

**J
a
h
r
e
s
a
b
s
p
a
n
n
2
0
0
9**



TRIATHLONABTEILUNG

Herausgegeben
von
Roland Werner
(Abteilungsleiter)



Vorwort



Auch im Jahr 2009 haben wir durch beachtliche Leitungen und bemerkenswerte Erfolge auf uns aufmerksam gemacht. In der Dichte der Leistungen blieben wir zwar etwas hinter den letzten Jahren zurück, doch unsere Leistungsträger waren bei den für uns wichtigen Wettkämpfen präsent und es wurden prima Zeiten und tolle Platzierungen erreicht.

Allen voran war Thomas Werner wieder einmal Spitzenklasse in seiner Altersklasse TM40. Sein 4. Platz bei der Deutschen Meisterschaft über die Mitteldistanz in Immenstadt war sicher sein persönlicher Saison-Höhepunkt. Nicht zu vergessen die Podiumsplatzierungen in Kraichgau und in Königsbrunn.

Ebenfalls einen langen Atem bewiesen unsere Langstreckler Peter Schnellinger, Armin Jäckle, Gerald Demharter, Jochen Knorz und Klaus Raabe bei Ihren Wettkämpfen im In- und Ausland. Gut in Szene setzen konnte sich auch unsere Neuzugang Daniel Braun. Der

Modellathlet verbindet Beruf und Sport wie kaum ein anderer und hatte heuer eine starke erste Triathlonsaison.

Besonders freute mich auch der 1. Platz beim Hans-Böller-Staffellauf. Nach ein paar Jahren Pause traten wir heuer wieder mit einem starken 10-köpfigen Team an und konnten uns in unserer Heimatstadt sehr gut in Szene setzen.

Zum Ausklang der Saison dürfen wir nochmal richtig feiern, denn unsere kleine Abteilung feiert heuer ihr 20-jähriges Jubiläum! Von 1989 – 2009 gibt es nun uns „Friedberger Triathlon“ beim TSV.

Für das kommende Jahr wünsche ich allen Mitgliedern der Triathlonabteilung eine verletzungsfreie Zeit und weiter viel Spaß beim Triathlon.

Auf eine erfolgreiche und schöne Saison 2010 freut sich

Roland Werner
Abteilungsleiter



20 Jahre Triathlon in Friedberg (1989 – 2009)

- 2009 20-jähriges Abteilungsjubiläum der Triathleten
- November 2008 Katja und Thomas Werner starten bei der IRONMAN 70.3 WM in Clearwater/Florida. Thomas wird 4. seiner Altersklasse.
- November 2008 Gerald Demharter startet beim IRONMAN-Florida in Panama-City.
- August 2008 Beim IRONMAN 70.3 in Wiesbaden qualifizieren sich Katja und Thomas Werner für die Weltmeisterschaft in Clearwater/Florida.
- Juli 2008 Peter Schnellinger und Klaus-Dieter Raabe starten bei der Quelle Challenge in Roth über die Langstrecke.
- Juli 2008 Gerald Demharter startet bei IRONMAN-Austria Triathlon in Klagenfurt.
- Juni 2008 Christian Raab startet im Kulmbach bei der Deutschen Meisterschaft über die Mitteldistanz.
- Mai 2008 Katja und Thomas Werner starten in St.Pölten beim IRONMAN 70.3.
- Oktober 2007 Katja, Thomas und Roland Werner starten bei der Ironman-Weltmeisterschaft in Kona/Hawaii.
- September 2007 Wolfgang Lehl startet bei der Bodensee Tri-Challenge über die Langstrecke.
- Juli 2007 Wolfgang Lehl und Armin Jäckle starten bei der Deutschen Meisterschaft über die Mittelstrecke in Immenstadt.
- Juli 2007 Gerald Demharter, Andrea Reiser, Klaus-Dieter Raabe und Herbert Strigl starten beim IRONMAN-Austria in Klagenfurt.
- Juli 2007 Katja Fuchs, Thomas und Roland Werner, Peter Schnellinger und Reinhold Walter starten bei der IRONMAN-Europameisterschaft in Frankfurt. Katja Fuchs, Thomas und Roland Werner qualifizieren sich für die IRONMAN-WM in Kona/Hawaii.



- Juni 2007 Thomas Werner qualifiziert sich in Rapperswil-Jona/Schweiz für die Weltmeisterschaft der neuen IRONMAN 70.3 Serie in Florida.
- August 2006 Andrea Reiser startet bei der Duathlon-Weltmeisterschaft in Zofingen/Schweiz.
- August 2006 Armin Jäckle startet bei der Deutschen Meisterschaft über die Mitteldistanz in Kulmbach.
- Juli 2006 Alexander Koller startet bei der IRONMAN-Europameisterschaft in Frankfurt.
- Juli 2006 Gerald Demharter wird beim IRONMAN-Triathlon in Klagenfurt ein Eisenmann.
- November 2005 Rob Cowart startet beim IRONMAN-Triathlon in Panama-City in Florida.
- Oktober 2005 Katja Fuchs startet als erste Friedbergerin bei der IRONMAN-Weltmeisterschaft in Kona/Hawaii.
- Juli 2005 Hubert Zickl startet beim XTERRA-Austria in qualifiziert sich für die WM auf Maui.
- Juli 2005 Katja Fuchs, Peter Schnellinger und Alexander Koller starten beim IRONMAN-Switzerland in Zürich. Katja Fuchs qualifiziert sich als erste Frau im Verein für die WM auf Hawaii.
- Oktober 2004 Markus Gebele startet bei der IRONMAN-Weltmeisterschaft in Kona/Hawaii.
- Juli 2004 Markus Gebele startet beim IRONMAN Germany in Frankfurt und qualifiziert sich für die Weltmeisterschaft in Kona/Hawaii.
- Juli 2003 Katja Fuchs und Peter Schnellinger starten beim IRONMAN Germany in Frankfurt.
- Juli 2002 Thomas Werner, Roland Werner, Wolfgang Lehl und Peter Schnellinger starten beim IRONMAN-Triathlon in Klagenfurt. Thomas stellt mit 9:06 Std. einen neuen Vereinsrekord auf.
- Oktober 2001 Thomas Werner startet zum zweiten Mal bei der IRONMAN-Weltmeisterschaft in Kona/Hawaii.
- August 2001 Manfred Lang wird Deutscher Meister im Cross-Triathlon in Immenstadt in der Altersklasse TM55.
- Juli 2001 Roland Werner startet bei IRONMAN-Triathlon in Klagenfurt/Österreich.
- März 2001 Thomas und Roland Werner starten beim IRONMAN-Triathlon in Gordons Bay/Südafrika. Thomas qualifiziert sich zum zweiten Mal für die WM in Kona/Hawaii.
- Oktober 2000 Thomas Werner startet bei der WTC-WM über die IRONMAN-Distanz in Kona/Hawaii.
- August 2000 Roland Werner startet beim IRONMAN-Triathlon in Zürich/Schweiz. Jürgen Taschner startet bei der Deutschen Meisterschaft über die Langdistanz in Kulmbach.
- Juli 2000 Thomas Werner und Wolfgang Lehl starten beim IRONMAN-Triathlon in Roth.
- Mai 2000 Thomas Werner startet beim IRONMAN-Triathlon auf Lanzarote/Spanien und qualifiziert sich für die WM in Kona/Hawaii.
- September 1999 Thomas Werner, Roland Werner, Fabian Richter und Christoffer Stavenhagen starten beim Internationalen Triathlon in Nizza/Frankreich.
- 1999 10-jähriges Abteilungsjubiläum der Triathleten
- Juli 1998 Wolfgang Vogg und Christoffer Stavenhagen starten beim IRONMAN-Triathlon in Roth.
- Juli 1997 Roland Werner, Wolfgang Vogg und Reinhold Walter starten beim IRONMAN-Triathlon in Roth.
- Juli 1995 Klaus Drescher startet beim Trans-Suisse-Triathlon in der Schweiz.
- August 1993 Manfred Lang startet bei Deutscher Triathlon Meisterschaft der Senioren in Riederau in der Altersklasse TM45. Oliver Freese und Mike König starten beim Ironmönch-Triathlon in Kulmbach.
- Juli 1993 Oliver Freese und Klaus Drescher starten als erste Friedberger Triathleten in Roth bei einem IRONMAN-Triathlon.
- Mai 1993 Oliver Freese startet bei der Duathlon-Weltmeisterschaft in Zofingen/Schweiz.
- August 1990 Christian Reißner startet bei Deutscher Triathlon Meisterschaft in Großkrotzenburg.
- März 1989 Gründung der Triathlonabteilung des TSV 1862 Friedberg e.V.



