

HOCHSCHULSPORTVEREIN WEIMAR e.V.
VEREINSJOURNAL

SPORT ^{2/09}

IM VEREIN

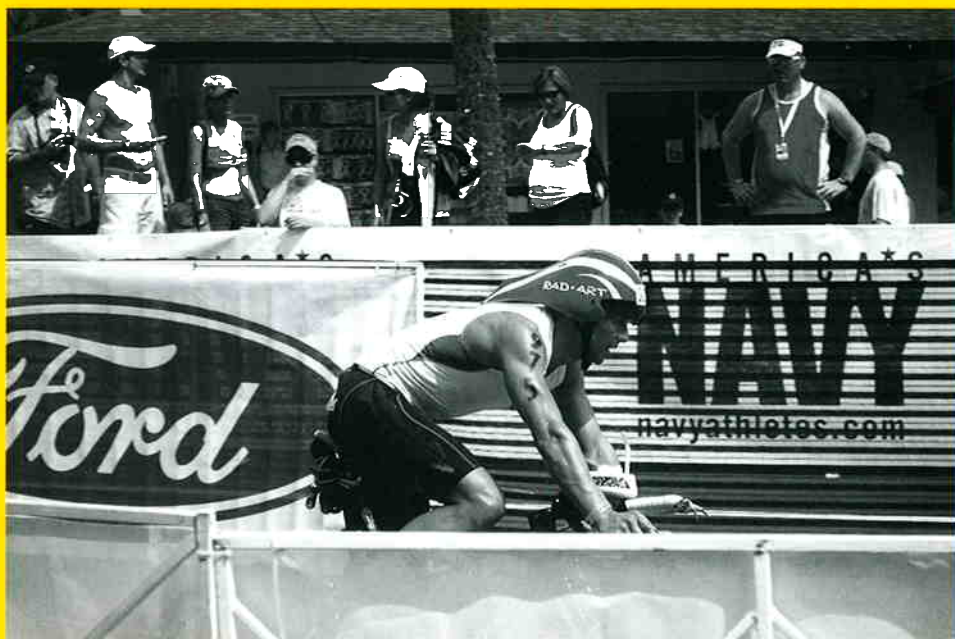


Foto: Franz Schöps

**Frank Pfundheller mit großem Erfolg
beim „Ironman“ auf Hawaii**

(siehe Artikel Seite 21)

TANZEN

Unser erstes Mal ...

... auf einem richtigen Turnier. „Hessen tanzt“ sollte es sein. Da hatten wir uns große Ziele gesteckt. Natürlich sind wir von Anfang an nicht mit der Erwartung und Illusion angetreten, die vordersten Plätze zu belegen. Wir wollten einfach diese Erfahrung nicht missen.

Schon vor der Abfahrt fieberten wir diesem Turnier entgegen und wussten nicht, was uns erwartet. Wir wussten nur vorab: 140 Paare werden teilnehmen. Das minderte unsere Aufregung natürlich nicht im Geringsten. Unser erster Eindruck an der Eissporthalle, wo das Turnier stattfinden sollte, war ein völlig überfüllter Parkplatz. Und allein das war schon sehr beunruhigend, weil es uns vor Augen führte, wie voll es sein würde. Als wir die große Halle betraten, strömten uns viele Eindrücke entgegen, die mich nur einen Gedanken annehmen ließen: „Was machen wir hier?“ Das vorherrschende Gefühl war die Unsicherheit. Aber um dieses Gefühl nicht Überhand gewinnen zu lassen, besorgten wir uns zuallererst vorschriftsmäßig unsere Startmarke. Nun gab es kein Entrinnen mehr. Wir waren schon sehr zeitig da und hatten somit Zeit die Paare im Standardturnier zu beobachten und zu bewundern. In der Umkleide schließlich, die eigentlich mehr eine Lagerhalle war, wurde uns immer mehr bewusst, dass das hier wirklich passiert. Am meisten verunsicherten mich die schönen Menschen, die wohl mehr durch ihre Kleider mit viel Glitzer und den grellen Farben so viel Respekt einflößten. In unserer Startklasse ist ja nur „Alltagskleidung“ erlaubt, wie es in der Deutschen Tanzsportordnung heißt. Doch obwohl wir das wussten, waren wir sehr verunsichert und man muss uns angesehen haben, dass dies unser erstes Turnier ist. Wir sahen sonst keinen außer uns, der so aussah wie wir. Und das war wirklich beängstigend.

