind auf selbst ausgesuchten Strecken Rad gefahren und gelaufen. Die vielen und ausnahmslos positiven Kommentare sowohl der Teilnehmer als auch der Helfer vor Ort und in den sozialen Medien waren ein Beleg dafür, dass der BWTV mit dem Triathlontag powered by ALB-GOLD den Nerv getroffen hatte. An dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön an die Organisatoren vor Ort, die beteiligten „Kampfrichter-Helfer" sowie die Partner ALB-GOLD, RESTUBE und ultraSPORTS. (siehe dazu auch Interview mit Peter Mayerlen/Geschäftsführer BWTV auf Seite 101)

© Peter Mayerlen

Die BWTV-Kampfrichter waren beim Triathlontag powered by ALB-GOLD als Helfer im Einsatz.

KLEINE WETTKAMPFANGEBOTE FÜR DEN NACHWUCHS

Da der Triathlontag aus organisatorischen Gründen und Sicherheitsgründen nur für die Erwachsenen war, machte sich der BWTV auch Gedanken über ein Angebot für die Nachwuchstriathleten. Das Ergebnis waren verschiedene dezentrale Trainingstage mit kleinen Wettkampfangeboten, die hauptsächlich von den Talentfördergruppen, aber auch von weiteren Vereinen, angeboten wurden. Die Landestrainer brachten sich ebenfalls ein, so war beispielsweise Wolfram Bott bei einem Radtraining mit rund 25 jungen Athleten auf der Bahn in Linkenheim. Am Stützpunkt in Freiburg gab es für den erweiterten Kaderkreis einen Trainings- und Wettkampftag am Opfinger See. Im September gibt es nach heutigem Stand noch zwei bis drei „richtige" Wettkampfangebote für den Triathlonnachwuchs, sodass dieser sich zumindest zum Ende der Saison nochmals messen kann.

© Peter Huber

Training des BWTV-Kaders auf der Radbahn in Linkenheim

ERFOLGREICHE ONLINE-SEMINAR-PREMIERE

Das erste BWTV-Online-Seminar, das an vier Terminen im Juni und Juli stattfand, war auf Anhieb ausgebucht und ist erfolgreich verlaufen. Unter dem Namen „4×2" (vier Termine, jeweils zwei Lerneinheiten) wurden 15 Trainer von vier hochkarätigen Referenten unterrichtet. Den Auftakt machte Lukas Mundelsee, Psychologe und Coach, zum Thema „Visualisierung als Trainingsmethode in der Corona-Zeit". Eine Woche später zeigte Physiotherapeut Robin Olschewski „Möglichkeiten zur Förderung der Regeneration". Anfang Juli referierte Dan Lorang, Head Coach vom Profi-Radteam BORA-hansgrohe sowie Ex-Triathlonbundestrainer, über die „Chancen und Risiken der Wattmessung im Training und Wettkampf", bevor Heidi Sessner, lizenzierter Ernährungscoach und ehemalige Profitriathletin, mit dem Thema „Basis- vs. Trainingsernährung – wo liegen die Unterschiede?" die Reihe beschloss. Nach der erfolgreichen Premiere werden sicher weitere Online-Seminare folgen, die das umfangreiche Präsenzangebot des BWTV in Aus- und Fortbildung ergänzen.

20 NEUE C-TRAINER IM BWTV

Alle 20 Teilnehmer am Triathlon-Trainer-C-Lehrgang Anfang Juni in Steinbach haben die Prüfungen bestanden. Selbst die erstmalige Abnahme einer Prüfungslehrprobe im (unbeheizten) Freibad stellte für die angehenden Trainer kein Hindernis dar. Der Prüfungslehrgang zum Trainer-C Triathlon stand ganz im Zeichen der geltenden Hygiene- und Abstandsvorschriften. So war laut Landestrainer Wolfram Bott das sonst so wichtige soziale Miteinander und der Austausch der angehenden Trainer untereinander deutlich schwieriger. Trotzdem war die Motivation der Teilnehmer gewohnt hoch, und letztlich bestanden auch alle 20 die schriftlichen Prüfungen sowie die Lehrproben. Ein herzliches Dankeschön geht an dieser Stelle auch an das

Team der Südbadischen Sportschule, die uns Triathleten das Vertrauen geschenkt hat und als eine der ersten Gruppen zur Wiedereröffnung nach der coronabedingten Schließung eingeladen hat.

DIE LANDESMEISTERSCHAFTEN 2021 STEHEN FEST

Das Präsidium des BWTV hat einstimmig entschieden, die Landesmeisterschaften 2021 an die Veranstalter zu vergeben, die 2020 dafür vorgesehen waren und aufgrund der Corona-Krise nicht zum Zuge kamen. Das heißt, die baden-württembergischen Meistertitel werden 2021 in Mühlacker (Sprint), Tübingen (olympische Distanz), Malterdingen (Mitteldistanz) und Ihringen (Mixed Team Relay) vergeben. „Wir wollten den Veranstaltern damit das Vertrauen aussprechen und frühzeitig Klarheit schaffen, nachdem sie dieses Jahr nicht zum Zuge gekommen sind", so BWTV-Geschäftsführer Peter Mayerlen. „Wir sind überzeugt davon, dass wir damit in 2021 wieder stimmungsvolle und hochwertige Meisterschaftsrennen erleben werden." Die genauen Termine stehen noch nicht fest und werden im Lauf des Herbstes bekannt gegeben.

BAYERN

info@triathlon-bayern.de | www.triathlon-bayern.de

VERBANDSJUGENDTAG UND VERANSTALTERTREFFEN

Der Verbandsjugendtag und das Veranstaltertreffen 2020 finden als Präsenzveranstaltung am 19.09.2020, in Ingolstadt statt. Von 10.00 bis ca. 12.00 Uhr macht der Verbandsjugendtag den Auftakt. Die Themen reichen von den Berichten der Verantwortlichen über die Berichte aus den Bezirken bis hin zu Neuerungen im Wettkampfsystem Nachwuchs Bayern/Bezirke 2021 und der Entwicklung der TriDays und TriPoint-Konzepte. Im Anschluss an den Verbandsjugendtag findet ab 13.00 Uhr das Veranstaltertreffen statt. Eine alternative Teilnahme via Videokonferenz ist hier mit gesonderter Einladung möglich. Die vollständigen Einladungen und Tagesordnungen finden Sie auf der Website des BTV.

ULLA CHWALISZ ZIEHT SICH ALS BTV-VIZEPRÄSIDENTIN ZURÜCK

Mit Wirkung zum 13.08.2020 zieht Ulla Chwalisz ihr ehrenamtliches Engagement im Präsidium des Bayerischen Triathlon-Verbands zurück. „Aus persönlichen und privaten Gründen wird es mir zukünftig nicht möglich sein, die Aufgaben der Vizepräsidentin mit dem erforderlichen Elan auszuführen", so begründet sie den Schritt. Ulla Chwalisz war seit 2019 im Amt der Vizepräsidentin. Sie war maßgeblich an der Gestaltung der Verbandskommunikation im Inneren und nach außen beteiligt. Darunter fällt beispielsweise das Einrichten einer Veranstaltersprechstunde. „Wir bedauern die Entscheidung, danken Ulla Chwalisz jedoch für ihr Engagement!", sagt BTV-Präsident Gerd Rucker. Die Position wird bis zum BTV-Verbandstag im Herbst unbesetzt bleiben.

ERFOLGREICHE WETTKAMPFDURCHFÜHRUNGEN

Trotz außergewöhnlicher Umstände und Abläufe konnten Veranstalter am Thumsee, in Oettingen und München Wettkämpfe durchführen. Das Fazit aller Beteiligten fiel jeweils positiv aus: reibungslose Abläufe bei höchster Sicherheit, gute Zusammenarbeit aller Stellen und nicht zuletzt viel Freude am Sport. Das Team des **TSV Bad Reichenhall** mit Organisationsleiter Werner Meyer wagte es Mitte Juli als erstes, einen Wettkampf in Bayern unter Corona-Auflagen durchzuführen. Belohnt wurden sie mit gutem Wetter, einem reibungslosen Ablauf und glücklichen Sportlern. Mit der 32. Auflage des **Oettinger Triathlon** schaffte es Anfang August ein weiterer Traditionsveranstalter ein Rennen im außergewöhnlichen Jahr 2020 durchzuführen. Insgesamt 132 Triathleten überquerten die Ziellinie. „Sowohl den Veranstaltern und Helfern als auch den Athleten kann ich nur gratulieren. Alles hat reibungslos und ohne große Worte gepasst", sagte Schwabens Kampfrichterobmann Ingo Spiegel. Allen Beteiligten ist es auch beim **3MUC Triathlon** zu verdanken, dass das zweitägige Triathlon-Event Mitte August reibungslos ablief. Während das Orga-Team über Wochen hinweg gemeinsam mit Behörden passende Konzepte erarbeitet hatte, setzten Helfer, Sanitätsdienst, Wasserwacht, Zeitnehmer, Kampfrichter und nicht zuletzt die Athleten die Vorgaben perfekt um und sorgten so für ein rundum gelungenes Wochenende. Dort waren am Samstag im Rahmen des Volksdistanzrennens auffällig viele Triathlon-Neulinge am Start. Am Sonntag versammelte sich ein Feld mit hohem Leistungsniveau auf der olympischen Distanz. Weitere Veranstalter arbeiten an der Umsetzung von Wettkämpfen.

© 3MUC Triathlon

3MUC Triathlon: ein voller Erfolg trotz Einschränkungen

KADERATHLETEN TESTEN IHRE FORM

Einzig den starken Norweger Christian Blumenfelt musste **Simon Henseleit** (Tri-Team Schongau) beim Mostiman Ende Juli ziehen lassen. Für den 20-jährigen aus Steingaden war dies nach überstandener Verletzungspause ein erfolgreiches Comeback in einem starken Starterfeld. Der neue österreichische Staatsmeister Alois Knabl platzierte sich nur eine Sekunde vor Maximilian Sperl (SC Delphin Ingolstadt) auf dem zweiten Podiumsrang. **Anabel Knoll** (SC Delphin Ingolstadt) stieg im Damenfeld als Zweite auf das Rad. Doch die österreichischen Damen mit Therese Feuersinger, Lisa Perterer und Julia Hauser kämpften sowohl auf der Rad- als auch auf der Laufstrecke um das Heim-Podium. Am Ende wurde es so für Anabel Knoll der vierte Platz. Auch die weiteren Ergebnisse der Athleten stimmten Trainer Roland Knoll positiv: „Wir konnten eine geschlossen starke Leistung abliefern. Die Resultate reflektieren einerseits unser gut angepasstes Training während der Corona-Zeit und zeigen andererseits die Perspektive auf, die wir in der nächsten Saison haben: mehrere sehr starke Sportler mit Potenzial."

Während die älteren Kaderathleten beim Mostiman starteten, gab es für die jüngeren Sportler unter Leitung von Landestrainer Stephen Bibow eine Test-Woche, die mit einem geschlossenen Rennen am Sonntag ihren Abschluss fand. In vier Gruppen wurde im Firmen-Pool

des Sponsors MEMMERT geschwommen und rund um die Fabrikhallen auf einem kurvenreichen und anspruchsvollen Kurs geradelt und gelaufen. Am Ende zeigt sich der Trainer mit den Leistungen zufrieden: „Wir konnten heute eine ungewöhnliche Saison mit einem ehrgeizigen Rennen, aber auch mit viel Spaß an der Sache abschließen. Dabei gab es viele sehr gute und sogar einige herausragende Leistungen." Die Athleten gehen nun in die verdiente Sommerpause.

KONRAD PUK: „WER NICHT ANFÄNGT, HAT SCHON VERLOREN!"