Mitglieder- u. Adressenliste

TSV 1862 Friedberg Triathlon

Nachname	Vorname	PLZ	Wohnort	Straße
Braun	Daniel	86154	Augsburg	Grafstraße 11
Buckel	Christian	86163	Augsburg-Hochzoll	Oberländer Straße 22
Cacciato	Roberto	86438	Kissing	Schwabenstr. 13a
Demharter	Gerald	86316	Friedberg	Münchner Str. 2
Frötschl	Bernhard	86807	Buchloe	Am Ziegelstadel 11a
Gunzl	Thomas	86316	Friedberg	Schillerstraße 6
Irmscher	Heiko	86415	Mering	Augsburger Straße 19
Jäckle	Armin	86504	Merching	Paartalweg 23b
Jefremow	Mihail	86161	Augsburg	Wilhelm-Hauff-Straße 3
Kiechle	Kareen	86153	Augsburg	Obgm.-Dreifuß-Str. 7a
Knöferle	Michael	86165	Augsburg	Hanauerstraße 1
Knorz	Jochen	86163	Augsburg	Lechrainstr. 36L
Koller	Alexander	86420	Diedorf	Pestalozzistraße 17b
König	Michael	86316	Friedberg-Haberskirch	Rosenstraße 44
Kühne	Frank	86163	Augsburg-Hochzoll	Pfrontener Straße 36
Landwehr	Jörg	86316	Friedberg-Rinnenthal	Gartenstraße 2
Lang	Manfred	86316	Friedberg-Haberskirch	Holunderweg 6
Lehrl	Wolfgang	86165	Augsburg	Kreitmayrstraße 26
Lindner	Maximilian	86316	Friedberg	Hallstattstraße 37
Lorenz	Andreas	86316	Friedberg	Stadtmauer
Neumaier	Hans	86316	Friedberg	Eppaner Straße 50
Piesch	Inge	86368	Gersthofen	Rettenbergerstraße 13
Raab	Christian	86316	Friedberg	Am Wasserturm 11
Raabe	Klaus-Dieter	86316	Friedberg	Zöllnerstraße 2
Schnellinger	Peter	86316	Friedberg	Punenstraße 20
Schröder	Jörg	86165	Augsburg-Hochzoll	Friedrich-Sohnle-Straße 17
Stauber	Frank	86438	Kissing	Thomas-Mann-Straße 3
Strigl	Herbert	86163	Augsburg-Hochzoll	Lechrainstraße 20
Walter	Reinhold	86163	Augsburg-Hochzoll	Oberstdorfer Straße 39
Werner	Gabriele	86163	Augsburg-Hochzoll	Schrofenstraße 37 1/2
Werner	Katja	86438	Kissing	Frühlingstraße 8
Werner	Niko	86163	Augsburg-Hochzoll	Schrofenstraße 37 1/2
Werner	Oliver	86163	Augsburg-Hochzoll	Schrofenstraße 37 1/2
Werner	Roland	86163	Augsburg-Hochzoll	Schrofenstraße 37 1/2
Werner	Thomas	86438	Kissing	Frühlingstraße 8

Adressänderungen bitte immer sofort bei der Abteilungsleitung anzeigen!





Die folgenden
Wettkampfberichte
wurden in der
Friedberger
Allgemeinen Zeitung
und im Internet
veröffentlicht...



Laufverein Deggendorf e.V.

Gelungenes Saisondebüt von Peter Schnellinger

Start beim Duathlon in Deggendorf

(psch). **Am Sonntag, den 17.05.2009 fand in Deggendorf eine Doppelveranstaltung Triathlon und Duathlon statt. Der Veranstalter LV Deggendorf bot hier den Startern in seiner sehr familiären Veranstaltung einen rundum gelungenen Wettkampf an.**

Zwischen Gäu und Wald, eingerahmt von den Klöstern Niederalteich und Metten, liegt Deggendorf an einem uralten Flussübergang über die Donau als „Tor in den Bayerischen Wald“ und weiter nach Böhmen. Hier, wo andere Urlaub machen, absolvierte Peter Schnellinger seinen ersten Wettkampf in diesem Jahr. Peter Schnellinger entschied sich für den Kurzduathlon. Die Wettkampfstrecke besteht aus 5 km Laufen, 19 km Radfahren, 5 km Laufen. Jeder Sportler kann so zum Anfang der Saison schon mal seine Form testen.

Erster Platz in der Altersklasse 45

Bei sehr guten Wetterverhältnissen gingen 36 Duathleten an den Start. Peter Schnellinger erreichte mit seiner Zeit von 1.12,15 Std. in seiner Altersklasse M45 den ersten Platz. Bei der Laufstrecke handelte es sich um eine Wendepunktstrecke. Die Radstrecke führte in einer sehr reizvollen Landschaft in einem Rundkurs an der Donau entlang.

Am Ende wurden die Teilnehmer von kostenlosen Getränken und einem paradiesischen, sehr reichhaltigen Kuchenbuffet verwöhnt.





Gelungener Saisonauftakt der TSV-Triathleten in Sankt Pölten

(thwe). Die Strecken des IRONMAN 70.3 (1,9 km Schwimmen/90 km Rad/21 km Laufen) führen durch die schöne Niederösterreichische Weinlandschaft, die Landeshauptstadt St. Pölten und in die Wachau. Sie bietet folglich nicht nur einen perfekten Austragungsort für einen Triathlon, sondern dazu ein wunderschönes Naturerlebnis. Mit dem Start im Viehofener See und dem Ziel im Ratzerdorfer See werden beim Schwimmwettbewerb gleich zwei Seen durchschwommen, die mit einem Landgang von 200m über die neue Traisenbrücke verbunden sind.