Schließlich rückte unser Start immer näher und somit wurden wir auch immer panischer und nervöser. Schließlich gab es ein kurzes Eintanzen auf unserer Tanzfläche und alle Tänzer unserer Klasse, sowie Tänzer höherer Klassen stürmten auf unsere kleine Fläche, so dass jedes Paar ungefähr einen Quadratmeter Platz für sich beanspruchen



konnte. Wir fühlten uns in dieser Situation nicht grade wohler und bekamen nur noch mehr Panik. Ständig musste man nun damit rechnen, von einem Herren oder einer Dame durch eine ihrer ausladenden Bewegungen verletzt zu werden, und bemühte sich trotzdem, seine kleine Folge durchzutanzten. Ohne Erfolg! Nach einigen vergeblichen Versuchen irgendwie gut auszusehen verließen wir die Tanzfläche in der Hoffnung, es würde schon alles gut gehen – schließlich hatten wir viel trainiert.

Dann ging alles sehr schnell. Man stellte die Wertungsrichter jeder Fläche vor und dann ging es auch schon los. 12 Runden würden für

jeden Tanz stattfinden und wir würden in Runde 10 starten. Je näher dies rückte, desto nasser wurden meine Hände und ich bekam langsam Angst, meinem Partner aus der Hand zu rutschen. Doch es ging alles gut, und für unsere Verhältnisse ist es auch wirklich gut gelaufen. Die Technik war in Ordnung, die Körperbewegung stimmte auch einigermaßen, und wir bemühten uns nach Leibeskräften, zu lächeln und aufzufallen. Doch nachdem alles vorbei war, wussten wir schon, dass wir die Vorrunde nicht überleben würden. Und wir waren nicht traurig darüber, weil wir einfach wussten, dass wir mit diesen Paaren noch nicht mithalten können. Diese Vermutung wurde auch amtlich bestätigt und so machten wir uns glücklich und hungrig auf den Weg in die Umkleidekabine, um uns umzuziehen.

Der letzte Akt dieses Abends war der Rücktausch Startnummer gegen Startbuch. Dabei war ich erneut verblüfft. Es ging zu, wie auf der Börse. Jeder hielt seine Startnummer hoch und alle riefen durcheinander in der Hoffnung, das richtige Startbuch zu ergattern. Und so machte ich es den alten Hasen nach und bekam nach einigem Gerangel unser Startbuch zurück, wo ich sah, dass wir trotz aller Zweifel fünf Punkte zusammenbekommen haben. Ich wusste, dass dies nicht unser letztes Turnier gewesen ist. Ich habe Blut geleckt und will auch unbedingt einmal so ein schönes Kleid tragen. Dafür werde ich arbeiten. Auf das nächste Mal ...

Franziska SCHÜTZE

TRIATHLON



Start der Agegouper (Foto: Franz Schöps)

Frank Pfundheller is an IRONMAN

Der Schwimmstart der Altersklassenathleten der Ford Ironman World Championship hat dem Namen „Waschmaschine“ alle Ehre gemacht. In einem Starterfeld von ungefähr 1600 Menschen musste sich Frank Pfundheller behaupten. Auch die aufgehende Sonne sollte ihm das Schwimmen nicht leichter gestalten. Der erste Kilometer wurde zur Tortur und so konnte Frank erst sehr spät seinen Rhythmus finden und stieg nach 1:07h erschöpft und frustriert aus dem Wasser. Also hieß es nun schnell, das Salzwasser abdschen, mit Sonnencreme einschmieren und ab auf die Radstrecke. Und auf dieser stellte Frank wieder einmal sein fahrerisches Können unter Beweis. In 5:11h spulte er die anspruchsvolle, das sehr windanfällige Radstrecke quer durch die Lavafelder herunter. Ungefähr 400 Plätze konnte er mit dieser hervorragenden Radzeit gut machen. Dies war für Frank Motivation genug, nun auf den verbleibenden 42,195 Kilometern noch einmal das Letzte aus sich heraus zu holen. Auch der zweite Wechsel verlief wieder ohne Probleme ab.



Frank Pfundheller beim Zieleinlauf (Foto: Franz Schöps)

Und so machte sich Frank ein letztes mal auf den Weg in die erbarmungslose Hitze. Zu diesem Zeitpunkt waren es bereits 35° im Schatten. Das Problem jedoch – auf der Laufstrecke war weit und breit kein Schatten zu sehen. „Es ist so heiß hier, dass ich schon nach einer halben Stunde Ausdauerlauf trief nass und erschöpft bin!“ So die Aussage von Franz Schöps, der im Vorfeld mit Frank zusammen ein paar lockere Trainingseinheiten verbrachte.