Mit 53 Jahren fand Konrad Puk zum Triathlon. Heute, mit 72, ist er immer noch mit vollem Einsatz dabei. Was so schon größte Anerkennung und Beachtung findet, das dürfte durch seinen Kampfeswillen nur noch gesteigert werden. Denn im vergangenen Jahr stürzte der Athlet des SV GW Holzkirchen in der Vorbereitung auf die Duathlon-WM in Zofingen schwer. Er zog sich mehrere Knochenbrüche, darunter an der Halswirbelsäule, sowie außerdem Prellungen und Platzwunden zu – und schätzte sich dennoch glücklich, dass der Sturz in Anbetracht der Schwere glimpflich ausgegangen war. Nichtsdestotrotz musste er sich mehreren Operationen unterziehen und eine lange Erholungszeit samt Reha-Maßnahmen in Kauf nehmen. Doch davon ließ sich der passionierte Ausdauersportler nicht aufhalten und hatte eigentlich sein Wettkampf-Comeback in diesem Jahr geplant. Wir haben uns mit ihm darüber unterhalten. Das Interview lesen Sie auf der Website des BTV.

Konrad Puk auf dem Weg zurück ins Wettkampfgeschehen

BERLIN

gf@btu-info.de | www.btu-info.de

BERLINER JUNIOREN BEIM EUROPACUP IN OLSZTYN

Im polnischen Olsztyn fand am 21.08.2020 einer der wenigen ETU-Junioren-Europacup-Wettbewerbe in diesem Jahr statt. Aus Berlin machten sich **Benedikt Bettin** und **Janne Büttel** auf die lange Fahrt bis in die Masuren (beide Team-Berlin). Benedikt konnte sich mit einem sehr guten Schwimmen (750 m) im vorderen Teil des Feldes einsortieren und stieg als Elfter vom Rad (20 km). Mit einem zügigen Lauf in 17:07 min (5 km) lief er noch bis auf Platz 8 vor und wurde damit zweitbester Deutscher. Janne erwischte leider keinen guten Tag und kam unter seinen Erwartungen auf Platz 30 ins Ziel.

BERLINER TEAMS MIT STARKER VORSTELLUNG

Ende Juli fand das 2. Rennen der diesjährigen Triathlon-Bundesliga statt. Coronabedingt wurde dieses als dezentraler Swim & Run ausgetragen. Das hieß, alle Athleten absolvierten im Fernduell ein 800 Meter Schwimmen und nach einer Pause einen 5.000-Meter-Lauf. Die Zeiten der jeweils drei schnellsten Sportler kamen in die Wertung. Mit dabei waren die beiden Berliner Erstligateams vom **TuS Neukölln** bei den Damen und **Team Berlin** bei den Herren, welche in Hohenschönhausen und Kienbaum an den Start gingen. Für Neukölln kämpften Sophia Weiler (Platz 6), Lara Ungewickell (14), Emma Thiele (29) sowie Livia Eggler (40) und belegten einen hervorragenden 4. Platz hinter Buschhütten, Potsdam und Viernheim. Sophia Weiler erreichte dabei in der Einzelwertung sogar den 6. Platz (10:21 min Schwimmen, 17:47 min Lauf). Bei den Männern vom Team Berlin gingen Janne Büttel (Platz 17), Till Kramp (19), Benedikt Bettin (20), Jerermias Siehr (26) und Jonas Kleemann (21) an den Start. Das jüngste Team im Feld belegt dabei einen starken 7. Platz. Es siegte das Team aus Buschhütten vor Saarbrücken und Münster.

Benedikt Bettin (Team Berlin), Timo Behrens und Fabian Schönke im Kampf um die Top 10

Die Berliner Erstligateams kämpften gemeinsam im Sportforum Hohenschönhausen.

BERLINER ZWEITLIGA-TEAMS ÜBERZEUGEN BEIM BUNDESLIGA SWIM & RUN

Beim 2. Wettkampf der diesjährigen 2. Triathlon-Bundesliga Nord boten die Berliner Teams eine phänomenale Leistung. Ausgetragen wurde, wie bereits eine Woche zuvor in der 1. Bundesliga, ein dezentraler Swim & Run über 800 Meter Schwimmen und 5.000 Meter Laufen (mit Pause). Bei den Frauen holte sich die Startgemeinschaft **TuS Neukölln/SCC Berlin** den zweiten Platz hinter Köln und vor Lohne. In die Wertung für das Berliner Team kamen:

Henriette Grassmann (10:23 / 20:16 min, Gesamt-Einzelwertung Platz 5)
Marie Reichert (11:57 / 19:50 min, Platz 11)
Isabel Krüger (11:11 / 20:48 min, Platz 12)

Noch einen Platz weiter oben konnten sich die Männer vom **Team Berlin** behaupten. Sie holten sich den Gesamtsieg vor den Mann-

schaften aus Weimar und Hamburg. Besonders bemerkenswert war dabei die Leistung von Simon Wendlandt, der sich mit einer erstligareifen Performance den Sieg in der Einzel-Tageswertung holte. In die Wertung kamen:
Simon Wendlandt (9:49 / 15:13 min, Gesamt-Einzelwertung Platz 1)
Maurice Witt (9:38 / 16:09 min, Platz 7)
Sascha Vetter (10:13 / 16:07 min, Platz 13)
(alle Schwimmzeiten inklusive 10 Sekunden Kurzbahn-Zeitaufschlag)

BRANDENBURG

Brandenburgischer Triathlon Bund

geschaeftsstelle@btb-triathlon.de | www.btb-triathlon.de

TRIATHLON IN CORONA-ZEITEN

Eins ist klar: Das Jahr 2020 wird ein ganz besonderes Trainings- und Wettkampfjahr für alle Triathleten, deren Trainer und Begleiter – und man wird sich lange daran erinnern.
Neben den bekannten Einschränkungen gab es auch einige tolle Aktionen in den brandenburgischen Vereinen, die hier beispielhaft erwähnt sind.

Nachwuchstraining beim TSV Cottbus

Die Sportler des **TSV Cottbus** bekamen während des Lockdowns durch ihre Trainer Trainingspläne zugeschickt, um individuell trainieren zu können. Einige Nachwuchs-sportler nutzten die Zeit ohne Schulbesuch für neue Trainingsrekorde. Ganz Ungeduldige haben bereits Anfang April die Freiwassersaison für das Schwimmen eröffnet. Darüber hinaus führte der TSV zwei Fernwettbewerbe durch: das traditionelle Bergzeitfahren über 1,5 km mit 12 % Steigung und ein Run & Bike über 4,5 km Rad und 1 km Laufen. Nachdem das gemeinsame Training wieder möglich war, fand am 21.06.2020 auf den Wettkampfstrecken des abgesagten OstSEE Triathlon die erste TSV-Meisterschaft im Triathlon statt – somit gibt es dank Corona erstmals TSV-Meister.

Auch andere Vereine waren kreativ und haben die Zeit für individuelles Training, gemeinsame Aktionen und kleinere Wettbewerbe genutzt. Der **Rundendreher e. V.** hatte für den Nachwuchs Lauf- und Athletik-Challenges durchgeführt. Die Bernauer Lauffreunde erradelten bei einem 24-h-Radrennen „Kilometer für Kinder“ Spendengelder für krebskranke Kinder. Und Athleten der Vereine **Multisport LOS** und **MSV-Tripoint Frankfurt/Oder** organisierten vereinsübergreifende Schwimm- oder Swimrun-Trainings und nahmen am Kanalschwimmen, Rad-Specials oder virtuellen Spendenläufen teil. Alle Beteiligten hatten viel Spaß an der Bewegung.

Am 21.08.2020 – dem wohl heißesten Tag des Jahres in Brandenburg – fand der 11. Schultriathlon um den Cup des Fördervereins des Rouanet-Gymnasiums Beeskow statt. 66 Schüler nahmen an diesem Wettbewerb teil, davon 7 Einzelstarter und die übrigen Teilnehmer in Staffeln. Organisiert wurde diese Veranstaltung durch den Verein Multisport-LOS e. V., der mit zehn eigenen Helfern sowie zahlreichen Schülern des Rouanet-Gymnasiums den perfekten Ablauf des Wettbewerbes sicherstellte. Sieger in 21:08 Minuten war Einzelstarter Lawrence Riback mit neuer Bestzeit. Das schnellste Herrenteam kam 31 Sekunden dahinter ins Ziel. Aber auch die Damenstaffeln haben sehr beachtenswerte Ergebnisse abgeliefert und kamen in einem Zeitfenster von knapp fünf Minuten nach den Siegern ins Ziel und ließen so manche „starke Männer“ hinter sich. Am Ende haben alle Teilnehmer glücklich und stolz das Ziel erreicht.

WETTKÄMPFE IM SEPTEMBER

Das Triathlonjahr neigt sich bereits dem Ende zu, und wir freuen uns, dass im September noch ein paar Veranstaltungen stattfinden – vielleicht ist ja auch für Euch was dabei!

12./13.09.2020: 4. STADLER Erkner-Triathlon
Der 4. STADLER Erkner-Triathlon findet statt, ebenfalls mit ein paar Änderungen. Highlight wird der Start eines DTU-Bundesliga-Laufs sein. Beim Schwimmen wird es einen modifizierten Zeitplan, einen „rolling start“ und eine Liveübertragung des Zieleinlaufs auf Facebook geben.

19./20.09.2020: Spreewald Duathlon
Am 19./20.09.2020 wird ein Spreewald Duathlon mit folgenden Distanzen angeboten: 16-84-5 km am Samstag sowie 5-20-5 km, 5-11-2 km und 2-11-1 km am Sonntag.

NACHRUF – CHRISTIAN HOMAGK VERSTORBEN

Der Brandenburgische Triathlon Bund trauert um seinen langjährigen Vorsitzenden Christian Homagk. Nach langer Krankheit ist er am Mittwoch, den 22. Juli 2020, gestorben. Christian Homagk war einer der Mitbegründer der Triathlonszene in der DDR und lange die treibende Kraft mit seinem Verein SV Neptun 08 Finsterwalde. Die von ihm seit 1985 ins Leben gerufenen Wettkämpfe sind Klassiker geworden. Gemeinsam mit seiner Frau baute er eine herausragende Nachwuchsarbeit in Finsterwalde auf. Christian Homagk war ein Mensch mit unheimlichem Engagement und Durchsetzungsvermögen, der auch im Präsidium der Deutschen Triathlon Union geschätzt und angesehen war. Mit ihm geht ein wichtiges Stück brandenburgische und ostdeutsche Triathlongeschichte. Den Angehörigen und der Familie von Christian Homagk spricht der Brandenburgische Triathlon Bund sein tiefes Mitgefühl aus.

Trauer um Christian Homagk

BREMEN

geschaeftsstelle@triathlon-bremen.de |
www.triathlon-bremen.de

In dieser Saison war alles anders, und auch im kleinsten Landesverband standen die Uhren still. Alle Veranstaltungen wurden abgesagt, und die Organisatoren hatten alle Hände voll zu tun, um die Absagen abzuwickeln. Dabei wurden Lösungen gefunden, die für alle akzeptabel waren.

ERSTER „ONLINE GEWOBA CITY TRIATHLON BREMEN"

Zufrieden waren die Macher des GEWOBA City Triathlon nicht, und so entstand der erste „Online GEWOBA City Triathlon Bremen". **Alleine und doch gemeinsam** – unter diesem Motto wurde dieses Projekt ins Leben gerufen. Um die Teilnehmenden nicht vor unlösbare Probleme zu stellen, wurde der Schwimmsplit für alle vom sportlichen Leiter Bernd Rennies übernommen. Mit dieser und der auf eigenen Strecken gemessenen Zeit meldeten am 09.08.2020 bis 18.00 Uhr über 200 Athleten ihre Ergebnisse. Überall dort, wo Rad gefahren und gelaufen werden konnte, waren Menschen in der ganzen Republik unterwegs, und sogar aus Österreich und Dänemark erreichten den Veranstalter Resultate. Zwar lagen 270 Meldungen vor, aber am Veranstaltungstag hielt die große Hitze einige von sportlichen Aktivitäten ab.