Am frühen Samstagmorgen fiel der Startschuss für zwei Neuzugänge des TSV - Daniel Braun und Jochen Knorz. Nach 37:28min für Daniel und 39:49min für Jochen hatten beide das kühle Nass hinter sich und konnte auf ihre stärkere Disziplin das Radfahren wechseln. Die Radstrecke des IRONMAN 70.3 St. Pölten ist in einer Runde zu fahren. Dabei ist das 18 km lange Teilstück auf der Autobahn S33 zu Beginn der 90 km das Highlight. Danach geht es durch die sehr anspruchsvollen Weinberge, Marillenplantagen und weiter entlang der Donau in die Wachau. Durch den Dunkelsteinerwald geht es dann mit knapp 1000 gesammelten Höhenmetern zurück nach St. Pölten. Bereits nach hervorragenden 2:36:24h konnte Daniel Braun schließlich sein Rennrad gegen die Laufschuhe tauschen. Teils auf Schotterwegen entlang des Flusses Traisen, vorbei an Schrebergärten und dem neuen, doch etwas futuristisch anmutenden Regierungsviertel zurück zur Eventarena, wo sowohl der Wendepunkt des Zwei-Runden-Kurses, als auch der Zieleinlauf waren.

Daniel Braun konnte diesen bereits nach 1:38:28 Std. getragen vom Applaus der vielen Zuschauer genießen. Mit einer Gesamtzeit von 4:57:34 Std. belegte er einen guten Mittelplatz in seiner Altersklasse M25. Auch Jochen Knorz stieg nach 2:57:06 Std. auf dem Rad beflügelt in die Laufschuhe. Mit 2:06:27 Std. für den Halbmarathon und 5:51:32 Std. Gesamtzeit (Klasse M30) war es ein erfolgreicher Test für die weiteren Wettkämpfe und seinem Saisonhöhepunkt dem Ironman in Klagenfurt.





Gerald Demharter beim Schneider Weisse Duathlon in Kehlheim

(gede). Der Schneider Weisse Duathlon in Kelheim an der Donau wurde auch dieses Jahr wieder am Pfingstsonntag, den 30.05.2009 ausgetragen. Die Teilnehmer konnten wie immer zwischen zwei Distanzen wählen: Die Kurzdistanz "Magic Man Light" umfasst 5km Laufen/33km Radfahren und noch mal 5km Laufen. Wie auch im vergangenen Jahr hat Gerald Demharter vom TSV 1862 Friedberg Triathlon wieder an der Langdistanz "Magic Man" über 20km Laufen/83,5km Radfahren und noch mal 10km Laufen teilgenommen.

Bei nahezu optimalen Wetterbedingungen und 18 Grad Temperatur gingen ca. 140 Athleten/innen an den Start des "Magic Man". Pünktlich um 9.45 Uhr wurde das Rennen eröffnet und es ging auf die erste der beiden je 10km langen Laufrunden.

Gerald Demharter fand schnell das richtige Tempo und erreichte nach 1:36:54 Std. zum ersten Mal die Radwechselzone. Jetzt hieß es fünf Runden zu 16,7km zu durchfahren. Die Radstrecke hat es mit gut 1.000 Höhenmetern in sich, müssen doch pro Runde der Anstieg zur Befreiungshalle sowie der Stausackerer Berg erklommen werden. Nach weiteren 2:59:18 Std. stellte Demharter sein Rad wieder in der Wechselzone ab und schnürte noch mal die Laufschuhe zum abschließenden 10km-Lauf, diesmal zwei Schleifen zu je 5km. Die letzten Meter musste er die Zähne zusammenbeißen und benötigte noch mal 56:08. Nach einer Gesamtzeit von 5:32:20 kam Demharter erschöpft aber sehr zufrieden über die Ziellinie. Er belegte damit den 118. Gesamtrang und Platz 20 in seiner AK 45-50. Die Generalprobe für den Anfang Juli anstehenden IRONMAN in Kärnten ist somit gelungen.

Ein ganz besonderes Schmankerl dieses kleinen aber feinen Wettkampfes ist immer wieder die reichhaltige und von der Schneider Brauerei unterstützte Verpflegung für die ankommenden Wettkämpfer im Zielbereich.





Michael Knöferle bei der Modemark-Röther-Hochhauslaufpremiere

Kraftausdauertraining der etwas anderen Art - 335 Stufen oder 55,3 Höhen-meter auf Zeit

(mikn). Am Pfingstsonntag startete zum ersten Mal ein Hochhauslauf im Treppenhaus des Studentenwohnheims an der Lechhauser Ulrichsbrücke. Organisiert wurde die Veranstaltung von der Leichtathletikabteilung des TSV Schwaben Augsburg und Roland Wegner, Weltmeister im Rückwärtslaufen und sechsfacher Sieger und Rekordhalter beim Augsburgischer Perlachturmlauf.

Der schnellste Läufer benötigte lediglich 1:25,4 Minuten für das 21-stöckige Studentenwohnheim, was einer Geschwindigkeit von immerhin 0,65 m/s entspricht.



Michael Knöferle von den Friedberger Triathleten, der sich in der Vorbereitungsphase für die aktuelle Triathlonsaison befindet, nahm kurz entschlossen am Wettkampf teil und beendete seinen allerersten Treppenlauf als zweiter in Hauptklasse Männer in einer Zeit von 1:47,4 Minuten.

Besonderer Respekt gebührt den drei Vertretern der Augsburgischer Berufsfeuerwehr, welche mit schwerer Atemschutzmaske, Pressluftatemgerät und Helm die Höhenmeter bewältigten.

Nach den Strapazen konnten sich die Teilnehmer auf eine Siegerehrung der ganz besonderen Art freuen. Die Ehrung fand in einem äußerst herzlichen Rahmen im Zielbereich, auf der Dachterrasse des Wohnheimes in 55,3 Meter über Augsburg statt. Neben einem grandiosen Ausblick, warteten zudem aufgrund der zahlreichen Sponsoren für jeden Teilnehmer eine

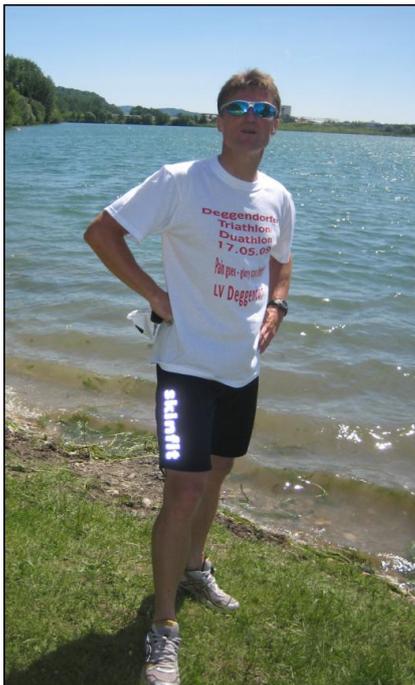
Urkunde und für die Podiumsplätze der Altersklassen attraktive Geld- und Sachpreise in luftiger Höhe.



Triatlonsaisonauftritt für Peter Schnellinger über die Mitteldistanz in Kulmbach

Kulmbach in Oberfranken - die heimliche Hauptstadt des Bieres - bot den Rahmen der diesjährigen bayerischen Meisterschaften.

(psch). Bei idealen äußeren Bedingungen fand am 13.Juni die Internationale Bayerische Meisterschaft im Triathlon über die Mitteldistanz in Kulmbach statt. Die im Vergleich zur Ausschreibung etwas verlängerten Strecken führten über 2 km Schwimmen, 90 km Radfahren und 21,1 km Laufen. Der Schwimmstart und auch der Wechsel aufs Rad erfolgten am Trebgaster Badensee, ca.12 km außerhalb von Kulmbach.



