

Ab in den Süden!!!

Wie jedes Jahr Anfang März machten sich die Weimarer Triathleten auf in den Süden! Die Reise begann im verschneiten Deutschland und stellte sich schon bald als 1. Ausdauerprobe heraus. Nach Schneechaos, Schneeballschlachten auf der Autobahn und Zuflucht im McDonalds endete die Fahrt nach satten 22 Std. endlich in Riccione, Italien (nähe Rimini, direkt am Meer J, jedoch unweit von vielen bösen Bergen ...).

Einige kamen direkt aus dem Winterurlaub und tauschten die Skier direkt gegen das Rad, und auch den Schnee gegen die Sonne. Denn mit uns kam auch das schöne Wetter nach Italien und die Winterjacke konnte ein- und die kurze Hose ausgepackt werden. Die „jungen Wilden“ philosophierten schon am ersten Tag am reich gedeckten Frühstückstisch über die erfolgreichste Bergstrategie. Das erste Training wurde zum Einrollen genutzt, denn aufgrund der Schneehöhen zu Hause, hatte kaum einer dieses Jahr schon mal auf seinem Rad gesessen. Noch war es erstaunlich ruhig, doch man spürte schon die Spannung im Fahrerfeld, die sich in den nächsten Tagen und an den kommenden Bergen entladen wollte.

Die nötige Energie dafür tankten wir bei tollem Essen im Hotel (trotz des vielen Trainings hab ich zugenommen!!!), Peter und Stephan erfreuten sich besonders daran, diverse italienische Spezialitäten auszuprobieren. So schreckten sie nicht vor Tintenfischen, Muscheln jeglicher Art und Heuschrecken als Hauptgerichte zurück. Wie gut, dass man oftmals schon vom Buffett und von der Pasta vollkommen satt war und es somit beim Sezieren der Garnelen belassen konnte. Meine Gedanken beim Radfahren galten allerdings eher der Dessertkarte, besonders dem Tiramisu und dem „Gelato Misto“ (Eis!!!).

Früh am Morgen ging's dann meist frisch (na ja ...), motiviert (sowieso!) und gestärkt (Nutella Kuchen zum Frühstück!!) ab aufs Rad zu den „7 Bergen“. Manche von ihnen erwiesen sich als schier endlos und ich als einziges Mädchen versuchte vehement die ehrgeizigen Jungs davon zu überzeugen, dass ihr Training viel effektiver sei, wenn sie mir eine Schulter zum Festhalten anbieten würden! Die langen Serpentinabfahrten bereiteten jedoch (fast!) allen sehr viel Freude und die Schmerzen des Anstiegs waren schnell vergessen.



In der neuen Schwimmhalle.

Auf der „Königsetappe“ über San Marino hoch zum Pass nach Villagrande (1008 m hoch; über 1500 m Höhenunterschied) zeigten sich dann die wahren Bergsteiger unter uns. Als Sieger (sogar mit Gipfelfoto) stellte sich Trainer Thomas Zirkel heraus – der allerdings heimlich mit einer Abkürzung – den Berg bezwang. Als Bergkönig wurde letzten Endes Frank Pfundheller gekürt, der trotzdem er mich oftmals den Berg hinauf schieben musste, immer einer der ersten auf dem Hügel war.

Noch mal nach San Marino ging's am Ruhetag, diesmal nicht mit dem Rad, sondern mit dem Auto, um zu Fuß die historischen Gemäuer zu erkunden und die Aussicht zu genießen. Dabei durften natürlich jede Menge Eis und Souvenirs nicht fehlen. Wie immer war es ein absolut gelungenes Trainingslager. Die neue Schwimmhalle direkt im Ort erwies sich als super, auch wenn man oftmals wegen einem überfülltem Pasta-Bauch nur Rückenschwimmen konnte. Den krönenden Abschluss bot ein Radrennen direkt in Riccione bei dem viele bekannte Teams anwesend waren. So auch bei uns im Hotel, begleitet von Eddy Merckx, der Autogrammen gab. Die Männer erfreuten sich an den Carbonrädern der Profis, die vor unserem Hotel parkten. Ich erfreute mich eher an den hübschen Radfahrern selbst. So wurde auch unsere Abschlusstour von den üblichen 200 km dieses Jahr auf schnelle 150 km gekürzt, um noch den Ausgang des Radrennens live mitzuerleben. Nach rund 900 km Rad, 25 km Schwimmen, und 50 km Laufen (...) kann nun die Wettkampfsaison kommen!!!