© G. Pszarski-Rennies

Orgateam GEWOBA City Triathlon

Volksdistanz

1. Tanja Elmers und Niklas Dellke (beideTriathlöwen Bremen)
2. Lara Slavik (Triathlöwen Bremen) und Marcus Cords (FOR BROTHER)
3. Carlotta Schmöe (TV Scheeßel) und Marek Dierks (Triathlöwen Bremen)

Olympische Distanz

1. Eva Voßhans (Triathlon Club Bremen) und Finn Große-Freese (TG triZack Rostock)
2. Maria Sell (Triathlöwen Bremen) und Axel Josefs (Bochholter WSV)
3. Nicole Letford (Bremen) und Marlon Thomas (Hamburg)

Am Ende waren alle zufrieden. Die Organisatoren und die Projektleiterin Nina Schneidewind freuten sich über die gute Resonanz und die vielen positiven Zuschriften. Die Bilderflut und die große Menge an kreativen Videos drückten die große Zufriedenheit unter den Teilnehmenden aus. Jetzt hoffen wir, dass viele im nächsten Jahr den Weg nach Bremen finden und am 8. August 2021 beim 9. GEWOBA City Triathlon und den Deutschen Meisterschaften auf der olympischen Distanz starten. Dann heißt es wieder: **Ab ins Wasser, aufs Rad und in die Laufschuhe.**

DAS FRAUENTEAM IM TRIATHLON CLUB BREMEN (TCB)

Triathlon boomt und auch in Bremen stellen wir ein erhöhtes Interesse fest. Jetzt brauchen wir nur noch ein wirksames Mittel, um die Pandemie in den Griff zu bekommen und können dann hoffentlich bald wieder miteinander in annähernd gewohnter Weise Sport treiben und an Wettkämpfen teilnehmen. Auf alle Fälle möchte das Frauenteam des TCB in der Oberliga durchstarten. Deshalb sind sie auf der Suche nach motivierten und ambitionierten Triathletinnen oder solchen, die sich vorstellen können, es zu werden. Dabei geht es ihnen nicht nur um den Ligabetrieb, sondern auch um die Belebung des Vereinslebens. Obwohl im Triathlon jede auf sich gestellt ist, haben sie Lust auf Mannschaftsgeist und Teamfeeling. Auch für das Training gibt es gute Ideen und Ansätze, es auf die Bedürfnisse des Frauen-Ligateams abzustimmen. Wer sich angesprochen fühlt, findet unter triathlon-club-bremen.de die entsprechenden Ansprechpartner.

© TCB

TCB Damenteam Orgateam

FERIENFREIZEIT UND TRIATHLON BEI BREMEN 1860

Die Ferienfreizeit bei Bremen 1860 ist seit Jahren ein beliebter Treffpunkt für Kinder und Jugendliche in Bremen. Auf dem Vereinsgelände am Baumschulenweg bietet der Verein ein umfassendes und buntes Ferienprogramm für Kinder, um die Betreuungsprobleme der Eltern innerhalb der schulfreien Zeit zu lösen. In diesem Jahr gab es für die Älteren etwas Besonderes. Im Rahmen eines Projekts konnten sie sich mit dem Triathlonsport vertraut machen, Geschichten vom Ironman Hawaii hören und im Rahmen einer Mitmachaktion verschiedene Räder ausprobieren. „Einmal auf einer richtigen Triathlonmaschine sitzen", das wird bei vielen in nachhaltiger Erinnerung bleiben. Durch einen Besuch unserer Jugendtrainerin Marie-Claire Haag mit ihren eigenen Kindern und Schützlingen konnten sie außerdem etwas über das Training aus berufenem Mund erfahren und konnten so ihre eventuell neue Trainerin gleich kennenlernen.

HAMBURG

hhtv.triathlon@web.de | www.hhtv-triathlon.de

IN MEMORIAM HELMUT PROBST

Helmut Probst, zusammen mit Kalle Most einer der beiden Begründer des Großensee-Midsummer-Triathlons, ist am 15.08.2020 im Alter von 81 Jahren leider verstorben. Helmut war mit Leib und Seele Triathlet und hatte stets zwei offene Ohren für alle Sportler, weil er selbst ein Sportlerherz in sich trug und immer im Sinne der Sportler entschied. Ihm zu Ehren wird der in diesem Jahr für den 13. September geplante Midsummer-Triathlon in „Helmut-Probst-Gedächtnistriathlon" umbenannt. Wir werden Helmut stets in bester Erinnerung behalten.

Trauer um Helmut Probst

ENDLICH WIEDER WETTKAMPF!

Endlich wieder ein Hauch von Wettkampf! Beim ersten dezentralen Swim & Run der Deutschen Triathlon Union durften die Mädels und Jungs vom Tri Team Hamburg mal wieder den Tiger aus dem Tank lassen! Die Jungs haben es sogar auf das Treppchen mit dem Bronzerang geschafft.

TRIATHLON WÄHREND CORONA

Einige unserer jungen Athleten haben im August ein kleines Triathlon-Training (drei Durchgänge à 0,3/5,5/1,2) mit Wettkampfcharakter organisiert. Die Einheit diente als Training des RSC Lüneburg sowie einiger externer Athleten (u. a. des 2. Liga-Team vom Tri Team). Geschwommen wurde im See im Großen Moor in Seevetal, geradelt und gelaufen dann auf den angrenzenden Straßen – natürlich unter Berücksichtigung der StVO und der gültigen Abstandsregelung. Tolle Idee!

KIRA LINDNER AUF DEM WEG ZUR SPITZE

Dank ihrer ausgezeichneten Leistungen im vergangenen Jahr konnte sich die 16-jährige Kira Lindner vom VaF-Triathlon erfolgreich an der Elite-Schule des Sports in Potsdam bewerben (Bundesstützpunkt Triathlon). Ab August wird Kira dort trainieren und zur Schule gehen. Damit ist Kira ihrem großen Ziel, Profi-Triathletin zu werden, einen gehörigen Schritt nähergekommen!

Kiras erster Wettkampf war mit sechs Jahren der VAF Swim & Run. Jedes Jahr nahm Kira an der Tri-Kids-Serie teil. Ob beim Vierlanden-Triathlon, Stadtpark oder Norderstedt, Kira war begeistert dabei. Ihre Lieblingsdisziplin ist das Radfahren, und auch mit dem Laufen hat sie sich mit der Zeit immer mehr angefreundet. Schwimmen trainiert Kira seit 2016 beim SV Eidelstedt, erst in der Sportgruppe, dann in der Leistungsgruppe.

Im vergangenen Jahr wurde Kira beim Hamburger Nachwuchs-Sporttalent nominiert und kam unter die ersten zehn.

2019 war auch ihr erstes Jahr im Hamburger Leistungskader, und sie konnte ihre Leistungen im Deutschland-Cup von Platz 36 im ersten Wettkampf auf Platz 16 im letzten Wettkampf stetig verbessern. In diesem Jahr gab es nur den Swim & Run beim VAF, den sie in ihrer Altersklasse mit elf Minuten Vorsprung gewann, wobei sie als Gesamtzweite Nina Rosenblatt dicht auf den Fersen war.
Wir wünschen Kira für die Zukunft reichlich Sonne in den Speichen!

„MIT ABSTAND" – TRI-SCHNUPPERWOCHE FÜR DIE JUGEND

Eine ereignisreiche, regnerische und sehr aktive Triathlon-Schnupper-Ferienwoche konnte der VAF mit Unterstützung des HHTV vom 06.–10.07.2020 für die Jugend anbieten. Trotz widriger Umstände (darf sie überhaupt stattfinden, welche Hygienemaßnahmen müssen eingehalten werden, sind kleinere Gruppen erforderlich, gibt es viel Regen und dürfen wir überhaupt ins Schwimmbad?) war die Woche ein voller Erfolg.

Vormittags trainierten die Acht- bis Zwölfjährigen im Volkspark, im Schwimmbad und in der Sporthalle des VAF mit Spiel und Spaß die Ausdauersportart Triathlon. Nach dem Mittag waren dann die Älteren dran.

Der Wettergott meinte es nicht immer gut mit den Ausbildern und Sportlern, jedoch hat es der Gesamtstimmung nicht geschadet. Es wurde gelaufen, Rad gefahren, Auf- und Absteigen geübt. Es wurden die Wechsel in der Wechselzone geübt, und kleine Wettspiele ergänzten die Übungen. Im Schwimmbad wurde ein wenig an der Technik gefeilt, die Kondition verbessert und gespielt. Am letzten Tag fand dann ein Mini-Triathlon statt. Die Kinder durften sich ihre Strecken selbst aussuchen, je nach dem, was sie am besten konnten. Alle haben sich toll eingeschätzt und den Abschluss-Wettkampf souverän gemeistert. Bei der Siegerehrung waren alle wieder trocken, sauber und mächtig stolz auf ihre Leistungen.

Mit Urkunde, Trinkflasche, VAF-Beutel und Naschis gingen die Kinder fröhlich und ein wenig kaputt nach Hause. Eine durchweg gelungene Woche!

HESSEN

info@hessischer-triathlon-verband.de | www.hessischer-triathlon-verband.de

BÜDINGER CHARI DUATHLON UND LICHER-CROSS-TRIATHLON

Zwei Triathlon-Veranstaltungen haben am 15./16.08.2020 das erste Mal seit Beginn der Corona-Beschränkungen in Hessen stattgefunden: der **Licher-Cross-Triathlon** und der **Büdinger Chari Duathlon**. Vorbildlich verhalten haben sich die Athleten bei beiden Veranstaltungen. Disziplin beim Abholen der Startunterlagen, Einchecken, im Wettkampf. Überall wurde darauf geachtet, den Abstand einzuhalten. Großzügige Wechselzonen und zeitversetzte Einzelstarts: Alle fünf Sekunden sprangen die Crosstriathleten in

Lich ins dunkle Wasser des Waldschwimmbades, alle 20 Sekunden wurden die Duathleten in Büdingen auf die Strecke der ersten Teildisziplin geschickt. Fazit: So kann Wettkampfsport in Zeiten von Corona funktionieren.

Startaufstellung Sprint beim Duathlon in Büdingen

Insgesamt war das Kontingent an Startplätzen bei beiden Veranstaltungen limitiert. „In Summe hatten wir ungefähr 200 Teilnehmer", sagen Markus Reutzel (Büdingen) und Oliver Müller-Secci (Lich) unisono. „Die Athleten waren sehr dankbar, endlich wieder einen realen Wettkampf machen zu können", so Katrin Müller, HTV-Vizepräsidentin für Veranstaltungen. „Die beiden Veranstaltungen sind ein tolles Beispiel dafür, dass unser Sport – wenn auch unter Auflagen – wieder im Wettkampfbetrieb möglich ist." Der HTV bedankt sich herzlich bei den Veranstaltern und den Helfern, die unter enormem Einsatz jeweils Konzepte erarbeitet und umgesetzt haben, um die geltenden Auflagen zu erfüllen! Durch ihren Einsatz haben sie belegt, dass auch in diesen schwierigen Zeiten eine Veranstaltung machbar ist, auch wenn der Aufwand erheblich höher als früher ist.

LICHER-CROSS-TRIATHLON: „ES HAT EINFACH NUR SPASS GEMACHT, MAL WIEDER IM WETTKAMPFMODUS ZU SEIN."

Der Hessische Triathlon Verband sprach mit der Siegerin des Licher-Cross-Triathlons, Rebekka Ott (Triathlon Wetterau), über ihre Renneindrücke unter Corona-Bedingungen.

Rebekka, wie war das für Dich, Triathlon in Zeiten von Corona, hast Du Dich sicher gefühlt?
Für mich war der Licher-Cross-Triathlon das erste richtige Rennen in diesem Jahr. Die Athleten haben sich vorbildlich verhalten, die Stimmung war sehr positiv. Jeder war froh und dankbar, endlich mal wieder ein richtiges Rennen bestreiten zu können. Ich habe mich immer sicher gefühlt, denn alle haben auf die Abstandswahrung geachtet. Es hat einfach nur Spaß gemacht.