Um 9:30 Uhr fiel der Startschuss über die Mitteldistanz für die Herren, Damen und Staffelstarter bei 18 Grad Wassertemperatur. Aufgrund der engen Startzone für den Schwimmstart dauerte es eine Weile bis sich die tumultartigen Zustände etwas aufgelöst hatten. Der TSV Athlet versuchte sich hier aus den wüsten Platzkämpfen im engen Pulk herauszuhalten, und schwamm auf der weniger umkämpften Außenbahn - allerdings auch ohne großen Wasserschatten - die drei Runden im See mit zwei Landgängen. Nach 40:55 Minuten war der erste Abschnitt des Rennens geschafft und der TSV-Triathlet war sichtlich erleichtert, da er sich nach einer 5 monatigen Schwimmpause erst seit 2 Wochen wieder im Schwimmtraining befindet.

Nach schnellem Wechsel ging es ab auf die 90 km teilweise voll gesperrte Radstrecke. Diese führte durch das wellige Kulmbacher Umland über 90 km und insgesamt ca. 800 Höhenmeter bei teilweise starken Wind. Peter Schnellinger hatte am Beginn des Radfahrens größere Probleme mit Krämpfen.

Nach etwa 10 km Anfahrt ging es auf eine Rundstrecke die zweieinhalb Mal zu durchfahren war bevor es weiter in Richtung Kulmbach ging. Zahlreiche Steigungen stellten sich den Sportlern in den Weg darunter das "Highlight", ein kurzer 16 % Anstieg der dreimal zu fahren war und der den Teilnehmern mit zunehmender Renndauer einiges abverlangte. Schon bald zeigte sich hier, dass der Triathlet des TSV einen sehr guten Tag erwischte hatte, denn bereits nach 2 Std. 36 Min. 35 Sek. im Sattel konnte das Rad gegen die Laufschiene getauscht werden. Bedenkt man, dass die Radsplittzeit noch die beiden Wechsel beinhaltet, zeigt dies die starke Radform mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 35 km/h.



Das Zwischenziel, die urfränkische Stadt Kulmbach, war nun erreicht, in der vielfältigen Landschaft am Zusammenfluss des Roten und Weißen Mains sowie am Fuße von Frankenwald und Fichtelgebirge, ging es nun am Fuße der über der Altstadt von Kulmbach thronenden Plassenburg, das Wahrzeichen Kulmbachs, auf die Laufstrecke.

Zuversichtlich und mit bester Laune ging der TSV Athlet so auf den sehr ebenen Kurs des abschließenden Halbmarathons. Zusätzlich "pushen" hier die großen Mengen an Zuschauern die sich entlang der Schotter- und Sandwege versammelt haben und die die Teilnehmer frenetisch anfeuern. Peter Schnellinger hatte von Beginn an beim Laufen große Probleme mit der Atmung und konnte somit nicht an seine Leistungsgrenze heran laufen. Aber er biss auf die Zähne und mit einer Zeit von 1:47:53 für den Halbmarathon lief er getragen vom Jubel der Zuschauer in einer Gesamtzeit von 5:05:23 ins Ziel. Dies bedeutete den 103. Gesamtplatz und den 10. Platz in seiner Altersklasse. Sein Fazit: " Ein halbwegs gelungener Triathlonauftakt mit sehr interessanten Erfahrungen für die nahe Zukunft.

Im Anschluss an den Wettkampf war auf dem Gelände der "Mönchshof Brauerei" reichlich für Speis und Getränke gesorgt.





TSV-Triathleten starten beim Challenge Kraichgau Triathlon Katja und Thomas Werner starten im "Land der 1000 Hügel"

(thwe). Touristisch ist der Kraichgau - die "badische Toskana" oder "Land der 1000 Hügel" - mit dem Naturpark Stromberg-Heuchelberg und dem schwäbischen Rebland am Neckar ein Paradies. In Athletenkreisen ist der Kraichgau Triathlon berüchtigt für seine knallharten Wettkampfstrecken aber auch Synonym für perfekte Organisation und begeisternde Atmosphäre. So zieht es jedes Jahr zahlreiche Tophleten in den Kraichgau u.a. die Hawaiisieger Thomas Hellriegel und Chris MacCormack die den Wettkampf zur Vorbereitung auf die im Juli anstehenden Ironman-Rennen nutzen. Auch dieses Jahr waren unter den 1400 gemeldeten Teilnehmer mit Katja und Thomas Werner wieder 2 Athleten des TSV Friedberg am Start über die Distanz 1,9km Schwimmen/90km Radfahren/21,1km Laufen.

Die Auftaktdisziplin wurde im Hardtsee bei Upstadt-Weiher ausgetragen. Mit 26:35min schaffte Thomas Werner gleich zum Saisonanfang eine neue persönliche Bestzeit und lag damit in der Spitzengruppe seiner Altersklasse. Auch Katja Werner konnte mit 38:42min schon im ersten Wettkampf an ihre Schwimmleistungen aus dem Vorjahr anknüpfen.



Jetzt aber folgte die äußerst selektive 90km Radstrecke mit insgesamt 1127 Höhenmetern. Nach flachen 10km zum "Einradeln" musste eine Vielzahl der 1000 Hügel mit Steigungen bis 19% überwunden werden. Zudem erschwerten ein lästiger Wind und steigende Temperaturen die Aufgabe. Nach 2:33:06 Std. konnte Thomas Werner sein Rad als 2. seiner AK in der Wechselzone in Bad Schönborn abstellen und in die Laufschuhe schlüpfen. Auch Katja Werner musste mehr Körner als erwartet auf der schweren Radstrecke lassen und erreichte nach 3:05:56 Std. den Wechsel zum Halbmarathon. Bei mittlerweile schwülen 30°C hieß es jetzt nochmals alle Reserven zu mobilisieren um die erkämpften Spitzenpositionen zu verteidigen.

Gelaufen wurde auf einem 3 Rundenkurs durch den Stadtteil Bad Mingolsheim wo selbst Gartenschläuche zu Athletenduschen umfunktioniert wurden um den Läufern Kühlung zu verschaffen. Mit 1:28:32 Std. hielt Thomas Werner den 2. Platz in der M40 (265 im Ziel) und lief als 33. aller Teilnehmer (1122 im Ziel) über die Ziellinie. Seine Frau Katja Werner wurde mit 1:46:55 Std. über die Halbmarathondistanz und einer Gesamtzeit 5:35:17 Std. hervorragende 6. in ihrer Altersklasse W35.





16. STADTRIATHLON ERDING

Reinhold Walter 4ter in Erding

Triathlonfest bei gutem Wetter

(thwe). Nach der unsicheren Wetterlage der vergangenen Tage konnte der 16. Erdinger Stadtriathlon doch bei recht guter Witterung durchgeführt werden. Angenehme Temperaturen und eine perfekte Organisation luden zu einem tollen Wettkampf ein. Auch das Rahmenprogramm konnte sich sehen lassen. Auf der Pasta-Party am Schrankenplatz konnten die Athleten bereits am Vortag noch einmal ihre Kohlenhydratspeicher auffüllen. Auf der Triathlon-Messe wurde man über unterschiedliche Themen rund um den Ausdauersport informiert.

Auch dieses Jahr sorgten heiße Samba-Rhythmen auf der Laufstrecke noch mal für einen kräftigen Motivationsschub und bei der abschließenden Finish-Line-Party herrschte dank Musik und fetziger Cheerleader-Einlagen echte Fetenstimmung.

