



Vorwort

Ein bemerkenswertes Sportjahr 2004 ist vorbei. In den Höhepunkten der Saison finden sich viele Erfolgsberichte unserer aktiven Triathletinnen und Triathleten über die Teilnahmen an Triathlon-, Duathlon- und Laufwettkämpfen. Besonders erwähnenswert ist die rege Beteiligung an Wettbewerben über lange Strecken. So waren wir 5 mal bei Ironman-Wettkämpfen und 6 mal bei Marathonläufen im Einsatz. Höhepunkt der Saison war die Teilnahme von Markus Gebele beim Ironman auf Hawaii, bei dem er den tollen 217. Platz von 1579 Teilnehmern erzielte. Erstmals beteiligten wir uns bei der Quelle Challenge in Roth als Team und auch unsere Staffel beim Hans-Böller-Lauf war sehr erfolgreich.

Höhepunkt für die Sportart Triathlon waren die Wettbewerbe bei den Olympischen Spielen in Athen. Die umfassende Berichterstattung begeisterte Millionen Menschen weltweit. Die Grundmerkmale unserer Sportart, wie Ausdauer, Vielseitigkeit, Naturverbundenheit und Innovative Ausstrahlung wurde einer breiten Öffentlichkeit gezeigt. Inspirierte und interessierte Sportler finden in 330 Vereinen mit über 9300 Aktiven in Bayern eine kompetente Anlaufstelle, um in diese faszinierende Sportart hinein zu schnuppern.

Ich möchte mich bei allen Aktiven, bei den "ehrenamtlichen" Mitgliedern in der Abteilungsleitung, Thomas Gunzl (2. Abteilungsleiter), Roberto Cacciato (Kassier) und Thomas Werner (Presse) ganz herzlich für Ihr Engagement im abgelaufenen Jahr bedanken und wünsche uns für das kommende Jahr genauso viel Elan und Motivation zum Wohle unserer Abteilung.

Ich wünsche allen Mitgliedern der Triathlonabteilung alles Gute, viel Erfolg, Gesundheit und weiter so viel Einsatz in unserer kleinen aber feinen Abteilung. Interessenten lade ich herzlich ein bei uns im Training vorbeizuschauen.

Roland Werner
Abteilungsleiter Triathlon



Fotos des Jahres 2004



Rob bei der Quelle Team Challenge in Roth



Rob Cowart erstmals in Erding



Foto: Frank Kühne



Die folgenden
Zeitungsartikel
wurden in der
Friedberger
Allgemeinen
Zeitung
veröffentlicht...



Große Pläne im Lager der TSV-Triathleten

Hawaii-IRONMAN als Motivationsziel

(rowe). Was macht ein Triathlet eigentlich im Winter? Er schwimmt, radelt und läuft, oder? Stimmt nicht ganz, denn das Radfahren kann man getrost vergessen in dieser kalten Jahreszeit. Trotzdem, langsam, aber sicher beginnen die wichtigsten Trainingswochen des Jahres. Ausreden zählen jetzt nur noch in ganz dringenden Fällen bzw. fast gar nicht, wenn man als Saisonhöhepunkt eine Teilnahme an einer IRONMAN-Triathlonveranstaltung plant. Also liegt die Konzentration im Triathlonsport jetzt im Schwimmen und beim Laufen.

Genau nach dieser Maxime trainiert eine Gruppe ehrgeiziger Sportler in der Triathlonabteilung des TSV Friedberg. Inspiriert von der Vorstellung heuer oder in den kommenden Jahren beim IRONMAN-Triathlon auf Hawaii dabei zu sein, wird zur Zeit fleißig an der Grundlagenausdauer im Schwimmen und beim Laufen gearbeitet. Konkret lautet das Saisonziel von Katja Fuchs, Peter Schnellinger, Sebastian Feuerlein, Georg Trenker, Reinhold Walter und Neuzugang Markus Gebele die erfolgreiche Teilnahme am IRONMAN Germany Triathlon am 11. Juli 2004 um eventuell auf den Zug der Qualifikanten für die Weltmeisterschaft im Oktober auf Hawaii aufzuspringen. Zur richtigen Trainingssteuerung wird dabei auch auf die Ergebnisse einer spezifischen Leistungsdiagnostik gesetzt, damit die eingesetzte Trainingszeit optimal für die Erreichung der gesteckten Ziele ausgenutzt werden kann.