© Jörg Theimer / @volkslaufbilder

Rebekka Ott, Siegerin beim Licher Cross-Triathlon

Was war anders als sonst, wie wurde das Hygienekonzept des Licher Triathlonvereins umgesetzt?
Im Ablauf hatten sich viele Dinge geändert: Bevor ich meinen Starterbeutel abholte, wurde ich gefragt, ob ich die letzten zwei Wochen in einem Risikogebiet gewesen sei. Wenn das so gewesen wäre, hätte ich nicht starten dürfen. Klarsichtfolie trennte Helfer und Athleten bei der Startnummernausgabe voneinander. Beim Eingang in die Wechselzone standen wir mit Abstand an. Zudem wies der Veranstalter immer wieder mit Durchsagen darauf hin, auf den Abstand in der Schlange zu achten.

Welche Regelung gab es zum Abstand in der Wechselzone?
In der großzügigen Wechselzone auf der Wiese beim Licher Waldschwimmbad hatten wir mindestens zwei Meter Abstand zum nächsten Wechselplatz. Die Wettkampfbesprechung fand per Lautsprecherdurchsage dezentral statt. Zu dem Zeitpunkt befanden sich alle Athleten in der Wechselzone, jeder an seinem Radplatz. Damit gab es keine Gruppenbildung. Alle 5 Sekunden startete ein Teilnehmer. Zudem gab es eine Einbahnstraßenregelung in der Wechselzone. Ein- und Ausstieg beim Schwimmen waren separiert. Auch der Weg zu meinem Rad war deutlich länger. So wurden Begegnungen vermieden. Auf den fünf Laufrunden um das Bad mussten wir das Wasser in aufgeschraubten Flaschen selbst aufnehmen und auch unmittelbar danach in einer Mülltonne entsorgen.

Wie war Dein Rennen?
Ich bin superzufrieden, und es lief besser als erwartet. Im Wasser habe ich nur überholt, und auf dem Rad lief es auf den vier Runden à elf Kilometer sehr gut.

Wie lief die Siegerehrung ab?
Natürlich auch mit Abstand! Im Bereich zwischen Wald und Wechselzone war sehr viel Platz, die Athleten wurden einzeln aufgerufen und sind zum Podest gegangen. Hier haben wir unsere Präsente und Urkunden selbstständig aufgenommen. Das Siegerfoto mit Abstand gefällt mir sehr.

Wenn Du den Licher-Cross-Triathlon auf einer Notenskala von 1 bis 5 bewerten solltest, welche Note vergibst Du als Lehrerin?
Ganz klar eine 1. Ich werde sicherlich zur Wiederholungstäterin. Es war einfach vorbildhaft, wie das Team des Licher Triathlonvereins alles geplant und organisiert hat. Wie sich die Athleten verhalten haben, das war fairer und sauberer Triathlonsport.

HENRY GRAF GEWINNT JUNIOREN EUROPACUP IN RIGA

„Das war mein erster richtiger Triathlon mit Konkurrenz in diesem Jahr", sagt Henry Graf (MTV Kronberg) etwas müde am Telefon. Schließlich ist er erst eine Stunde zuvor von seinem Flug aus Lettland zurückgekommen. Am 16.08.2020 ist der Königsteiner in Riga mit 26 anderen Junioren über ein Supersprintformat gestartet: 375 m Seeschwimmen, 12,6 Rad- und 3,2 Laufkilometer. Als Dritter wechselte Graf auf sein Rennrad und fuhr im internationalen Quartett sogar noch eine Minute Vorsprung auf die Verfolger heraus. „Das Radfah-

ren lief etwas chaotisch, immer wieder versuchten die anderen, sich mit Attacken abzusetzen.“ Der Däne Valdemar Solok sprintete als Erster auf die Laufstrecke, drei Runden durch eine Konzertanlage. Henry blieb an seinen Fersen und überholte ihn nach einer halben Runde. Von da an bremste den 18-Jährigen nichts mehr: Mit 33:26 Minuten und 19 Sekunden Vorsprung feierte er den Sieg im internationalen Feld vor dem Spanier Mikhailova und dem Dänen Solok. Ähnlich gut lief es für Scott McClymont (REA Card Triathlon Team TuS Griesheim). Im Elitefeld feierte der angehende Polizeikommissar hinter dem Esten Rappo den dritten Platz.

LISA TERTSCH IN POLEN EUROPA-CUP-ZWEITE

Die Darmstädterin Lisa Tertsch landete eine Woche später im polnischen Olsztyn mit drei Sekunden Rückstand auf dem zweiten Rang. 1:00:01 Stunden benötigte sie für die Sprintdistanz des Europacup-Triathlons.

CAROLINE WAGNER WIRD NEUE E-KADER-TRAINERIN – JENS KLEINERT VERLÄSST DEN HTV

Jens Kleinert, für das E-Kader-Training im Hessischen Triathlon Verband zuständig, übernimmt seit dem 01.08.2020 eine neue Aufgabe. Der Darmstädter wird Referent für Leistungssport im Hessischen Innenministerium und unterstützt damit in anderer Funktion den Nachwuchssport.Caroline Wagner, Studentin der Sportwissenschaften an der Goethe-Universität Frankfurt, trainiert ab September 2020 den hessischen E-Kader. Sie betreut seit einem Jahr den Landeskader bei Wettkämpfen und Lehrgängen. Der Hessische Triathlon Verband freut sich auf die Zusammenarbeit mit Wagner. „Wir wünschen Jens Kleinert alles Gute bei seiner neuen Tätigkeit“, so Andreas Kropp, Vizepräsident Leistungssport. „Er hat neue Ideen für die Förderung unserer Schüler entwickelt und umgesetzt.“

NEUER SERVICE: HTV-STELLENBÖRSE FÜR TRAINER

Mitgliedsvereine des HTV können ihre Stellenangebote kostenlos auf unserer Website einstellen. Mailen Sie uns Ihre Stellenausschreibung, vorzugsweise als PDF-Datei, an **presse@hessischer-triathlon-verband.de**.

MECKLENBURG-VORPOMMERN

info@triathlon-mv.de |
www.triathlon-mv.de

PREMIERE IN DIERHAGEN

Pünktlich mit Rennbeginn einsetzende sintflutartige Regenfälle machten die Premierenveranstaltung des Triathlon Dierhagen zu etwas ganz Besonderem. Bei der ersten Triathlonveranstaltung in Mecklenburg-Vorpommern seit dem Güstrower Swim & Run am 29.02.2020 begaben sich rund 100 Einzelstarter, aufgeteilt in Jedermänner und Startpaßinhaber, sowie 15 Staffeln – coronabedingt in Wellen – startend auf den für alle neuen Triathlonkurs an der Ostseeküste. Durch den Wellenstart fehlte natürlich der direkte Kontakt zu den Konkurrenten, sodass von Anfang bis Ende Vollgas angesagt war. Knapp ging es dabei bei den Damen zu, wo am Ende Marie Hauer von der TG triZack Rostock ganze 12 Sekunden vor Jana Millat vom TC FIKO Rostock lag. Dritte wurde Frida Dreßler, ebenfalls von der TG triZack Rostock. Deutlicher war es bei den Herren, wo Favorit Till Kramp vom SC Neubrandenburg trotz Verlaufen auf der Laufstrecke am Ende deutlich vor Markus Liebelt (TG triZack Rostock) und Lukas Schnödewind (sportteam corpus.med) ins Ziel lief. Die Jedermannrennen entschieden Silvana Schenk (SC Neubrandenburg) und Gerrit Gelberg (Trianhas VfL Bad Arolsen/AFG Volkmarsen) für sich. Trotz der schwierigen Bedingungen zeigte die Veranstaltung in Dierhagen das Potenzial, zu einem festen und wichtigen Termin im Rennkalender des TVMV zu werden.

VEREINSINTERNE RENNEN IN NEUBRANDENBURG

Ende August trafen sich in diesem Jahr die Nachwuchstriathleten des SC Neubrandenburg zum zweiten Mal zu einem vereinsinternen Swim & Run am Wanzkaer See in Blankensee. Die Swim & Runs stehen in einer Reihe mit zum Teil individuellen Läufen, Einzelzeitfahren und Duathlons, welche die Nachwuchstriathleten des SC Neubrandenburg auch in Coronazeiten absolviert haben. In diesen wettkampfarmen Zeiten werden den Kindern und Jugendlichen so sportliche Ziele geboten, für die es sich zu trainieren lohnt. Die Rennen in Blankensee wurden in den Gruppen absolviert, in denen auch zusammen trainiert wird, sodass auch die momentan geltenden Vorgaben eingehalten wurden. Insgesamt nahmen fast 50 Kinder und Jugendliche an den verschiedenen Rennen teil. Bei den Schülern gewannen Lialotta Schultz und August Schult (SchD), Polly Vierhufe und Karlos Kamp (SchC), Paula Meyer zu Schlochtern und Jannes Gonschorek (SchB) sowie Greta Ewald und Nick Zacher (SchA). Bei den Jugendlichen waren Jette Gonschorek und Yoram Hübl (JugB), Lisa Heisig und Hannes Venter (JugA) sowie Natascha Duske und Tom Heisig (Jun) ganz vorn.

© Marko Stephan

Endlich wieder Wettkampfatmosphäre für den Nachwuchs

VERBANDSTAG 2020

Nachdem der für den 21.03.2020 geplante Verbandstag leider ausfallen musste, findet der Verbandstag des Triathlonverbandes Mecklenburg-Vorpommern nun am 24.10.2020 ab 15 Uhr in der Sportschule Güstrow statt. Wir freuen uns, die Delegationen der Vereine herzlich zu begrüßen. Eine Einladung mit Tagesordnung wurde an die Vereine verschickt.

NIEDERSACHSEN

info@triathlon-niedersachsen.de

Triathlon Verband NIEDERSACHSEN

SOMMERDUATHLON – „DUATHLON ALLEIN, ALLE ZUSAMMEN IM TVN“

Die Corona-Pandemie hat die Sportsaison 2020 auf den Kopf gestellt. Aufgrund der aktuellen Situation hatten wir uns überlegt, einen **SommerDuathlon** unter dem Motto „Duathlon allein, alle zusammen im TVN“ auszuschreiben. Unser SommerDuathlon fand am 01. und 02.08.2020 statt. Die selbst aufgezeichneten Endzeiten wurden uns zusammen mit tollen Zielfotos übermittelt. Eine Wertung erfolgte nicht, da der Spaßfaktor an erster Stelle stand. Unter allen Teilnehmern fand zudem eine Überraschungsverlosung statt. Bedanken möchten wir uns recht herzlich für die bei uns eingegangenen Spenden, die dem Veranstaltungswesen zugutekommen.

Eine tolle Alternative: SommerDuathlon

TRIMAS NIMMT DIE ARBEIT WIEDER AUF!

Nach der coronabedingten Zwangspause nimmt TRImaS mit Beginn des neuen Schuljahres 2020/21 die Arbeit nun wieder auf. Nach den Sommerferien 2020 soll es mit einem neuen Programm und Elan weitergehen. Das aktuelle TRImaS-Projekt „WIR machen DICH ... stark durch Triathlon“ will dem zunehmenden Bewegungsmangel von Schülern entgegenwirken und neue bewegungsaktive Wege der Freizeitgestaltung aufzeigen. In Absprache mit den kooperationsbereiten Schulen werden individuell gestaltete Unterstützungsarbeiten angeboten, die bei den Teilnehmenden in Projekttagen, -wochen oder längerfristiger kontinuierlicher Arbeit Bewegungs- und Gesundheitsbewusstsein aufbauen, den Teamgeist stärken sowie auf die jeweiligen Projekthöhepunkte, die Bewältigung eines eigens veranstalteten Schultriathlons, vorbereiten. Durch diese körperliche Erfahrung psychosozial gestärkte und selbstbewusste Kinder, welche die Grundbewegungsdisziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen spielend beherrschen, sind das Ziel!