Vom TSV Friedberg war Reinhold Walter am Start um sich der starken Konkurrenz zu stellen. Nach eineinhalbjähriger Verletzungspause verursacht durch einen Fersensporn war der TSV Athlet noch etwas verunsichert ob der Fuß halten und ob das geleistete Trainingspensum für ein schnelles Rennen über die Distanzen von 1,5km Schwimmen, 48km Radfahren und 10km Laufen reichen würde. Nach dem Schwimmen im Kronthaler Weiher führte die anspruchsvolle Radstrecke durch das Erdinger Hinterland. Anschließend mussten 2 Laufrunden durch die Erdinger Innenstadt absolviert werden.



Reinhold Walter schlug sich im Wasser gut und kam mit 24:31min zum Radwechsel. Auf der Radstrecke spielte er seine Ausdauer-Fähigkeiten aus und absolvierte die 48km bei teils heftigen Windböen in schnellen 1:19:45 Std. Mit einer abschließenden Laufzeit von 43:21min und einer Gesamtleistung von 2:31:08 Std. erreichte Reinhold Walter den tollen 4. Platz in seiner Altersklasse M45 und war selbst am meisten überrascht, dass er bereits so gut mithalten konnte.

Einer der ersten Gedanken nach dem Zieleinlauf ist "Essen und Trinken" und die Organisatoren hatten dafür reichlich gesorgt. Alkoholfreier Gerstensaft, Wasser, Isodrinks, Früchte und Kuchenbüfett standen reichlich zur Verfügung und halfen allen Wettkämpfern sich schnell zu erholen.



Das **UNIVEGA**
24H-MTB-RACE 2009
 bei RADLBAUER in Steindorf

97 Runden zum Sieg heuer mit Sprung über den Bach

24-Stunden-Rennen: Roland Werner startet als Gastfahrer beim Team Veloclub Lechhausen 3 und belegt Platz 5

(Brigitte Glas). **650 Kilometer haben dem Team Veloclub Lechhausen 1 den Sieg beschert. Das Männer-Achter- Team hat beim diesjährigen 24-Stunden-Mountainbike-Rennen mit 97 Runden über 6,7 Kilometer die längste Strecke zurückgelegt.** Es galt in Achter-, Vierer- oder Zweierteams von Samstag 13 Uhr bis Sonntag, ebenfalls 13 Uhr, möglichst viele Runden zu fahren. Jeweils ein Fahrer der Mannschaft durfte auf der Strecke sein. Vier Frauen und 28 Männer probierten es allein und fast alle hielten durch.



Sieger wurden der Vorjahresgewinner, der Australier Morgon Pilley, und Rosi Schings bei den Frauen. Sieg hin oder her, dabei sein ist alles, dachten sich wohl die meisten der Mountainbiker. Mit 721 Startern waren es heuer sogar 100 mehr als im vergangenen Jahr. Die

Organisatoren hatten eine leicht veränderte Strecke ausgesteckt. Anspruchsvoller, aber nicht gefährlicher sei die Route, meinte Veranstalter Dr. Thomas Böttner, der Radlbauer. Es ging bergauf und steil bergab, über eine hölzerne Rampe, durch den Bach und als Neuheit dieses Jahr per Sprungschanze über einen anderen Wasserlauf. Diese Schikanen nahmen die Fahrer gerne hin, sie machten sogar richtig Spaß.

Am Start waren längst nicht nur Profifahrer. Die meisten waren Hobbyfahrer. Wie zum Beispiel „Sepp's Ladykracher“, die auch noch für den guten Zweck fuhren. Sponsoren wollten fünf Euro pro gefahrene Runde an das SOS Kinderdorf am Ammersee spenden. 63 Runden brachten ihnen den dritten Platz ein und den Kindern zusammen mit weiteren Spenden 500 Euro. Gleich 16 Leute konnte das Hepago-Team mobilisieren, acht Männer und acht Frauen. Die Damen mussten sich nur den Hofer Rennschnecken geschlagen geben. Von den eigentlich 16 St. Michaels- Radlern begaben sich nur vier auf die Strecke. Oft hatten sich Arbeitskollegen zusammengefunden, so waren unter anderem die Raiffeisenbank Kissing-Mering, JOMADämmstoffe oder Möbel Schneider Kissing unterwegs. Und natürlich die Teams aller Fahrradhändler aus der Umgebung.

Den reinen Hobbycharakter brachten einige Teams mit ihren Mannschaftsnamen zum Ausdruck: die Montagsradler, die Luftpumpen oder die Chiller-Griller. Ob man von ihrem Namen auf den Fahrstil schließen kann, wollten die Merchinger Stoppelhopper nicht sagen. Ins Ziel sind sie gekommen, und das nur mit kleineren, harmlosen Blessuren. Andere hatte da weniger Glück. Die 30 Sanitäter und drei Notärzte vor Ort versorgten bis eine Stunde vor Zielschluss 65 Verletzte, von denen elf ins Krankenhaus gebracht werden mussten.

Thomas Winter, der Einsatzleiter, hielt das bei einer solchen Veranstaltung „im Rahmen“. Ein positives Resümee zog auch Dr. Thomas Böttner. „Insgesamt sind über 25 000 Runden gefahren



worden, dabei ist 25000 Mal die Rampe am Hofer Weiher und etwa 20000 Mal die Sprungschanze überquert worden. Dass dabei gar nichts passiert, ist schlicht unmöglich.“ Böttner lobte die große Leistung, die alle Fahrer vollbracht haben und den Einsatz der 200 Leute und der Sponsoren, die am Gelingen des Events beteiligt waren. Neuauflage 2010 ist noch offen Ob es im nächsten Jahr eine Neuauflage gibt, ließ Böttner noch offen. Er wolle die Kosten noch mal genau nachrechnen. Verdienen wolle er nichts, die schwarze Null müsse aber herauskommen. Wenn wieder gefahren wird, will er die Teilnehmerzahl auf 750 begrenzen. „Klein, aber fein“ soll die Veranstaltung bleiben.

Artikel erschien am 06.07.2009 in der Friedberger Allgemeinen Zeitung





Aufgeben gibt's nicht

Sports-Kanonen: Katja Werner besiegt beim Triathlon nicht nur ihre Konkurrentinnen, sondern auch immer wieder sich selbst. Ein Höhepunkt war die WM in Clearwater

(Simon Biallowons). Torwart-Titan Oliver Kahn hat ein Prinzip geprägt und das lautet: „Gib niemals auf!“ Klingt einfach, ist schwierig. Wie schwierig, weiß Katja Werner. Sie ist Triathletin und damit Sportlerin im körperlichen Grenzbereich. Sie hat einer fiebrigen Erkältung beim Ironman auf Hawaii getrotzt, den Eisenmangel bei der Weltmeisterschaft in Clearwater weggesteckt. Nur eines hat sie bei einem Triathlon bislang noch nie: aufgegeben.

Im November 2008 führt die Triathlon- Weltmeisterschaft in Florida Katja Werner an den Rand ihrer Kräfte. Die gebürtige Würzburgerin quält sich über die Radstrecke, der Körper brennt und schmerzt, der Kopf will nicht mehr. Werner hadert mit sich, doch sie bringt den Triathlon zu Ende – und bleibt sich damit treu: „Wenn du einmal ausgestiegen bist, wirst du immer wieder aussteigen. Wenn dich der Kopf einmal besiegt, kann das immer wieder passieren“, erklärt Werner.