Aber Frank als exzellenter Läufer benötigte gerade einmal 3:14h für die letzte Disziplin. Das waren lediglich 5 Minuten mehr als bei seinem Ironman in Frankfurt. So erreichte er nach 9:40:08h als 142. und 8. in seiner Alters-

klasse überglücklich das Ziel. „Ich Danke allen, die mir die Daumen gedrückt haben“ freute sich Frank über dieses Ergebnis. Mittlerweile entspannt sich unser frisch gebackener Ironman auf der Nachbarsinsel Maui bei Sightseeing, Angeltouren und Baden im 27° warmen Wasser.

Marcus ASSING



Folker, Lars-Erik, Frank und Enrico geben Gas
(Foto: M. Assing)



Lars-Erik Fricke und Folker Schwesinger starteten bei allen vier Wettkämpfen

Weimarer Triathleten schaffen Aufstieg in die 2. Bundesliga

Nach Platz 8 im Vorjahr war der Sieg in der Regionalliga und der damit verbundene Aufstieg das erklärte Ziel des gesamten Teams. Da die Mannschaft im Wesentlichen unverändert blieb und durch die Rückkehr von Folker Schwesinger eine deutliche Stärkung erfuhr, waren die Hoffnungen nicht unberechtigt. Außerdem verständigten sich alle darauf, dass im Gegensatz zum



Siegerfoto mit Dame beim Regionalliga-Finale in Schneeberg
(Foto: F. Schwesinger)

ersten Jahr, wo es in erster Linie um Erfahrungen sammeln ging, für die Saison 2009 möglichst immer die Stärksten an den Start gehen sollten. Gleich zum Auftakt stand vor heimischer Kulisse in Apolda der Teamwettbewerb auf dem Programm. Erfahrungsgemäß kann man bei dieser Wettkampfform, wo alle gemeinsam starten, viel Boden verlieren. Nach einem dramatischen Rennen mit verpatztem Schwimmen, starker Aufholjagd beim Laufen und einem Sturz auf dem Rad siegte das Team nach einer Energieleistung knapp vor Dresden und Halle. Wie schnell Träume platzen können, erfuhren die Schneeberger Triathleten, die mit Siegambitionen gestartet durch Verletzung und einen Plattfuß am Ende auf Platz sieben das Ziel erreichten.

Nach einem sehr guten 2. Platz beim Triathlon in Falkenstein, der durch einen Doppelsieg der herausragenden Lars-Erik Fricke und Folker Schwesinger geprägt wurde, rückten die Aufstiegsträume so langsam in greifbare Nähe. Kurz vor dem 3. Wettbewerb in Storkow ließ eine Fußverletzung

hinter Schneeberg, die ankündigten, beim Ligafinale im Erzgebirge auf heimischem Terrain noch einmal angreifen zu wollen. Entsprechend motiviert durch diese Ankündigung wollten dann Folker, Lars-Erik, Franz, Daniel, Eik und Frank beim Finalwettkampf zeigen, wer der verdiente Sieger der Regionalliga ist. Neben Lars und Folker, die beide wiederum einen starken Wettkampf ablieferten und die Plätze 1 und 2 der Einzelwertung erkämpften, überraschte Junior Franz Schöps. Bei seiner ersten Olympischen Distanz (1,5 km Schwimmen – 40 km Rad – 10 km Laufen) mischte er von Beginn an im Vorderfeld mit und kämpfte sich am Ende unter Krämpfen auf Platz 6 ins Ziel. Mit über 5 Minuten Vorsprung bedeutete dies klar den Sieg zum Abschluss und damit auch einen ungefährdeten Gesamtsieg von 17 gestarteten Teams – übrigens so vielen wie noch nie in der Regionalliga-Ost. Mit einer deutlich verjüngten Mannschaft werden wir dann im kommenden Jahr in der 2. Bundesliga wieder neu angreifen!