„ERSTER“ TRIATHLON IN NIEDERSACHSEN 2020

Mit rund 100 Teilnehmern und einem gut durchdachten Hygienekonzept fand am 15.08.2020 im Waldbad in Wulfelade bei Neustadt ein Triathlon statt. Das war der erste Triathlon in Niedersachsen seit Beginn der Corona-Pandemie. Um endlich wieder einmal an einem Triathlon-Wettkampf teilnehmen zu können, hatten einige Teilnehmer zum Teil weite Anreisewege auf sich genommen. Das Event war sehr familiär und ging fast schon „back to the roots“ – mit digitalem Wecker und einer Wanderliste vom Start zum Ziel. Die Teilnehmer konnten bei bestem Wetter eine gelungene Veranstaltung erleben. Schön wars, mal wieder Wettkampfluft zu schnuppern.

2020 RIGA ETU TRIATHLON JUNIOR EUROPEAN CUP

Wiederaufnahme der internationalen Wettkämpfe: Am 16.08.2020 fand der ETU Triathlon Junior European Cup 2020 in Riga (Lettland) und somit die Rückkehr unserer Athleten in den Wettkampfbetrieb statt. Bei bestem Wetter und unter Beachtung der Sicherheitsprotokolle angesichts der COVID-19- Lage durften die Junioren der europäischen Länder ihre Kräfte über die Supersprint-Distanz messen. Die Distanzen unterteilten sich in 375 Meter Schwimmen, 12,6 Kilometer Radfahren und 3,2 Kilometer Laufen. Vom TVN erreichte der Triathlet Peter Spiekermann den 17. Platz bei seiner Premiere in einem ETU Junior European Cup.

ETU JUNIOR EUROPEAN CUP IN OLSZTYN, POLEN

Am 21.08.2020 konnte der in diesem Jahr zweite Wettkampf der ETU-Junior-Cup-Serie in Olsztyn ausgetragen werden. Die lange Anreise schreckte die deutschen Athleten des TVN aber nicht von einem Start ab. Trotz einer längeren Verletzungsphase und lediglich moderaten Trainingsbedingungen während der Pandemie stand für den TVN Franka Rust vom RSC Lüneburg an der Startlinie. Nach einer Schwimmplatzierung im Mittelfeld konnte sie sich auf dem Rad gut positionieren und sicherte sich durch einen starken Lauf den 5. Platz. Bei den Junioren starteten Fabian Schönke, Timo Behrens und Peter Spiekermann für den Triathlon Verband Niedersachsen. Fabian und Timo gelang nach einem starken Schwimmen eine gute Positionierung in der zweiten Radgruppe. Peter führte die Verfolgergruppe an. Im anschließenden Lauf lieferten sich Fabian und Timo ein starkes Duell um die Plätze 7 und 8. Aufgrund einer nicht eingehaltenen Zeitstrafe wurde Timo jedoch anschließend disqualifiziert. Peter erreichte insgesamt den 27. Platz. Dennoch herrschte allgemeine Zufriedenheit, und insbesondere die Aufnahme des Wettkampfbetriebs stimmte die Nachwuchssportler optimistisch für die folgende Saison.

WIR SUCHEN DICH / EUCH FÜR UNSER JUGENDTEAM

Für unser TVN Jugendteam suchen wir interessierte und motivierte Triathletinnen und Triathleten, die sich vorstellen können, im Jugendbereich – je nach zeitlicher Kapazität – Aufgaben zu übernehmen. Bei Interesse an einer Mitarbeit (auf ehrenamtlicher Basis oder im Rahmen einer Übungsleitertätigkeit) besprechen wir mit Euch aufgrund Eurer Vorkenntnisse und der jeweiligen Qualifikation eine individuelle Förderung.

Haben wir Euer Interesse geweckt? Dann meldet Euch bitte bei mir in der TVN-Geschäftsstelle unter 0511-21933511 oder per E-Mail an molloisch@triathlon-niedersachsen.de.

SAVE THE DATE

06.11.2020	Verbandstag
14.03.2021	Kampfrichter-Aus- und -Fortbildung
17.-24.10.2021	Trainer-C-Ausbildung

NACHWUCHSKADER DES NRWTV VERTRITT DEUTSCHLAND BEIM SUPER LEAGUE TRIATHLON IN ROTTERDAM – BESONDERE WETTKAMPFLUFT IN ZEITEN DES CORONAVIRUS

„Endlich Wettkampfluft!“ Unisono freute sich der Kader des NRWTV über den Super League Triathlon in Rotterdam. Das Trainerduo Andy Bullock und Dennis Krönkemeier hatte zusammen mit zehn Nachwuchstalenten die Reise in die benachbarten Niederlande angetreten, um das bisherige Training des Jahres 2020 auch mal wieder in einem Rennen umzusetzen. Spezielle Zeiten erfordern spezielle Maßnahmen, daher hatten sich die Organisatoren der Super League (zusammen mit der Sport-App „Zwift“) die sogenannten „SLT Arena Games“ ausgedacht. In der Schwimmarena hatten die Starter neben den Schwimmmetern auch Radkilometer auf der Rolle und Laufmeter auf dem Laufband zu absolvieren. Eine Besonderheit beim Laufen war, dass die Laufbänder von den Sportlern aktiv angetrieben werden mussten. Die Jugendlichen waren dabei die Allerersten, die sich in diesem Format ausprobieren durften – erfolgreich. Jeweils zehn (junge) Damen und Herren der Jahrgänge 2001–2004 traten gegeneinander an.

NEUES FORMAT MIT ZWEI KURZEN ETAPPEN

„Das war eine tolle Erfahrung für unsere Athletinnen und Athleten“, so resümierte Bullock den Sporttag in Rotterdam. „Zudem haben wir auch sehr gute Leistungen gegen eine starke und größtenteils ältere Konkurrenz gesehen.“ Diese angesprochenen Leistungen haben die NRW-Talente über zwei Etappen erbracht. Zunächst standen 200 Meter Schwimmen, vier Kilometer auf dem Rad und 1.000 Meter Laufen auf dem Programm. Es folgte eine kurze Pause, deren Länge abhängig von der erzielten Zeit im ersten Durchgang war. Die jeweiligen Sieger durften vier Minuten verschnaufen, die Konkurrenz ein wenig kürzer. „Die Spanne betrug bis zu 40 Sekunden“, berichtete Krönkemeier, der aber zudem betont: „Die Abstände in den einzelnen Disziplinen lagen oft im Bereich von wenigen Sekunden.“ Das „Finale“ bestand dann aus denselben Streckenlängen, allerdings in der Reihenfolge Radfahren, Laufen und Schwimmen.

NRWTV VERTRITT IN ROTTERDAM DIE DEUTSCHE TRIATHLON UNION

Aufgrund der Sars-CoV-2-Pandemie war der NRWTV der einzige internationale Gast in den Niederlanden. In Absprache mit Nachwuchs-Bundestrainer Thomas Möller vertrat das einwohnerstärkste Bundesland dabei die Deutsche Triathlon Union, auch wegen der geografischen Nähe. „Das ist natürlich eine schöne Auszeichnung für unsere kontinuierlich gute Arbeit der letzten Jahre“, meinte der für den Leistungssport zuständige Vize-Präsident Klemens Naber und freute sich. „Das zeigt zudem die gute und unkomplizierte Zusammenarbeit mit der DTU im Nachwuchsbereich.“ Die Bundes- und Landesfarben vertrat die NRW-Delegation mit großer Motivation. „Insgesamt waren die SLT Arena Games eine Supergelegenheit, wieder Wettkampfluft zu schnuppern in dieser schweren Zeit, und das bei diesem besonderen Rennen“, so Bullock. „Und natürlich will ein Leistungssportler immer das Beste zeigen und möglichst gewinnen, aber ob der aktuellen Umstände stand in Rotterdam die Wettkampfleistung nicht komplett im Vordergrund. Wir haben vor allem die Möglichkeit genossen, wieder ein Rennen bestreiten zu können.“

Mit dabei waren: Felipa Hermann (Brander SV), Maite Küstner (Kölner Triathlon Team), Franziska Moll (TV Werne), Marike Schneehagen (SSF Bonn) und Valesca Wippich (TV Lemgo) bei den Damen sowie Max Meckel (PSV Witten), Lukas Meckel (PSV Witten), Aron Thimm (TV Goch), Maximilian Krüger (Eintracht Ergste) und Enno Meden (Brander SV) bei den Herren

FELIPA HERMANN MIT ZWEI SIEGEN

Am erfolgreichsten nutzte und genoss Felipa Herrmann vom Brander SV diese Möglichkeit. Zwei Mal Rang eins in jeder Etappe bedeutete erstaunlicherweise auch Gesamtplatz eins. Maite Küstner (Kölner Triathlon Team 01) wurde insgesamt Vierte. Bei den männlichen Startern war Lukas Meckel aus Witten ebenfalls als Vierter der beste deutsche Teilnehmer. „Wir sind wirklich froh, bei einem solchen Event dabei gewesen zu sein. Die Organisation war top, und die Einhaltung der coronabedingten Maßnahmen war gewährleistet“, erklärte Bullock und hatte auch keinerlei Bedenken ob der momentanen Sondersituation. „Danke an die Organisatoren.“

AUSBILDUNG ZUM C-TRAINER LEISTUNGSSPORT IM OKTOBER/ NOVEMBER 2020

Auch in diesem eher ungewöhnlichen Jahr 2020 wird Jannik Elischer, A-Trainer Triathlon, wieder für den NRWTV neue C-Trainer ausbilden. Ort des Geschehens ist wie in den letzten Jahren das Sport- und Tagungszentrum Hachen im sauerländischen Sundern. Die Zielstellung des C-Trainer-Lehrgangs in der Nähe des Sorpesees ist, den zukünftigen Übungsleitern das erforderliche Handwerks- und Rüstzeug für die Ausbildung im Nachwuchsleistungssport an die Hand zu geben, um letztlich die nationale Spitzenrolle des NRWTV im Ländervergleich weiter absichern und möglichst ausbauen zu können. Elischer als Ausbildungsleiter unterstützen wird Benjamin Herrera, ebenfalls mit A-Trainer-Lizenz im Triathlon ausgestattet, sowie – wenn zeitlich möglich – einer der zwei Landestrainer Andy Bullock oder Dennis Krönkemeier, die den NRW-Nachwuchskader am Stützpunkt in Essen betreuen.

GRUPPEN-HOSPITATION AM ESSENER LEISTUNGSSTÜTZPUNKT UND SONDERMODUL ANTI-DOPING

Diese direkte Verbindung zum Leistungssport stabilisiert und intensiviert der NRWTV zusätzlich durch obligatorische Hospitationen der

angehenden Trainer. In Kleingruppen werden diese zusammen mit den Landestrainern den Alltag im Sportinternat, am Schwimmbecken, im Kraftraum, an der Laufbahn sowie auf den Radstrecken erleben. Damit wird eine enge Verzahnung zwischen den angehenden Trainern und dem NRWTV-Verbandstraining sichergestellt. Ein besonderes Element der Ausbildung wird ein Modul zur Doping-Prävention sein. Hier ist der NRWTV ohnehin bundesweit einer der Vorreiter. Trainer, Vereine und Funktionäre, die an diesem Thema ein gesteigertes Interesse haben, sollten auf der Verbandswebseite unter dem Menüpunkt „Sport -> Anti-Doping“ nachschauen und die diesbezüglichen Angebote prüfen.