Ironman in Frankfurt 2004 ist hochkarätig besetzt

Beim Wettkampf am 11. Juli 2004 wird es bei den Profis zu einem sportlichen Kräftemessen auf höchstem Niveau kommen, denn erstmals treten in einem europäischen Rennen die Top 3 Finisher der IRONMAN Weltmeisterschaft und die besten Deutschen gegeneinander an. Peter Reid aus Kanada, dreifacher Hawaii-Sieger und World Champion 2003, wird bereits zum zweiten Mal in Frankfurt dabei sein. Der Belgier Rutger Beke, Überraschungszweiter der Weltmeisterschaft in Hawaii wird ebenso an den Start gehen wie Cameron Brown aus Neuseeland, dem Drittplatzierten in Hawaii 2003.

Trainingslager zu Pfingsten

Damit die Formkurve auch im Radfahren ansteigt, ist ein Trainingslager zu Pfingsten am Rothsee im Fränkischen Seenland geplant. Die Gegend rund um Roth bietet für den Triathlonsport hervorragende Trainingsbedingungen. Einige Athleten packen aber auch die Koffer und schließen sich Trainingsgruppen auf Mallorca und in Italien an.

Für alle „Hobby“-Sportler in der Triathlonabteilung beginnt ebenfalls die Vorbereitung auf die kommenden Ziele, die jedoch nicht IRONMAN heißen. Der Terminkalender ist von Mai bis August voll mit attraktiven Veranstaltungen im regionalen Umkreis. Damit auch diese kleineren Ziele erreicht werden, trainieren alle fleißig an der Verbesserung der spezifischen Technik und grundlegenden Fitness.

Die Abteilungsleitung drückt wieder allen Aktiven die Daumen und freut sich auf eine spannende und erfolgreiche Saison.



Friedberger Triathleten beim 18. Augusta Halbmarathon

Reinhold Walter, Alexander Koller, Gerald Demharter und Markus Ritter am Start



(thwe) Bereits zum 18. Mal richtete die TG Viktoria Augsburg den Augusta Halbmarathon aus. Traditionell ist dieser Wettkampf der erste Auftritt der Triathleten des TSV Friedberg und somit eine frühe Leistungsbestimmung für die kommende Saison. Auch heuer wieder fanden sich ca. 600 Laufbegeisterte zum Start auf der Südsportanlage an der Ilsungstrasse bei guten äußeren Bedingungen ein.

Vom TSV gingen Reinhold Walter, Alexander Koller und die Neuzugänge Gerald Demharter und Markus Ritter auf die amtlich vermessene 21,1 km lange Runde.

In toller Frühform zeigte sich Alexander Koller der seine zweite Saison im Trikot des TSV Friedberg bestreitet und mit 1:33:02 Std. eine persönliche Bestleistung aufstellte. Die Leistung reichte zu Platz 13 in der Klasse M20.

Eine neue persönliche Bestzeit war auch das primäre Ziel von Reinhold Walter. Der Vielstarter verfehlte diese aber um winzige 9 Sekunden und erreichte 1:34:50 Std. und damit Platz 36 in der Klasse M40. Seine Leistung ist aber um so höher einzuschätzen, da er noch an der Folgen eines Radsturzes laboriert. Ihren ersten Start im Trikot des TSV Friedberg absolvierten Gerald Demharter und Markus Ritter. Mit 1:40:06 Std. bzw. 1:48:56 Std. erreichten beide ebenfalls persönliche Bestleistungen. Gerald Demharter finishte als 58. in der Klasse M40. Markus Ritter belegte den 48. Platz in der M35.

Mit neuer Motivation gehen die Triathleten des TSV Friedberg jetzt in den letzten Teil der Saisonvorbereitung. Stand bis dato das Lauf- und Schwimmtraining im Vordergrund, so wird in den kommenden Wochen an der Radform gearbeitet. U.a ist auch ein Radtrainingslager in Cesenatico/Italien geplant.