Thomas ZIRKEL



Die Triathlonmannschaften im Pro Vita Physiotherapeutische Zentrum Bernhard Enyedi

Eine gesunde Partnerschaft

Seit einem Jahr unterstützt das Pro Vita Physiotherapeutische Zentrum Bernhard Enyedi die Triathleten des HSV Weimar. Bernhard Enyedi betreut mit seinem Team die Mitglieder des VR Bank Weimar Juniorteams und die Regionalligamannschaft in allen Belangen des Bewegungs- und Stützapparates. Dabei werden sowohl akute Verletzungen und Beschwerden behandelt, als auch langfristig Trainingsinhalte und -methoden für die Prävention erarbeitet.

Bernhard Enyedi, früher selbst Leistungssportler, hat in dieser Saison mit seinen „goldenen Händen“ einen großen Anteil an den Erfolgen unserer Sportler. Gerade am Ende der Saison machte er einige Sportler fit für die Saisonhöhepunkte, so auch für das entscheidende Regionalligafinale in Schneeberg. Die Sportler der Abteilung Triathlon sind sehr dankbar für dieses Engagement und freuen sich schon auf eine gemeinsame und verletzungsfreie Saison 2010.
Oliver HAHN



www.pokalkoenig.de

- Pokale
- Vereinsbedarf
- Schilder
- Werbung

MICHAEL MALETZ,
Werbung + Pokale,
Carl-von-Ossietzky-Str. 57a,
99423 Weimar

Tel: 03643 / 85 11 95 • Fax: 03643 / 85 11 96

TRIATHLON

Übungsleiter-Portraits – Teil 4:

Cathrin Haase

Geb.: 28.02.1965
Beruf: Sonderpädagogin
Triathlon seit: einem Jahr
Übungsleiter seit: 2 Jahren

Wie bist du zum Triathlon gekommen? Was hast du davor für einen Sport gemacht?

Beim Abi-Ball unserer Kinder traf ich Gabi Zirkel und erzählte ihr, dass ich gern eine Schwimmgruppe trainieren würde. Am nächsten Tag rief sie mich an und fragte mich, ob ich eine Schwimmgruppe beim Triathlon übernehmen möchte. Nach kurzer Überlegung sagte ich ihr zu.

Bevor ich zum Triathlon kam, war ich im Alter von 10–16 Jahren Leistungsschwimmerin an der Sportschule in Erfurt, übrigens gemeinsam mit Gabi. Danach bin ich gelegentlich geschwommen, gejoggt und habe Basketball gespielt.

Du bist eine engagierte Trainerin, was motiviert dich immer wieder?

Die Kinder meiner Trainingsgruppe motivieren mich. Ich finde es toll, mit welcher Energie und welchem Fleiß sie das Training absolvieren. Es macht mir viel Freude, den Kindern die Technik des Freistilschwimmens zu vermitteln. Ich merke dabei jedes mal, wie interessiert und ehrgeizig sie bei der Sache sind. Das erinnert mich sehr an meine eigene Schwimmlaufbahn. Die ständigen Verbesserungen ihrer Schwimmleistungen ist die Bestätigung für ein gutes Trainingsjahr.

Wie sieht es aus mit deiner Zeit, schaffst du es Beruf und Training in Einklang zu bringen?

Ich versuche natürlich alles in Einklang zu bringen. Da meine Tochter studiert, habe ich mehr Zeit. Manchmal verpflichten mich schulische Veranstaltungen, Ersatz für mein Training zu finden. Das klappt aber bisher ohne Probleme. Hiermit gleichzeitig ein Dankeschön für alle Trainer des Triathlons für die unkonventionelle Hilfe.

Wie beurteilst du die Arbeit im Verein, gibt es Probleme, die dir auffallen?

Mir gefiel von Anfang an das Vereinsleben, es ist vergleichbar mit einer großen Familie. Besonders beeindruckt bin ich von dem Engagement der El-



tern unserer Sportler. Sie unterstützen die Arbeit des Vereins, sind oft selber im Triathlon sportlich aktiv und wissen deshalb genau, was ihre Kinder für eine enorme Leistung vollbringen.

Ich würde mich freuen, wenn wir noch mehr Schwimmhallenzeiten hätten bzw. mehr Bahnen. Ich weiß, dass Thomas bei der Vergabe der Hallenzeiten hart kämpfen muss.

Was gibt es denn außer dem Sport, was dich begeistert oder wofür du dich sehr interessierst?

Ich lese sehr gern Bücher, höre Musik, tanze gern und kann mich bei der Arbeit in meinem Garten sehr gut entspannen. Mich begeistern die musikalische Entwicklung meiner Tochter und die wunderschönen Urlaubsreisen mit meinem Mann.

