OLDENBURG
LÜTJENBURG
LENSAHN

V 26241 C

der reporter

OLDENBURG

Das Familienwochenblatt

PARTNER DER KURIER am Wochenende

famila
besser als gut!
famila Lütjenburg
famila Heiligenhafen
famila Oldenburg
Öffnungszeiten
Mo. – Sa. 7 – 21 Uhr
Sonntag 11 – 17 Uhr

Mittwoch, 16. August 2023 | 36. Jahrgang | Tel. 04361-63203 | info@derreporter.com | www.der-reporter.de | Nr. **33**

Lesen Sie den reporter auch auf www.derreporter.com

Anzeige

Deutsche Vizemeisterschaft ist geglückt –

erfolgreicher Start in der Triathlon Langdistanz

Anzeige

Glücksburg / Oldenburg. (hfr) Sonntag, 06.08.2023 um 6.45 Uhr: Der Startschuss für die deutsche Meisterschaft auf der Triathlon Langdistanz fällt im Rahmen des Ostseeman am Strand von Glücksburg im Kreis Schleswig-Flensburg. Knapp 200 Einzelstarter stürzen sich in die rund 16 Grad kalte Ostsee. Unter ihnen die 31-jährige Franziska Jäckisch aus Klein Wessek, die für den Verein Trias Bad Schwartau startet und hier bereits zum zweiten Mal an der Startlinie steht. Vor ihr und den anderen Athlet*innen liegen nun 3,86 km schwimmen, 180 km auf dem Fahrrad und ein Marathon (42,195 km). Die Ostsee war etwas unruhig, abgesehen von der Wassertemperatur aber ansonsten gnädig mit den Ausdauersportlern. Als sechste der Frauen entstieg Jäckisch nach 1:13:49 der Ostsee, sammelte aber noch in der Wechselzone eine Athletin ein und ging als fünfte auf die 180 km lange und durch einige Anstiege anspruchsvolle Radstrecke. Auf der ersten von vier Runden kämpften die Athlet*innen noch mit leichtem Regen, bis es später bei fast idealen Bedingungen trocken blieb. Nach 5:42:50 stellte Jäckisch ihr Rad, auf Rang 6 liegend, wieder in der Wechselzone ab und sprang in die Laufschuhe. Auf der Laufstrecke wurde es dann hart. Die kalte Wassertemperatur beim Schwimmen hatte einiges an Kraft gekostet, sodass die Athletin bereits zu Beginn der 42,195 km langen Laufstrecke mit leichten Kreislauf- und Magenproblem kämpfte. „Mental war es durch die körperlichen Schwierigkeiten eine zusätzliche Herausforderung auf insgesamt 6 Laufrunden immer wieder am Ziel vorbeilaufen zu müssen", so Jäckisch. Das Supporterteam, bestehend aus Freunden und Familie, welches mit angereist und die Athletin bereits seit den frühen Morgenstunden unterstützte, verhalf ihr aber immer wieder zu neuer Stärke, sodass sie nach 11:22:12 Std. als Gesamtsiebte die Ziellinie überquerte. Gleichzeitig wurde sie damit zweitschnellste Athletin aus Schleswig-Holstein und deutsche Vizemeisterin ihrer Altersklasse 30-34. Die Vorboten für diese Leistung zeigte die Sportlerin bereits im Laufe des Jahres. Im Juni wurde sie bei der Landesmeisterschaft Schleswig-Holstein, welche im Rahmen des Viking Triathlon in Schleswig ausgetragen wurde, in ihrer Altersklasse bereits Vizemeisterin über die halb so lange Distanz. Nur eine Woche später gelang ihr dann beim Poggensee Triathlon in Bad Oldesloe der Gesamtsieg über die Sprintdistanz. Triathlon betreibt die 31-jährige seit 2018 sehr ambitioniert und erhält dabei regelmäßige Unterstützung von der Physiotherapiepraxis Physio Kompakt in Oldenburg. „Gesundheit ist das Wichtigste und neben dem regelmäßigen Training die Grundvoraussetzung, um insbesondere über eine so lange Strecke leistungsfähig zu sein", so Jäckisch. Regelmäßiges und viel Training ist ganz besonders fürs nächste Frühjahr geplant. Dann geht es für die Triathletin in ein gut 4-wöchiges Trainingslager nach Fuerteventura. Hier soll der Grundstein für das Saisonhighlight im nächsten Jahr gelegt werden: Die Challenge Roth in Bayern ist der größte Langdistanztriathlon der Welt und die Startplätze für das begehrte Rennen innerhalb von 40sec ausverkauft. Jäckisch ergatterte einen dieser Startplätze und fiebert bereits jetzt dem Rennen entgegen. Bevor aber die Vorbereitung für 2024 beginnt, geht die Athletin Ende August noch beim Elbe Triathlon in Hamburg an den Start, bevor dann am 16.09.2023 das läuferische Heimspiel beim 2. Oldenburger Hospizlauf ansteht.

Franziska Jäckisch beim Zieleinlauf.

Franziska Jäckisch in Aktion.