AUSBILDUNGSWOCHENENDEN

Die Ausbildung ist viergeteilt und startet am letzten Oktoberwochenende am 23. Oktober. In insgesamt 90 Unterrichtseinheiten werden die inhaltlichen Schwerpunkte die Planung, die Organisation, die Durchführung und die Steuerung des Aufbau- und Anschlusstrainings für Anfänger und Fortgeschrittene im Leistungssport auf der Sprint-und Kurzdistanz sein. Die Termine sind: 1. Teil: 23.–25.10.2020, 2. Teil: 30.10–01.11.2020, 3. Teil: 06.–08.11.2020, 4. Teil: 27.–29.11.2020. Die Hospitationen werden noch organisiert. Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es unter folgendem Link:
www.nrwtv.de/verband/aus-fortbildung/angebote/

DOCH NOCH TRIATHLON UND DUATHLON IN NRW

Die Hoffnung starb naturgemäß nie mit Blick auf den Wettkampfkalender des NRWTV des aktuellen Jahres. Der anhaltende Glaube an aktiven Triathlon- und Duathlon-Sport hat sich nunmehr auch bewährt. In unserem Bundesland finden 2020 noch Rennen statt, darunter der **12. Stadtwerke Ratingen Triathlon** am 20. September und der **Eifeler Sparkassen Cross-Duathlon** am 24. Oktober in Schleiden. Beide Veranstalter mussten für ihren Event den jeweiligen Ordnungsämtern ein ausführliches und wasserdichtes Hygiene- und Sicherheitskonzept vorlegen. Beide Veranstalter mussten die Rennen zudem terminlich verschieben. Bestandteil dieser Konzepte ist eine deutlich spürbare Reduzierung der Teilnehmerfelder, schmerzlich für alle Beteiligten: für die ausgeladenen Sportler, speziell aber für die Veranstalter, deren Kosten bei weniger Einnahmen ob der neuen Maßnahmen steigen. Aber der unbedingte Wille, auch in Zeiten der SARS-CoV-2-Pandemie die jahrelang organisierte Veranstaltung aufrechterhalten zu können, sowie der Termin gegen Ende der Saison spielten den Organisationschefs Georg Mantyk (Ratingen) und Urban Scheld in die Karten. Somit dürfen sich alle Triathlonfreunde zumindest stellvertretend freuen, dass unsere tolle Sportart auch der jetzigen Ausnahmesituation zumindest ein wenig trotzen kann.

RHEINLAND-PFALZ

info@rtv-triathlon.de | www.rtv-triathlon.de

RTV VERBANDSTAG

Nachdem der RTV-Verbandstag vom 28.03.2020 coronabedingt abgesagt wurde, findet dieser jetzt am 12.09.2020 in Pirmasens statt. Ein wichtiger Tagesordnungspunkt wird die Neuwahl des Präsidiums, der Kassenprüfer und des RTV-Verbandsgerichtes sein. Im Anschluss daran folgt noch das Veranstaltertreffen.

NAHEZU ALLE WETTKÄMPFE IN RHEINLAND-PFALZ ABGESAGT

Nachdem die wichtigsten Rennen des Jahres und die komplette RTV-Liga bereits abgesagt waren, kam es im Verlauf der letzten Wochen zu weiteren Absagen im RTV-Wettkampfkalender. Lediglich vier Rennen im letzten Jahresdrittel sind bisher noch nicht abgesagt. Es sind dies am 19.09.2020 der **Swim&Run in Trier** und der **Team-Duathlon in Kusel** sowie der **Crossduathlon der LLG Wonnegau** am 25.10.2020 und das **Crazy Swimming** 100x100 in Mainz am 07.11.2020.

NACHWUCHSSPORTLER HALTEN SICH FIT

Auch ohne die Aussicht auf Wettkämpfe gingen die Nachwuchsathleten aus Rheinland-Pfalz hochmotiviert dem Training nach. Aufgrund der Schließungen der Schwimmbäder lagen die Schwerpunkte eher auf dem Radfahren und dem Laufen. Teilweise wurden sehr hohe Umfänge trainiert, die Vorgabe, auf intensive Einheiten zu verzichten, wurde zumeist beherzigt. Individuelle Leistungstests, meist auf Plattformen wie Strava dokumentiert, bildeten die Ausnahme. Einige nutzten auch Startmöglichkeiten in der Leichtathletik oder bei Radrennen, die unter den gegebenen Hygienestandards schon durchgeführt werden konnten. Für die Planung der kommenden Saison inklusive der Kadersichtung und der Talentiade wollte sich Landestrainer Gerd Uhren noch nicht festlegen. „In Anbetracht einer möglichen zweiten Welle im Herbst möchte ich die weitere Planung noch etwas nach hinten schieben.“ Die bestehenden Kaderathleten werden aber auch in der kommenden Saison dem RTV-Kader angehören.

SAARLAND

geschaeftsstelle@triathlon-stu.de
www.triathlon-stu.de

TSSH STARTET IN 2. BULI

So hat sich das Team des Tri-Sport Saar-Hochwald die Saison in der 2. Bundesliga nicht vorgestellt. Ein dezentraler Saisonauftakt hieß – Heimspiel für alle. Zu fünft ging es am Morgen des 02.08. in die Schwimmhalle am OSP in Saarbrücken, wo man optimale Bedingungen für schmerzhafte 800 Meter vorfand. Auf der Laufbahn begann dann schon früh der Kampf gegen den zehrenden Wind, der die Athleten auf den gesamten fünf Kilometer beschäftigen sollte. Jonathan Marx, Jérôme und Joshua Peter, Philipp Klein und Nils Jung sicherten sich am Ende des Tages den 12. Rang.

Nervöse Freude auf dem Swim & Run kurz vor dem Start

ANTI-DOPING-TAG DES LSVS

Trainer, Übungsleiter und Sportler ab 16 Jahren sind herzlich zum Anti-Doping-Tag an der Hermann-Neuberger-Sportschule am 31.10.2020 eingeladen. Organisiert von Uwe Armbrüster und Karin Becker, wird diese Veranstaltung sportartübergreifend durchgeführt. Ab 9 Uhr gilt es, Stars wie dem Dopingexperten der ARD Hajo Seppelt dem Triathlonweltmeister von 2007 Daniel Unger und ausgewählten Referenten der NADA zu lauschen, bevor in einer Podiumsdiskussion, moderiert von Dirk Froberg (Hessischer Rundfunk), verschiedene Ansichten und Meinungen aufeinandertreffen. Die Veranstaltung wird voraussichtlich um 14 Uhr ein Ende finden und kann zur Verlängerung der Trainerlizenzen genutzt werden.

C-TRAINER-AUSBILDUNG 2020

Nach der Freigabe der Sportschule des LSVS ist für 2020 eine Ausbildung zum C-Trainer Leistungssport zu folgenden Terminen geplant: 07./08.11., 21./22.11. und 05./06.12.2020. Interessenten bitte unter **lehrwart@triathlon-stu.de** melden.

DAS TRAINING DES LANDESKADERS NACH DER PAUSE

Nachdem seit der Schließung der Schwimmhalle im März alles versucht wurde, um den Spaß am Training aufrechtzuhalten – vom Videochat-Training zum improvisierten Triathlon am Stausee – haben sich die Athleten im Juli eine kleine Pause verdient. Danach nahmen wir wieder ein regelmäßiges Training auf. Und nun sind wir bereits einige Wochen fast wieder im Normalbetrieb unterwegs, und der Landeskader kann mehrmals in der Woche wieder gemeinsam trainieren. Die Hygienevorschriften schränken zwar noch den Nutzen der Umkleideräume und Duschen ein, und die obligatorische Maske ist ebenfalls immer dabei, aber wir können keineswegs klagen. Am letzten Augustwochenende war es ebenfalls wieder möglich, einen ersten Kaderlehrgang mit Übernachtung in der Sportschule durchzuführen. Durch die Mitarbeit und Vorsicht der Sportler und die Sensibilisierung für die Übertragungswege können wir wieder unseren größten Trumpf in Sachen Motivation ausspielen – die Trainingsgruppe. Alle sind froh darüber, dass wieder ein regelmäßiges Training stattfindet und zum größten Teil wieder Normalität herrscht. Als Nächstes stehen einige Leichtathletikwettkämpfe als Einstieg an und das Schaffen einer ordentlichen Grundlage für das nächste Frühjahr.

SACHSEN

stv-geschaeftsstelle@t-online.de
www.triathlon-sachsen.de

UNGEWÖHNLICHE ZEIT MIT NEUEN IDEEN

Mit sächsischer Beteiligung fand am letzten Juni-Wochenende das erste Bundesligarennen in diesem Jahr statt. Aufgrund der Coronakrise wurde das erste Saisonrennen virtuell als Radrennen – in Kooperation mit ZTSxPaceheads – auf der Plattform Zwift ausgetragen und ging über rund 40 Kilometer mit über 300 Höhenmeter. Bei den Männern nahmen neben dem **Dresdner Spitzen Triathlon Team** (Platz 5 in der 2. Bundesliga) mit Marco Kühne, Björn Scheibner, Jens Bavendiek und Otto Junghannß auch Philipp Dressel-Putz, Justus Töpper und Jakob von Müller an dieser neuen Wettkampfform teil. Einen fantastischen Erfolg mit Platz 3 feierten die Damen des Dresdner Spitzen Triathlon Team in der 1. Bitburger 0,0% Triathlon-Bundesliga mit Pauline Neidel, Anna Harbo Maarupgard Pedersen, Anna Heyder und Sophie Lingelbach. Herzlichen Glückwunsch!

© Martin Schroschk

Dresdner Spitzen Triathlon Team

Das zweite Rennen der 1. Bitburger 0,0% Triathlon-Bundesliga wurde als dezentraler Swim & Run ausgetragen. Dabei mussten 800 Meter im Becken und 5.000 Meter auf der Laufbahn unter Beachtung der lokalen Regelungen schnellstmöglich absolviert werden. Im Anschluss wurden die erzielten Zeiten inklusive GPS-Tracks und Videoaufzeichnungen eingesandt und die Bundesligawertung gebildet. Zum Swim & Run gab es dann Platz 8 für unsere Damen des Dresdner Spitzen Triathlon Team.

LEIPZIGER TRIATHLON VOLLER ERFOLG

Mit dem erfolgreich durchgeführten Sonnenwendschwimmen unter Umsetzung des Hygienekonzepts stieg die Vorfreude auf den 37. Leipziger Triathlon. Ein Teilnehmerrekord beim Sonnenwendschwimmen gab auch allen, die nicht dabei sein konnten, einen kleinen Eindruck, wie groß die Freude über diesen Wettkampf war. Dann war es endlich so weit. Der erste Triathlon in diesem Jahr fand mit einem Wellenstart statt. Im Minutentakt starteten je 25 Sportler. Wir danken dem Leipziger Triathlonverein und seinen Helfern, welche die Herausforderungen der Corona-Pandemie angenommen und erfolgreich gemeistert haben.

GESCHÄFTSSTELLE DES STV E. V. ZIEHT UM

Ab September ist unsere Geschäftsstelle unter folgender Adresse zu erreichen: **Am Sportforum 3 in 04105 Leipzig**. Die E-Mail und Telefonnummer bleiben unverändert. Für die Zeit des Umzugs bitten wir, unsere Hinweise auf der Homepage zu beachten.

WETTKAMPFTERMINE

13.09.2020	Rochlitzer Bergtriathlon (Landesmeisterschaft OD)
10.10.2020	Crossduathlon Limbach-Oberfrohna (Landesmeisterschaft AK bis Schüler)
17.10.2020	9. Sparkassen Bike & Run Leipzig

© Angela Töpper

Wellenstart beim 37. Leipziger Triathlon

SACHSEN-ANHALT

info@tvsa-online.de | www.tvsa-online.de

JUBILÄUMSJAHR IN UNGEWÖHNLICHEN ZEITEN

In diesem Jahr feiert der Triathlonverband Sachsen-Anhalt sein dreißigjähriges Bestehen. Auch wenn der Sport seit einigen Monaten in den Hintergrund treten musste, blickt man auf 30 erfolgreiche Jahre zurück. Stetig wuchs der Verband, vernetzte Sportler und Vereine, leistete Öffentlichkeitsarbeit, professionalisierte Strukturen und etablierte eigene Landesmeisterschaften und eine Landesliga. Mittlerweile zählt man 886 Mitglieder in 36 Vereinen. Daraus ergibt sich fast zwangsläufig das Ziel, die Mitgliedermarke von 1.000 zu überspringen. Dies soll bis zum Jahresende 2020 erreicht werden. Das Vorhaben ist keineswegs unrealistisch, wenn man bedenkt, dass sich unzählige aktive und passive Triathlonenthusiasten, die nicht in einem Verein organisiert sind, in den Sommermonaten bei den zahlreichen Veranstaltungen tummeln. Man kann zu Recht sagen: Triathlon ist Breitensport in Sachsen-Anhalt. Aber auch der Spitzensport ist zu erwähnen. Zahlreiche Top-Athleten kamen und kommen aus Sachsen-Anhalt. Stellvertretend genannt, seien hier Falk Cierpinski, Diana Riesler und Willy Hirsch. Natürlich lief in 30 Jahren nicht immer alles reibungslos. Ein „Wettkampfsterben“ zum Ende des ersten Jahrzehnts im neuen Jahrtausend und die aktuelle Coronakrise galt beziehungsweise gilt es, zu meistern. Und selbstverständlich gab und gibt es unterschiedliche Vorstellungen von der Gestaltung der Verbandsarbeit, die mitunter zu Kontroversen führen, aber gerade diese kritischen Auseinandersetzungen können sich als fruchtbar für eine Entwicklung der Verbandsarbeit erweisen. Der Verband bedankt sich jedenfalls bei allen Triathlonverrückten für 30 Jahre Treue und gute Zusammenarbeit und freut sich auf die gemeinsame Zukunft.