Gibt es persönliche Ziele, die du dir in deinem Leben noch vorgenommen hast?

Vielleicht schaffe ich irgendwann die Olympische Distanz beim Triathlon. Das Rad fahren ist mein großer Schwachpunkt, hier müsste ich wesentlich mehr Trainingszeit investieren. Aber inzwischen habe ich meinen Mann so weit überzeugt, dass wir gemeinsam Rad fahren. Mal abwarten, was dabei heraus kommt.

Interview: Daniel PFUHL

TURNEN

Zufriedenheit trotz verpasster Zielstellungen

Wie im Vorjahr erturnte sich die Mannschaft des HSV Weimar in der 1. Landesliga die Bronzemedaille. Nach drei Wettkampftagen war die Tabellsituation schon eindeutig, nach vorne und hinten konnte sich nichts mehr ändern. Und dennoch trainierten Dominik Mehmel, Wolfgang Raddatz, Sebastian Merker, Bernhard Weigel, Conrad Zöckel, Valentin Kasburg und Kapitän Jörg Wolfram eifrig, um sich für das Landesligafinale andere Ziele zu stecken. Zum einen scheiterten die Jungs nur knapp an der 200-Punkte-Marke. Der HSV erreichte 197,65. Zum Vergleich: der neue Landesmeister TuS Jena erzielte 205,20 und der MTV Erfurt I 200,80. Dennoch war es punktemäßig der beste Wettkampf in diesem Jahr, auch wenn das zweite Ziel, die 1. Mannschaft des MTV Erfurt zu schlagen, knapp nicht erreicht wurde. Beim dritten Ziel, viele Gerätunkte zu sammeln, zeigte sich die Mannschaft schon erfolgreicher. Erstmals in dieser Saison gab Jena Gerätunkte ab. Am Barren war Weimar die beste Mannschaft. Aber auch an Boden und Sprung konnten die Goethestädter gegenüber der Konkurrenz Gerätwertungen gewinnen. Zum Auftakt des Vergleichs begannen die Weimarer nervös. Neue Übungsteile misslingen und so verzeichneten die Kampfrichter insgesamt drei unfreiwillige Absteiger auf Seiten des HSV. Lediglich der älteste im Team, Kapitän Jörg Wolfram,

brachte seine Übung durch und punktete zweistellig. Von diesem Fehlstart ließ sich die Mannschaft aber nicht entmutigen und turnte neue Schwierigkeiten ohne größere Patzer am Boden sauber durch. Auch am Sprung bewies das Team sein gesteigertes Leistungsvermögen und zeigte neue, kontrollierte Sprünge. Bernhard Weigel ersprang sich den Tageshöchstwert von 12,20 Punkten. Im Vergleich zu den letzten Wettkämpfen wurden die Ringe ausgeglichener und erfolgreicher beturnt und dennoch sind hier noch deutliche Reserven erkennbar. In der vorletzten Runde zeigten Conrad Zöckel, Wolfgang Raddatz und Sebastian Merker ihre Flugqualitäten, was aber von den Kampfrichtern nur bedingt belohnt wurde. Zum Abschluss der Erfolg am Barren, weil sich hier alle Starter am Gerät an den Leitspruch „sicher und sauber“ hielten.

Nach bestandener Kampfrichter C Lizenz sprang Markus Liebegal in die Presche und übernahm die Aufgabe des Heimkampfrichters.

Weil in Bad Blankenburg gebaut wurde, trug der TV Gera das Finale aus. Erfreuliches am Randes: Florian Oberender, Valentin Kasburg und Conrad Zöckel wurden in die Auswahlmannschaft berufen, die Thüringen am 3. Oktober gegen den Turnverband Mittelrhein und Hessen in Koblenz vertreten wird. Jörg WOLFRAM

Weingut
Paul Basten



Weingut und Gästehaus Paul Basten

Wir bieten:

feine, fruchtige Weine gehobener Qualitäten direkt zu Ihnen ins Haus
Urlaub auf unserem Weingut in Trittenheim an der Mosel

Rufen Sie uns an unter der Telefonnummer:

0 65 07/57 38 Fax: 0 65 07 / 68 42

Weingut Paul Basten, Am Kreuzweg 12
54349 Trittenheim



RAD ART

**Schon gerüstet
für den Sommer...?!**

**#ERFURT
KLOSTERGANG 2**

Tel: (03 61) 66 63 57 20

www.rad-art.de