Dass sich Werner von ihrem Kopf nur ungern besiegen lässt, zeigt sich schon früh in ihrer Sportkarriere. Sie turnt, spielt Tennis, hat viel Talent als Leichtathletin und noch mehr als Basketballerin. Sie geht für Bayern München in der 2. Bundesliga auf das Parkett. Doch dann geht Werner, sie hat eine Ausbildung als Auslandskorrespondentin abgeschlossen, für ein Jahr nach Nancy. Als die damals 25-Jährige zurückkehrt, gibt es ihre alte Mannschaft nicht mehr. Sie gibt Basketball auf und geht stattdessen ins Fitnessstudio. Bis zum Jahr 2000. In diesem Jahr schließt Werner eine Wette ab, die ihr Leben verändern sollte. Es geht um den Marathon in Hamburg, er soll im April stattfinden – mit Katja Werner und einigen Freunden: „Ich habe früher Langstrecken gehasst. Deshalb war die Wette eigentlich irre.“ Irre oder nicht: Sie beginnt zu trainieren, läuft den Marathon und ist völlig fasziniert. Noch zwei Marathons absolviert sie, ehe sie 2001 auf eine neue Ausdauersportart aufmerksam wird: Triathlon. Sie wird neugierig, kauft sich ein Rennrad, trainiert wie wild und bestreitet in Bad Tölz ihren ersten Wettkampf. Liebe auf den ersten Blick? Fehlanzeige. „Der Wettkampf war die Hölle. Es hat geregnet ohne Ende, meine Füße sind erst im Ziel wieder aufgetaut.“ Doch die Hölle aus 750 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren und fünf Kilometer Laufen schrecken Werner nicht ab. Im Gegenteil: „Vor dem Start habe ich gedacht: Wenn ich das überlebe, dann bleibe ich bei dem Sport.“

Bei einem Triathlon am Schliersee lernt die Angestellte einer Anwaltskanzlei Thomas Werner kennen. Der hatte sich gerade für den Ironman auf Hawaii qualifiziert – Ziel und Traum eines jeden Triathleten. Die beiden werden ein Paar und reisen ab diesem Zeitpunkt gemeinsam zu Wettkämpfen auf der ganzen Welt. Katja Werner steigert sich immer mehr, verbessert ihre erste Bestmarke von 11:44 Stunden aus dem Ironman in Frankfurt schnell – die Leistungen der heute 39-Jährigen explodieren. 2002 muss sie den ersten Ironman in Klagenfurt wegen eines Ermüdungsbruchs absagen, 2005 schraubt sie ihre Bestzeit in Zürich auf 11:07 Stunden. Ein toller Erfolg. Der im Gegensatz zu dem, was Werner nach dem Rennen erlebt, dennoch völlig verblasst. Bei der Siegerehrung ist nämlich noch ein Platz übrig, der die Startberechtigung für den Ironman in Hawaii bedeutet – er gehört Katja Werner. Sie ist völlig perplex und nun in einer Zwangssituation: Wer in Hawaii starten will, muss sich nach der Qualifikation sofort anmelden, und auch sofort die Startgebühr bezahlen. Doch Katja Werner hat kein Geld dabei. Sie fleht das Kampfgericht an, erbittet zehn Minuten, stürmt zum nächsten Geldautomaten und löst somit endgültig das Ticket für Hawaii.

Der Triathlon dort wird sportlich kein Höhepunkt, emotional aber ein Erlebnis der Superlative. Werner holt sich eine Erkältung, muss in den Wechselzonen mit Eisbeuteln gepflegt werden und läuft wie in Trance. Sie ist dehydriert, völlig kaputt – und gibt dennoch nicht auf. Was dann im Ziel abläuft, erzählt Werner so: „Das Gefühl kann man kaum beschreiben. Ich war zuvor mit Thomas dabei, aber eben nicht als Teilnehmerin. Und wenn du dann mit dem Bändchen am Arm einer von



1800 Athleten bist bei einem Mythos, dann wächst du über dich hinaus. Einfach Wahnsinn.“

2007 starten Katja und Thomas Werner noch einmal in Hawaii, mit dabei ist Thomas' Bruder Roland. Katja braucht 10:51 Stunden, es läuft ungleich besser als beim ersten Mal. In den Jahren danach konzentriert sich das Triathlon-Pärchen auf neue Herausforderungen – und fährt 2008 zur WM in Clearwater. Die hätte fast mit ihrer ersten Aufgabe geendet, aber nur fast. Dennoch ist sie mental angeschlagen, doch die DVD vom Ironman auf Hawaii hilft ihr. Ihr wird klar, was Triathlon für sie bedeutet: „Der Sport gibt mir so viel. Ich habe für das Leben sehr viel gelernt, bin geduldiger und psychisch stärker geworden. Ich weiß, was ich körperlich leisten kann.“ Nun trainiert Katja Werner wieder, getreu dem Kahn-Prinzip: „Gib niemals auf!“

Dieser Artikel erscheint am 09.07.09 in der Friedberger Allgemeinen Zeitung





Gerald Demharter und Klaus-Dieter Raabe erneut IRONMAN-Finisher

Tolle Leistungen beim 11. IRONMAN Austria

(gede). Klagenfurt in Kärnten war dieses Jahr zum 11. Mal das Ziel für 2281 Langstrecken-Triathleten aus aller Welt. Nach unzähligen Trainingskilometern welche neben dem Beruf in den letzten 6 Monaten absolviert wurden stellten sich Gerald Demharter und Klaus-Dieter Raabe der Herausforderung 3,8km zu Schwimmen, danach 180km Rad zu fahren und schließlich noch einen Marathon über 42,2 km zu laufen.



Der Wetterbericht kündigte angenehm kühles und regnerisches Wetter mit maximal 23 Grad an, aber es kam ganz anders. 23 Grad hatte zumindest der Wörthersee was die Sportler als sehr angenehm empfanden. Bereits im Morgengrauen pilgerten Menschenmassen zum Schwimmstart an den Wörthersee und den Lendkanal um pünktlich um 7 Uhr den beeindruckenden IRONMAN Schwimmstart miterleben zu können. Die erste Wendeböje wurde in etwa 1.400m Entfernung umrundet. Nach

zwei weiteren Richtungsänderungen ging es zur Mündung des Lendkanals, wo nach weiteren 800 Metern das Ende der Schwimmstrecke auszumachen war. Nach 1:33:53 Std. stieg Gerald Demharter aus dem Wasser, dicht gefolgt von Klaus-Dieter Raabe, der dafür 1:35:17 Std. benötigte. Unmittelbar hintereinander starteten beide in die erste der beiden 90km langen Radrunden.

Die Strecke führt anfangs am Südufer des Wörthersees entlang und tangiert danach den Faaker See. Bei ca. Kilometer 65 müssen die Athleten dann den gefürchteten Rupertiberg erklimmen, eine Passage mit maximal 12% Steigung. Dann geht es an der slowenischen Grenze entlang und schließlich wieder zurück nach Klagenfurt. In der zweiten Radrunde kämpfte bereits eine Vielzahl der Teilnehmer mit sengender Hitze und drückender Schwüle. Gerald Demharter konnte sein Rad nach 6:12:22 Std. wieder in der Wechselzone parken. Klaus-Dieter Raabe, der zwischenzeitlich noch als Pannenhelfer eines fremden Athleten aushalf, beendete die Radstrecke nach 6:29:31 Std. Das Thermometer zeigte bereits deutlich über 30 Grad an und die 42,2 Kilometer der Marathonlaufstrecke standen nun bevor.