© Grammis Triathlon-Archiv

Anfangsjahre des TVSA: Start zum Bergwitztriathlon 1991

SAISONSTART MIT VERZÖGERUNG

Etliche Wochen und Monate mussten die Triathleten warten, um endlich wieder Wettkampfatmosphäre in Sachsen-Anhalt verspüren zu können. Das lange Warten überbrückten die Vereine und Athleten mit diversen kreativen Ideen. So absolvierten die Triathlonfüchse Osterburg ihren abgesagten **Arendsee-Triathlon** kurzerhand als vereinsinternen Wettkampf – und natürlich mit Genehmigung der Behörden. Um auch allen anderen Triathleten die Chance zu geben, am Arendsee-Triathlon teilzunehmen, rief man außerdem einen Virtual-Triathlon ins Leben. Die Triathlonfreunde Wittenberg taten es den Osterburgern gleich und organisierten den **Bergwitztriathlon** ebenfalls als virtuellen Wettkampf. Mithilfe dieser Veranstaltungen konnte die Motivation der Athleten aufrechterhalten werden, doch kam ein echtes Wettkampffeeling dabei noch nicht auf.

KNAPPE ENTSCHEIDUNGEN BEIM TRIATHLON OSCHERSLEBEN

Dieses Gefühl stellte sich erst am dritten Augustwochenende in Oschersleben ein. Schon die Teilnehmerliste machte deutlich, wie groß die Lust auf den Wettkampfsport war. Die Sportler nahmen mitunter weite Strecken auf sich, um dabei zu sein. Die Athleten kamen beispielsweise aus Münster, Kassel, Dresden oder Berlin. Mit knapp 200 Startern war das Teilnehmerlimit nahezu erreicht. Und auch qualitativ hatte der Wettkampf einiges zu bieten. Namen wie Willy Hirsch (SV Halle) und Marie Alert (USC Magdeburg) versprachen schnelle Zeiten.

Alles war wie immer, könnte man meinen. Doch weit gefehlt. Ein Hygienekonzept musste erstellt werden, wodurch Zuschauer im Freibad ausgeschlossen waren. Es gab fest zugewiesene Schwimmbahnen, und vor und nach dem Wettkampf musste ein Mund- und Nasenschutz getragen werden. Die Siegerehrung war auf die Würdigung des jeweiligen Wertungsklassensiegers begrenzt, die Zweit- und Drittplatzierten gingen diese Mal leer aus. Weiterhin verzichtete der Verband auf die Landesliga- und Einzelranglistenwertungen, da der Triathlon Oschersleben – ursprünglich als finaler Wettkampf dieser Wertungen geplant – nun die einzige entsprechende Veranstaltung gewesen wäre. Somit gibt es in 30 Jahren Verbandsgeschichte erstmals keine Landes(liga)meister.

Das Rennen selbst bot bei Männern und Frauen ein Kopf-an-Kopf-Rennen um den Sieg. Zwar wurde **Willy Hirsch** seiner Favoritenrolle gerecht, doch machte es sein ärgster Kontrahent, Hannes Butters (Saalfelder LV), bis zum zweiten Wechsel spannend. Die beste Schwimmzeit sicherte sich Butters mit einer Sekunde Vorsprung auf Hirsch. Die anspruchsvolle Radstrecke bewältigte wiederum der Hallenser drei Sekunden schneller als das Talent aus Thüringen. Seite an Seite gingen sie auf die Laufstrecke, aber mit einer starken Laufzeit konnte Hirsch das Rennen letztendlich souverän für sich entscheiden. Den dritten Platz sicherte sich Nico Markgraf (TSV Anderten), dem am Ende sogar nur 17 Sekunden auf Platz zwei fehlten. Bei den Damen siegte überraschend **Christine Becker** (VfL Wolfsburg) vor der favorisierten Marie Alert. Becker profitierte vor allem von der im Verhältnis zur Schwimmstrecke etwas überdimensionierten Radstrecke. Marie Alert konnte auf dem Schwimmabschnitt nicht genügend Vorsprung herausarbeiten, sodass sie auf der Radstrecke von der Wolfsburgerin überholt wurde. Mit einem beherzten Lauf konnte Alert den Abstand wieder verkürzen, schließlich fehlten aber 17 Sekunden zum Sieg. Den dritten Patz erreichte Doreen Baecke (Magdeburger TC). Im Anschluss an den Wettkampf lobten alle Sportler unisono die Unterstützung an der Rad- und Laufstrecke durch die Anwohner, wodurch die fehlende Stimmung im Freibad wettgemacht wurde.

Nachdem das Wettkampffeuer durch den Triathlon in Oschersleben wieder entfacht wurde, hoffen alle Triathleten im Land, dass auch die **Hölle von Q** stattfindet kann. Bei Redaktionsschluss gingen die Veranstalter noch fest von einer Durchführung aus.

SCHLESWIG-HOLSTEIN

geschaeftsstelle@shtu.de www.shtu.de

SPEZIELLE ATMOSPHÄRE BEI DEN DREI TRIATHLON-WETTKÄMPFEN IM NORDEN

Auch im Norden fiel der Triathlonsommer 2020 aufgrund der Corona-Pandemie fast komplett flach – aber eben nur fast. Immerhin drei kleine Wettkämpfe durften nach Abstimmung mit den örtlichen Gesundheitsämtern mit einem Hygienekonzept und in angepasstem Modus doch stattfinden. Angesichts des leer gewischten Terminkalenders fanden die Wettkämpfe in Langenhorn, Niebüll und Wanderup sogar mehr überregionale Beachtung als in den Jahren zuvor. Bei einem perfekten Hochsommerwettbewerb erlebte der **13. Hallig-Dreeathlon** trotz Teilnehmerlimit sogar eine Rekordbeteiligung. Genau 100 Einzelstarter meisterten den Ausdauermehrkampf der besonderen Art, bei dem die Disziplinen des Triathlons anders sortiert sind. Es geht zunächst in Einzelstarts auf die Radstrecke, ehe gelaufen und geschwommen und dann abermals gelaufen und ins Ziel geradelt wird. Die Siege gingen an Friedrich Hegge (Lübeck) und Conny Nissen (Flensburg). Klassische Triathlonformate, aber mit einem „Rolling Start" in Kleingruppen, gab es beim **After-Work-Triathlon in Niebüll** und beim **13. Wanderup Triathlon**. Knapp 300 Aktive gingen am Wanderuper Baggersee in vier verschiedenen Wettbewerben an den Start. Der Sprinttriathlon war dabei besonders hochklassig besetzt. Die Gesamtsiege holten zwei starke Juniorenasse. Die Itzehoerin Lena Miller setzte sich bei den Frauen durch, während bei den Männern Silas Schmitt aus dem bayrischen Goldbach gewann. Lasse Fitschen vom TSV Bargteheide wurde Dritter.

© Peter Schmidt

Conny Nissen gewann den Hallig-Dreeathlon an der Nordsee.

SHTU-NACHWUCHSTRIATHLETEN ERFOLGREICH BEIM EUROPA-CUP IN OLSZTYN (POLEN)

Bei 30 Grad im Schatten ging es für Julia Bröcker (Oldesloe/Potsdam) und Junias Groth (Dänischer Wohld) für die DTU an den Start beim Europa-Cup in Olsztyn. Das starke Starterfeld setzte sich aus rund 58 europäischen Athleten zusammen. Trotz der Hitze und der großen Konkurrenz sicherten sich die SHTU-Asse gute Plätze: Julia landete auf dem 14. und Junias auf dem 22. Platz. Mit den Ergebnissen der Nachwuchstriathleten ist auch Carsten Krömer sehr zufrieden und fügt hinzu: „Der Europa-Cup in Olsztyn war der erste internationale Wettkampf für die beiden."

TRAUER UM MICHAEL KRÜGER

Die schleswig-holsteinische Triathlon-Szene trauert um einen ihrer bekanntesten und ausdauerstärksten Athleten. Michael Krüger vom USC Kiel ist am 6. August 2020 im Alter von nur 56 Jahren viel zu früh verstorben. Der Kieler ist die unumstrittene Ironman-Legende des nördlichsten Bundeslandes. Mit 17 erfolgreichen Teilnahmen an den Ironman-Weltmeisterschaften auf Hawaii in den Jahren zwischen 1994 und 2012 bewies Michael Krüger eine gigantische Ausdauer und Leistungskonstanz. Als ihn 2016 in der Vorbereitung auf seinen 18. Start auf Hawaii die Diagnose ALS ereilte, wurde Michaels einzigartige Karriere jäh gestoppt. Nach vierjähriger Leidenszeit schlief er im Kreise seiner Familie ein.

Trauer um Michael Krüger

SHTU-FAMILIEN-CHALLENGE MIT GUTER BETEILIGUNG

Das Konzept breitensportlicher Veranstaltungen ohne Körperkontakt wurde von der SHTU in Form des HomeRun zu Beginn der Quarantänezeit im April ins Leben gerufen und seitdem in unterschiedlichsten Formaten weiterentwickelt. An dem Lauf im April nahmen 154 Aktive teil, im Mai radelten die Athleten insgesamt 16.121 Kilometer. Es folgten eine Athletik-Challenge und Läufe sowie Radtouren zu den Sehenswürdigkeiten des Landes Schleswig-Holstein. Schließlich stand im August die Familien-Triathlon-Challenge im Fokus, bei der drei Mitglieder einer Familie je eine Strecke absolvieren mussten. Dabei gab es die Auswahl zwischen der Kinder-Strecke, einer Sprint-Distanz und der olympischen Distanz sowie einer Mix-Variante. Manche Familien waren mit zwei und mehr Staffeln dabei, wie Familie Sandau aus Bornhöved, die mit sechs Familienmitgliedern teilgenommen hat. Sieger in der OD wurde das Team 12 vom PSV Eutin. Bei der Sprintdistanz war Familie Reusch aus Lübeck die schnellste. Wie auch bei der kürzesten Strecke (150/5/1) steht diese Familie mit dem Team Steinrade 1 ganz oben in der Ergebnisliste. Die einzige Mannschaft mit drei Generationen war hier die des SHTU-Vizepräsidenten Harald Kitzel mit Tochter und Enkel in der Endzeit auf Platz 3. Die Freestyle-Konkurrenz konnte aus allen Wettbewerben Distanzen mischen. Hier war SHTU-Präsident Kai Möller mit den Fischermen's Friends und der längsten Bewegungszeit von fast zwei Stunden dabei.

LEHRGÄNGE FÜR TRIATHLETEN

Das Thema Freiwasserschwimmen haben Bettina Lange und Kerstin Fischer rund 20 Triathleten innerhalb eines Workshops in der Eckernförder Bucht nahegebracht. Neben Stand- und Wasserstarts, dem Schwimmen mit und gegen die Welle, standen auch Orientierung im Wasser sowie Sicherheitstipps auf dem Programm.

Nach einer coronabedingten Lehrgangspause steht im Sportzentrum Malente der bereits ausgebuchte Frauen-Lehrgang vom 18.–20.09.2020 an. Neben triathlonspezifischen Lehrgangsinhalten, wie dem Freiwasserschwimmen, ist das Programm durch Stand-Up-Paddling, Athletik und Yoga sowie einem Vortrag zu Hormonen und Ernährung abwechslungsreich gestaltet. Auch für den Erwachsenen-Lehrgang im November läuft ab Mitte September das Anmeldeverfahren. Informationen dazu gibt es beim Vizepräsidenten Breitensport Harald Kitzel (harald.kitzel@gmx.de).