◆

Alexander Koller beim Duathlon erfolgreich

Schwäbische Duathlon-Meisterschaft in Obergünzburg



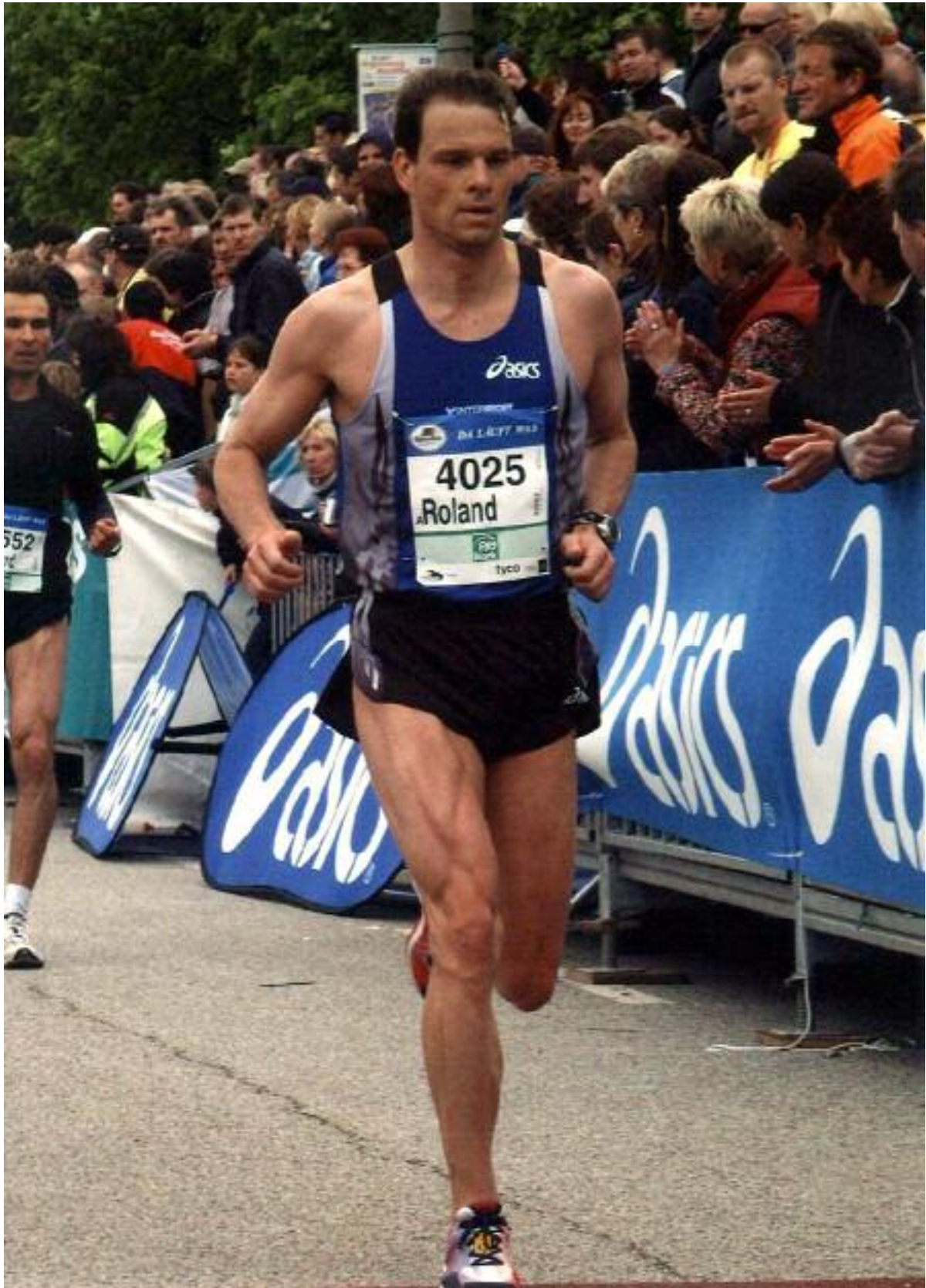
(rowe). Bei der ersten Duathlon-Veranstaltung der Saison beteiligten sich auch zwei Triathleten des TSV Friedberg erfolgreich. Im Rahmen des 15. Obergünzburger Duathlons wurde neben der Sprintveranstaltung auch die Schwäbische Meisterschaft über die Distanzen 5 km Laufen - 26 km Radfahren - 5 km Laufen ausgetragen.

Alexander Koller eröffnete die Mehrkampfsaison in Obergünzburg mit dem Start beim Sprintduathlon. Insgesamt beteiligten sich 24 Männer und 6 Frauen aus ganz Bayern beim Sprintduathlon. Die Laufdisziplin über 5 km wurde auf einer kombinierten Rund- und Wendepunktstrecke auf Asphalt und festen Wegen mit ein paar kräftigen Steigungen ausgetragen. Alexander Koller erreichte im ersten Abschnitt 21:02 Minuten und zum Abschluß nochmals gute 25:06 Minuten. Dazwischen lagen anstrengende 26 bergige Radkilometer von Obergünzburg nach Ronsberg und über Willofs zurück. Für die Radrunde, die zwei Mal gefahren wurde benötigte Alexander 56:31 Minuten und erzielte mit der Gesamtzeit von 1:42,40 Stunden den 3. Platz in der Alterklasse 2.