Die zweimal 21,1km Wendepunktstrecke führt zuerst nach Krumpendorf, dann wieder zurück



und weiter in die Stadtmitte von Klagenfurt, wo wieder gewendet und zurück zum See gelaufen wird. Die ersten Kilometer muss sich der Bewegungsapparat vom Radfahren erst ans Laufen gewöhnen und auch die Temporeduzierung muss erst mental verarbeitet werden. Trotz einiger kleiner "Durchhänger" während des Laufens aber dank des lang ersehnten, weil kühlenden Gewitterregens, konnte Demharter sein Tempo bis zum Schluss annähernd halten und benötigte für die 42,2km schnelle 4:29:32 Std. Seine Gesamtzeit betrug im Ziel somit 12:28:49 Std. und bedeutete eine Verbesserung zum Vorjahr von mehr als 40 Minuten. Für Klaus-Dieter Raabe lief es nicht ganz so gut. Er hatte schon frühzeitig mit Knieproblemen zu kämpfen, ließ sich davon jedoch nicht entmutigen und zog die Marathonstrecke schließlich in 5:30:18 Std. durch. Er überquerte den Zielstrich nach gesamt 13:54:34 Std. erschöpft aber überglücklich.

Die landschaftlich einzigartige Umgebung, die klasse Organisation mit engagierten und sehr freundlichen Helfern und nicht zuletzt die Rekordanzahl von ca. 140.000 begeisterten Zuschauern machten diesen Wettbewerb wieder mal zu einem unvergesslichen Erlebnis.







TSV-Triathleten in Königsbrunn am Start

Langstreckler Thomas Werner auf Platz 3 beim "Kurzen"

(thwe). Bereits zum 21. Male richtete der SC Königsbrunn seinen Triathlon am Ilseesee aus, zu dem sich auch heuer wieder über 300 Teilnehmer und Teilnehmerinnen zum Volks- bzw. Kurztriathlon angemeldet hatten. Während Michael Knöferle beim Volkstriathlon über 500m Schwimmen, 18km Radfahren und 5km Laufen an den Start ging, bevorzugte Thomas Werner zur Vorbereitung auf die Deutsche Mitteldistanz Meisterschaft, die Ende Juli in Immenstadt ausgetragen wird, den Wettkampf über die Kurzdistanz von 1.5km Schwimmen, 44km Radfahren und 11km Laufen.

Bei guten äußeren Bedingungen und 19°C Wassertemperatur erreichte Michael Knöferle den 17. Gesamtrang beim Volkstriathlon (187 im Ziel). Mit 9:11min im Wasser, 31:39min auf dem Rad und 22:52min für den abschließenden Lauf erkämpfte er zudem den 5. Platz in der Altersklasse TM20.

Auch Thomas Werner zeigte eine starke Leistung im Kurztriathlon. Mit der 12schnellsten Schwimmzeit des Tages von 20:39min ging's auf die Radstrecke die über Oberottmarshausen, Klein- und Großaitingen, den Reinhartshofer Berg nach Hardt und über Strassberg, Bobingen zurück nach Königsbrunn führt. Nach schnellen 1:11:19 Std. wechselte Thomas Werner zum Laufen, wobei er unterwegs durch eine abgesprungene und verklemmte Kette wertvolle Zeit einbüßte. Als Gesamt 8. (307 im Ziel) und 3. in seiner Altersklasse TM40 erreichte er nach 43:15min Laufen und in gesamt 2:15:13 Std. die Ziellinie im Königsbrunner Stadion.







Hessingpark Triathlon Festival am Augsburger Kuhsee

Klasse Leistungen beim 10-jährigen Jubiläum

(rowe). Traditionell schien am Sonntag zum Start des 10. Augsburger Kuhsee-Triathlons die Sonne. Mit 383 Einzelstartern verzeichnete das Hessingpark-Clinik-Kuhsee-Triathlon-Festival nicht nur einen neuen Teilnehmerrekord. Auch die Premiere des Nachtlaufs am Samstag wurde besser angenommen, als Organisatorin Katja Mayer das erwartet hatte. Vom TSV Friedberg waren 3 Aktive beim Volkstriathlon dabei, Michael Knöferle, Maximilian Lindner und Oliver Werner. Oliver Werner startete in der Altersklasse 10/11 beim Kindertriathlon.



Michael Knöferle war seit dem Start der Veranstaltung im Jahr 2000 jedes Jahr dabei und finishte heuer als Sechster in der schnellen Zeit von 0:59:14 Std. erneut unter den Top 10 seiner Klasse. Mit Platz 22 beim Nachtlauf und Platz 12 beim Triathlon wurde er auch hervorragender 7. in der Gesamtwertung "Day & Night Champion". Noch einen Platz besser war Maximilian Lindner! Als bekannt gut Läufer belegte er den sehr guten 15. Platz beim Nachtlauf und den 14. Platz beim Triathlon (0:59:55 Std.). Zusammengerechnet war es der tolle 6. Platz in der "Day & Night Wertung".



Bereits zum 4. Mal startete Oliver Werner im Rahmen des Kindertriathlons. Jedes Mal hatte es bisher zum Podiumsplatz in seiner Altersklasse gereicht, das sollte auch heuer wieder so sein. Entsprechend couragiert ging Oliver das Rennen an. Nach einem schnellen Wechsel aufs Rad war er bereits in der Spitzengruppe nach dem Schwimmen platziert. Bis ins Ziel machte Oliver noch ein paar Plätze gut und wurde, angefeuert von seiner ganzen Familie, nur knapp geschlagen in seiner Altersklasse toller Zweiter. Stolz präsentierte er nach der Siegerehrung seine vierte Medaille.





Thomas Werner erfolgreich bei Deutscher Mitteldistanz Meisterschaft in Immenstadt

4. Platz bei Regen und Kälte im Allgäu

(thwe). 805 TeilnehmerInnen starteten am vergangenen Samstag in Immenstadt im Allgäu auf der Mitteldistanz (2 km Schwimmen, 96 km Radfahren und 20 km Laufen) zur Internationalen Deutschen Meisterschaft der Altersklassen. Die Meisterschaften wurden im Rahmen des 27. Allgäu Triathlons ausgetragen. Der Schwimmstart (8:00Uhr Frauen und 8:35Uhr Männer) erfolgte im Bootshafen von Bühl am Großen Alpsee. Nach 2 km Schwimmen folgte eine sehr anspruchsvolle und zweimal zu durchfahrende 48km lange Rundstrecke. Mehrere selektive Anstiege, unter anderem am Immenstädter Kalvarienberg, der Ettensberger- und Stixner-Anhöhe sowie der anschließende Lauf in die Innenstadt von Immenstadt und weiter durch die Illerauen wurden zu Zuschauermagneten.



Leider spielte der Wettergott am Wettkampftag nicht mit und überraschte Sportler wie Zuschauer mit Wind, kalten Temperaturen und Dauerregen. Aufgrund von perfekter Organisation mit rund 800 kompetenten und freundlichen Helfern ist der Allgäu Triathlon weit über die Landesgrenzen ein bekannter und beliebter Triathlon Austragungsort. Deshalb wurde die ITU Langdistanz Weltmeisterschaft für das kommende Jahr nach Immenstadt vergeben.