TOLLE ERLEBNISSE BEIM SOMMERCAMP

Unter der Leitung des Landestrainers Carsten Krömer und seiner fünf Trainer fand zum zweiten Mal das Sommercamp in Großenaspe statt. Das Lager wurde als Outdoor-Veranstaltung mit einem Hygienekonzept organisiert. Die 34 teilnehmenden Kinder wurden in eine 24/10-Kohorte fernab der Öffentlichkeit eingeteilt. So hatten die Veranstalter die Möglichkeit, neben dem Training im Schwimmen, Radfahren, Laufen und in der Athletik auch naturerlebnispädagogische Elemente in das 10-tägige Programm einfließen zu lassen.

THÜRINGEN

presse@triathlon-thueringen.de
www.triathlon-thueringen.de

STRECKENTEST ICAN NORDHAUSEN: NEUES ZIEL AM RATHAUS VERSPRICHT BESONDERES FLAIR

Zwar war es nur die Generalprobe und ein erster Test für die im nächsten Jahr am 25.07.2021 stattfindende Deutsche Meisterschaft der Triathleten über die Mitteldistanz im Rahmen des ICAN Nordhausen. Trotzdem zeigten sich die beiden Profi-Triathleten Peter Seidel (Nordhausen) und Philipp Mock (Eschwege) bereits in guter Verfassung und hoffen, diese im Laufe dieses Jahres noch bei einigen Wettkämpfen unter Beweis stellen zu können. Endlich wieder Rennoutfit und Wettkampfmaterial – auch wenn es noch nicht die Titelkämpfe waren, so spürte man eine gewisse Form von Anspannung im Vorfeld der 1,9 km Schwimmen, 90 km Radfahren und 21 km Laufen auf der Originalstrecke des ICAN Nordhausen.

© Christoph Keil

Philipp Mock, Katja Konschak und Peter Seidel vor dem Sundhäuser See

Pünktlich um 9 Uhr erfolgte bei perfektem Triathlon-Wetter mit nahezu Windstille durch Renndirektor Ulrich Konschak der Startschuss für die beiden Profis sowie die Staffel des hiesigen Triathlon Nordhausen e. V. um Katja Konschak, Dennis Morgenstern und Stephan Knopf. Dabei zeigte Profi-Triathletin Konschak, dass sie trotz zuletzt weniger Training nach der Geburt ihrer Tochter im Schwimmen wieder eine aufsteigende Form besitzt, und hielt den Anschluss an ihre beiden Kontrahenten. Dies wollte auch Dennis Morgenstern, der zuletzt alleine eine gesamte Langdistanz über die doppelte Strecke zurücklegte, er wurde nach nur wenigen Kilometern aber durch einen Platten ausgebremst, sodass er zu Beginn der zweiten Radrunde wieder zum Duo aufschloss. Dort zeigte insbesondere Philipp Mock, dass er „so gut in Form ist, wie vielleicht noch nie“ und riss an den Anstiegen immer wieder eine Lücke zu Seidel. Auf dem abschließenden Halbmarathon bildete sich schnell ein Duo um Mock und den Arterner Staffelläufer Stephan Knopf, während Seidel mit etwas Abstand sein eigenes Rennen lief. In unter 1:25 Stunden für die 21 km durch die profilierte Nordhäuser Altstadt und das Gehege war Mock nur wenige Minuten langsamer als bei seinem zweiten Platz im Vorjahr, auf dem letzten Kilometer gingen beide noch mal bis an ihre Grenze. „Für einen Test unter Wettkampfbedingungen bin ich deshalb sehr zufrieden. Im Rennen wäre es noch schneller gegangen, vielleicht sogar in Richtung Bestzeit“, meint der amtierende Deutsche Vize-Meister über die Langdistanz. Mock, Seidel und das Staffel-Trio erhielten ebenfalls bereits einen Eindruck davon, wie sich in 2021 der neu konzipierte Zielein-

Impressum
DTU Verbands-News Herbst 2020
Erscheinungsweise: viermal jährlich
Verantwortlich
Deutsche Triathlon Union e.V.
Otto-Fleck-Schneise 8 | D-60528 Frankfurt
Tel.: 069-6772050 | Fax: 069-677 20511
E-Mail: mail@dtu-info.de
Redaktion (DTU-Geschäftsstelle)
Thorsten Eisenhofer, Jonas Klee und Eva Werthmann.
Titelbild: Jan Papenfuß
Redaktion (Landesverbände)
Baden-Württembergischer Triathlonverband (Peter Mayerlen), Bayerischer Triathlon Verband (Christine Waitz), Berliner Triathlon Union (Michael Richter), Brandenburgischer Triathlon-Bund (Jörg Zimmermann), Bremer Triathlon Verband (Bernd Rennies), Hamburger Triathlon Verband (Frank-Martin Uhlemann), Hessischer Triathlon Verband (Tanja Weber), Triathlon Verband Mecklenburg Vorpommern (Jan Müller), Triathlon Verband Niedersachsen (Simone Molloisch), Nordrhein-Westfälischer Triathlonverband (Oliver Kubanek), Rheinland-Pfälzischer Triathlonverband (Gerd Uhren), Saarländische Triathlon Union (Ian Manthey | Tessa Menges), Sächsischer Triathlonverband (Angela Töpper), Triathlonverband Sachsen-Anhalt (Maik Köhler), Schleswig-Holsteinische Triathlon-Union (Niels-Peter Binder), Thüringer Triathlon-Verband (Johann Reinhardt)
Fotos
Die Fotorechte wurden von der DTU und den angeschlossenen Landesverbänden verifiziert und können auf Anfrage (geschaeftsstelle@dtu-info.de) eingesehen werden.
Allgemeines Gleichstellungsgesetz
Der Einfachheit halber wird in der Rubrik „DTU-Verbandsnachrichten“ die männliche Form verwendet, ohne dass hierdurch eine Benachteiligung der Geschlechter im Sinne des Allgemeinen Gleichstellungsgesetzes (AGG) intendiert oder gewollt ist.
Startpassempfänger wenden sich bitte bei Fragen rund um das Startpass-Abo an die Geschäftsstelle ihres zuständigen Landesverbandes. Bitte berücksichtigen Sie, dass Nachsendeaufträge der Deutschen Post für gewöhnlich keine Zeitschriften und Magazine beinhalten. Bitte stellen Sie aus diesem Grund sicher, dass Sie auch Ihrem zuständigen Landesverband Ihre neue Adresse zeitnah mitteilen. Nutzen Sie bitte hierzu das Onlineformular der Deutschen Triathlon Union unter http://www.dtu-info.de/home/amateursport/startpass/adressänderung.html.

lauf vor dem Nordhäuser Rathaus anfühlt: Nach 4:16 Stunden konnte das Trio das Zielband in die Höhe strecken. Während dies nun noch gemeinsam mit vereinten Kräften geschah, so wird im nächsten Jahr nur der Sieger erneut in diesen Genuss kommen. „Die neue Laufstrecke mit Rundendurchlauf und Ziel vor dem Rathaus hat sich bewährt und wird aufgrund des baubedingten Wegfalls des Theaters der neue Zuschauerhotspot. Es bietet ein ganz besonderes Flair für den Zieleinlauf“, sagt Renndirektor Ulrich Konschak und ist sich dessen sicher.

TRAINER-WEITERBILDUNG „SPORTERNÄHRUNG“

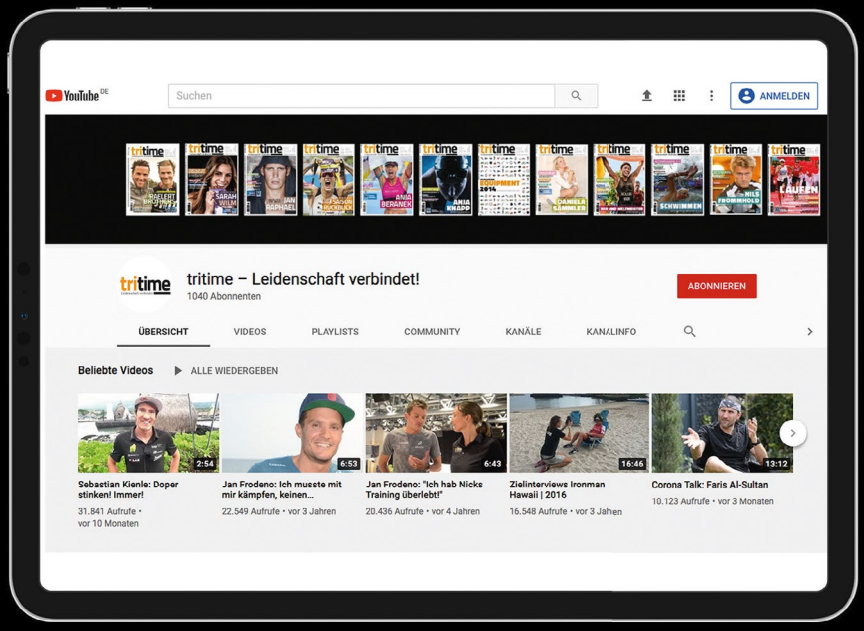
Essen und Trinken spielen eine wichtige Rolle im Leben und sind für Gesundheit, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit schon von klein auf von großer Bedeutung. Erfahren Sie in dieser Fortbildung grundlegende Einblicke in die (Sport-)Ernährung sowie die Ernährungsempfehlungen speziell für Kinder und Jugendliche. Lernen Sie zudem die Besonderheiten der Ernährung vor, während und nach dem Wettkampf/hochintensiven Einheiten kennen.

Termin: Samstag, 21.11.2020
Ort: Landessportschule Bad Blankenburg, Wirbacher Str. 10, 07422 Bad Blankenburg
Zeit: 9:00 – 16:00 Uhr
Referent: Carolin Hauck (Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Ernährungspsychologie an der Georg-August-Universität Göttingen)
Thema: Sporternährung
Teilnahmegebühr: 30,00 Euro für Trainer des TTV (sonstige: 60,00 Euro)
Anmeldung: ausschließlich per Onlineformular auf **thueringer-triathlon-verband.de**

LEHMBERG GEWINNT OLYMPISCHE DISTANZ BEIM KNAPPENMAN

Der Erfurter Triathlet Marcel Lehmberg gewann den Knappenman in Kamenz über die olympische Distanz (1,5/ 40/ 10). Der frühere Hindernisläufer profitierte dabei von seiner Laufstärke: Nach dem Radpart noch drei Minuten hinter der Spitze liegend, setzte er sich dank des stärkeren Schlussspurts mit 18 Sekunden Vorsprung gegen John Heiland (SV Halle) durch. Als Dritter gelang Henry Beck (HSV Weimar Triathlon), der vor dem Laufabschnitt mit der schnellsten Radzeit noch in Führung lag, ebenfalls der Sprung aufs Podium. „Nach zwei Jahren ohne Wettkampf aufgrund von Verletzungen war es ein gelungener Wiedereinstieg“, erklärte Beck anschließend und zeigte sich zufrieden. Lehmberg musste bis zum Ende zittern, bis er sich seines Erfolges gewiss sein konnte: Die Corona-Auflagen ließen lediglich Startwellen von 20 Athleten pro Minute zu. Heiland und Beck starteten jeweils drei Minuten hinter Lehmberg, Beck überholte Lehmberg sogar auf dem Rad. „Ich wusste, dass ich eine starke Laufform habe und konnte Henry schon in der Wechselzone wieder einholen. Ich wusste aber nicht, wie viel schneller ich beim Laufen bin“, so der Landeshauptstädter, der Ende November noch beim Europacup-Rennen in Portugal starten möchte.

Kennen Sie schon unseren YouTube-Kanal?



YouTube

tritime
Leidenschaft verbindet

tritime Women
Do it, love it, join us!