A. MARQUART / J. THOMAS

Schöne Winterferien in Neuhaus am Rennweg

Wirklich abwechslungsreiche und sehr gelungene Winterferien verbrachten wir – 24 Nachwuchstriathleten nebst Betreuern – vom 6. bis 11. Februar in Neuhaus. Gleich nach unserer Ankunft ging es Richtung Skiverleih, damit wir auch gleich loslegen konnten. Leider bekamen aufgrund des perfekten Winterwetters am ersten Tag nicht alle Ski, was den Rest der Gruppe aber nicht daran hinderte, am Abfahrtschlag erste Geschicklichkeitsübungen zu machen. Da vor zwei Jahren schon so ein Winterlager stattgefunden hat, waren einige schon recht sicher auf den Ski unterwegs. Andere mussten dem steilen Gelände mit zwar harmlosen aber deutlich sichtbaren Blessuren Tribut zollen.

Weil der Auftakt nicht so anstrengend sein sollte, war dies das einzige Training an diesen Tag. Das sollte aber nicht so bleiben, denn in den nächsten Tagen trainierten wir mehrmals am Tag und waren mindestens eine Stunde Ski laufen und Schwimmen. Aber natürlich kam auch der Spaß nicht zu kurz. So sind wir am Donnerstag Nachmittags nach Sonneberg gefahren und waren dort auf der Eisbahn sowie im Spaßbad. Abends trafen wir uns dann oft im Gemeinschaftsraum und haben uns gemeinsam Filme angeschaut. Besonders interessant waren die Aufnahmen von den Wettkämpfen des vergangenen Jahres. Nach einem anstrengenden Tag fielen wir dann totmüde in die



Betten. Am Freitag war leider unser letzter Tag, was vom Wetter her auch ganz gut passte, da der Schnee langsam schmolz.

Aber auch am Samstag war es nix mit lange ausschlafen, da noch ein Schwimmwettkampf in Apolda auf dem Programm stand. Auch Dank des Trainingslagers konnten sich alle deutlich verbessern, und wir gewannen sogar die Mannschaftswertung vor den ganzen anwesenden Schwimmvereinen. So hatte die Woche noch einen schönen Ausklang. Josephine MARKAU

Vorschau auf die Triathlon- und Duathlonseason 2005

Saisonauftakt der Triathleten ist nun schon traditionell beim Jenaer Duathlon am 10. April. Bereits ins vierte Jahr geht der Weimarer Duathlon, der am 22. Mai rund um den Schlosspark Belvedere stattfinden wird. Die weiteren Saisonhöhepunkte sind dann die Thüringer Meisterschaften im Triathlon sowie für die besten Nachwuchssportler sind die Deutschen Meisterschaften in Krefeld am 13./14. August. Neben der auch schon bisher praktizierten Startgemeinschaft im Männerbereich der 2. Bundesliga Ost mit Triathlon Jena planen wir eine eigene Frauenmannschaft in dieser Liga an den Start zu schicken. Auch das Triathlon-Wochenende im und um das Schwanseebad wird eine Fortsetzung finden. Der Freitag (8. Juli) steht wieder ganz im Zeichen der Schüler. Die Idee des Triathlon Family-Day (9. Juli) ist, dass die Eltern gemeinsam mit ihren Kindern sportlich aktiv werden. Aktuelle Informationen unter www.hsv-weimar.com.

Thomas ZIRKEL

Weimarer Triathlon- u. Duathlontermine

- 22. Mai: 4. Weimarer Duathlon
- 08. Juli: Fun & Move-Triathlon in Weimar
- 09. Juli: Triathlon Family-Day in Weimar