Für den TSV Friedberg ging Thomas Werner in der Altersklasse TM40 an den Start. Durch intensive Vorbereitung und fast verletzungsfreiem Training in den letzten 2 Jahren zeigte er erneut eine tolle Leistung. Bereits im Schwimmen, wo er sich in diesem Jahr stark verbessert hat, konnte er mit der Spitzengruppe mithalten, stieg mit der Zeit von 0:28:32 Std. als gesamt 32. und 3. in der TM40 aus dem Wasser und wechselte zum Radfahren. Bei 11°C und Regen konnten auch die giftigen Anstiege viele der Athleten nicht erwärmen, so dass etwa 70 Starter das Rennen bereits auf der Radstrecke unterkühlt beenden mussten. Zum Teil stand das Wasser zentimeterhoch auf den Straßen und machte vor allem die Abfahrten zu waghalsigen Unternehmungen. Trotzdem konnte Thomas Werner einige Plätze gutmachen und als 24. gesamt bzw. 2. in seiner Altersklasse nach 2:55,46 Std. in die Wechselzone im Auwaldstadion einbiegen. Leider verlor er beim Wechsel zum Laufen durch eine Unachtsamkeit wertvolle Sekunden als er seinen Helm zu früh öffnete und von einem Kampfrichter aufgehalten und verwahrt wurde.

Mit entsprechender Wut im Bauch ging's auf die Laufstrecke in Richtung Innenstadt. Endlich verzogen sich auch die Regenwolken und es zeigt sich sogar die Sonne. Thomas Werner zeigte ein kämpferisches Rennen musste aber leider 2 Mitkonkurrenten passieren lassen und lief in 1:20,33 Std. auf den hervorragenden 4. Platz in der TM40 (11 Sekunden fehlten auf den 3.). Sein 24. Gesamtrang (725 im Ziel) in der Zeit von 4:44,51 Std. untermauert die hervorragende Leistung die Thomas Werner bei diesen Meisterschaften zeigte.



TSV Triathleten mit guten Platzierungen beim Auerberg Triathlon

Sehr gute Bedingungen für Reinhold Walter und Michael Knöferle beim Jubiläumstriathlon

(mikn). **Der erste abgefeuerte Böllerschuss galt diesmal nicht als Startzeichen für den Kurztriathlon, sondern schickte 97 Triathleten auf die erstmalig ausgerichtete Sprintdistanz (500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren, fünf Kilometer Laufen).**



Michael Knöferle von den Friedberger Triathleten stellte sich der starken Konkurrenz und beendete die Schwimmrunde als 30ster. Beim anschließenden Radfahren und Laufen, den stärkeren Disziplinen von Knöferle, konnte er zahlreiche Mitstreiter überholen und sich letztendlich bis auf den 13. Gesamtplatz im Zieleinlauf vorarbeiten. In der Altersklasse bedeutete das den undankbaren vierten Platz. Die lokalen Ausdauerathleten Kornelia Weiß und Lukas Sporer vom ausrichtenden Tri-Team Schongau gewannen den Sprint-Triathlon mit souveränem Vorsprung.

Wie beim vorangegangenen Sprint-Triathlon, durften auch die Kurzstreckentriathleten keine Neopren-Schwimmanzüge aufgrund der Wassertemperatur von über 24 Grad tragen. Um 9:20 war es dann soweit. Durch einen erneuten Böllerschuss starteten 171 Triathleten auf der Schwimmstrecke die 10te Ausgabe

des Auerberg Kurztriathlon. Nach einem Jahr verletzungsbedingter Zwangspause konnte der Friedberger Triathlet Reinhold Walter bereits in seinen ersten beiden Wettkämpfen in Karlsfeld und München starke Leistungen zeigen. Innerhalb der 1500 Meter langen Schwimmstrecke erkämpfte sich Walter einen Platz im ersten Drittel des Teilnehmerfeldes beim Auerberg Triathlon und kam als einer der ersten in seiner Altersklasse aus dem Wasser. Nach einer sehr guten Radrunde und schweißtreibenden 10 Laufkilometern beendete Reinhold Walter als 48er in der Gesamtwertung und als 6ter in der Altersklasse das hochkarätig besetzte Rennen, welches der Vorjahressieger Christian Jais erneut gewann.

Der Teilnehmerrekord ist sicherlich nicht nur ein Resultat für die erfolgreiche Arbeit der Organisatoren, sondern deutet auf eine immer noch steigende Beliebtheit des Triathlonsports hin. Wie immer lobten alle Teilnehmer die hervorragende Organisation in sämtlichen Bereichen. "Man muss sich nur die vorzügliche Kuchentheke ins Gedächtnis rufen, dann ist sogar noch ein abschließender Sprint ins Ziel locker möglich", meint Michael Knöferle mit einem Lachen.





Hans-Böller-Lauf in Friedberg

La Ola für den Sieger

Mit ganz verschiedenen Gefühlen gingen die Staffelläufer des Hans-Böller-Laufs an den Start. „Aufgeregt sind wir nicht, wir freuen uns eher“, sagte Maximilian Heiß vom Team „Toastie Chiller“. Angespannt dagegen war Margit Neuhäuser von den „Friedberger Asphalt-schnecken“. „Heute Nacht habe ich mir gedacht: Wieso mache ich das?“

Mit fast zwei Minuten Abstand gewann der „TSV Friedberg Triathlon“ die Staffel mit zehn Läufern pro Mannschaft auf der etwa 950 Meter langen Strecke. Bereits in der zweiten von zehn Runden hatte das Team, laut Moderatorin Sabine Negele, einen „gewaltigen Vorsprung“. In der achten Runde hatten sie bereits alle Mannschaften bis auf den „LC Aichach“ überrundet. Nach nur 26,08 Minuten erreichte ihr letzter Läufer die Ziellinie. Zwar sahen sich die Läufer des „TSV Friedberg Triathlon“ selbst schon vorher als Favoriten.

Neues Team zusammengestellt



Dass ihr Sieg aber so eindeutig war, damit hätten sie nicht gerechnet. „Da waren wir schon überrascht“, sagte Peter Schnellinger. Das letzte Mal hatte der TSV Friedberg 1996 den Hans-Böller-Lauf gewonnen. Deshalb haben sie dieses Jahr extra ein neues Team der besten Läufer aus der Abteilung Leichtathletik und Triathlon zusammengestellt.

Auch der zweite Sieger „LC Aichach“ war zufrieden. „Überragend“ fand Nachwuchssportler Hubert Beck das Ergebnis. Denn bei so starken Konkurrenten könne man nichts machen. Mit einem Bier direkt nach dem Lauf feierten „die Agrarflitzer“ ihren dritten Platz. „Wir waren besser als gedacht“, freute sich Stefan Sedlmair. Denn zum ersten Mal und einfach so aus Spaß hatten sie sich beim Hans-Böller-Lauf angemeldet.

Für die richtige Motivation sorgte das Publikum. Mit Rasseln heizte der Fanclub ihrem Team „Zweirad Pfundmeir“ ein. Zuschauer Alfred Schwarz war bisher bei allen Hans-Böller-Läufen dabei. Dieses Jahr war es aber was ganz Besonderes für ihn, denn zum ersten Mal startete auch sein 14-jähriger Enkel. Trotzdem wollte er alle Mannschaften anfeuern. Beim Zieleinlauf feierte das Publikum den „TSV Friedberg Triathlon“ sogar mit einer La-Ola-Welle.

Die Mannschaft des TSV Friedberg Triathlon feierte ihren Sieg auch nach der Siegerehrung noch weiter im Bierzelt.

Dieser Artikel erscheint am 10.08.2009 in der Friedberger Allgemeinen Zeitung