Als weiteres TSV-Mitglied trat Markus Gebele neben 27 Männern und 8 Frauen bei der Schwäbischen Meisterschaft im Duathlon an. Der Diedorfer ist für die Saison 2004 noch nicht für den TSV startberechtigt und ging deshalb für den SC Oberstaufen an den Start und erreichte nach sehr guten Einzelleistungen in der Gesamtzeit von 1:25,00 Stunden den 2. Platz in der Altersklasse 3.



Roland Werner in Regensburg





Regensburg Halbmarathon

Peter Schnellinger, Thomas und Roland Werner glänzen mit schnellen Zeiten

(thwe). Am vergangenen Wochenende stand Regensburg ganz im Zeichen des 14. Regensburg Marathon. Neben dem Lauf über die traditionellen 42.195km wurde auch ein Halbmarathon für Läufer und ebenso für Inline-Skater angeboten. Mit knapp 5.000 Läufern und Läuferinnen war die Halbmarathon Distanz am stärksten besetzt. Die Strecke führte durch den Altstadt kern der 2000-jährigen Stadt, über die historische Steinernen Brücke und vorbei an vielen Sehenswürdigkeiten.



Von der Triathlon-Abteilung des TSV Friedberg nahmen Peter Schnellinger und die Zwillinge Roland und Thomas Werner die 21,1km unter die Füße. Durch die tolle Stimmung am Streckenrand angetrieben erreichten alle Drei sehr schnelle Zeiten. Peter Schnellinger und Thomas Werner liefen den größten Teil der Strecke zusammen und überquerten in 1:22:35 Std. bzw. 1:22:40 Std. gemeinsam die Ziellinie. Nur kurz dahinter folgte Roland Werner für den die Uhren bei 1:24:44 Std. stehen blieben. Im Gesamtklassement bedeuteten diese Leistungen die hervorragenden Plätze 78, 79 und 114. Peter Schnellinger erreichte zudem Platz 18 in der AK40 (582 Läufer im Ziel), Thomas und Roland Werner die Plätze 27 und 39 in der AK35 (623 Läufer im Ziel).



München City Triathlon

Ebenfalls am vergangenen Wochenende nahmen Gerald Demharter und Klaus-Dieter Raabe erstmals für den TSV Friedberg bei einem Triathlon teil. Sie gingen in München beim City-Triathlon über die Sprintdistanz (750m / 24km / 6,5km) an den Start. Geschwommen wurde im Olympiabad, anschließend ging es bei kühlen Temperaturen und teils starkem Wind auf die Rad- und Laufstrecke rund ums Olympiagelände. Gerald Demharter absolvierte den Wettkampf in 1:44:59. Kurz danach kam Klaus-Dieter Raabe mit 1:46:34 ins Ziel. Sie belegten damit die Plätze 13 und 14 in der Altersklasse MSen1.



Kelheimer Duathlon: Gerald Demharter am Start

(thwe) Alljährlich am Pfingstsonntag findet in Kelheim der nach seinem Hauptsponsor benannte "Schneider Weisse"-Duathlon statt. Bereits zum 9. Mal standen auch dieses Jahr wieder eine Langdistanz "Magic Man" (10km Lauf/83km Rad/21km Lauf) und eine Kurzdistanz "Magic Man Light" (10km Lauf/50km Rad/5km Lauf) auf dem Programm.

Vom TSV Friedberg hatten sich Gerald Demharter und Klaus-Dieter Raabe für die Kurzdistanz angemeldet. Allerdings konnte Klaus-Dieter Raabe leider verletzungsbedingt dann nicht an den Start gehen und so musste Gerald Demharter das Rennen alleine in Angriff nehmen.



Bei idealen Wetterbedingungen erfolgte pünktlich um 10.30 Uhr der Startschuß für die ca. 200 Athleten und Athletinnen über die Kurzdistanz. Nach gut 46 Minuten hatte Gerald Demharter die ersten 10 Laufkilometer hinter sich gebracht und machte sich auf die Radstrecke, die es bekanntermaßen in sich hat. Es galt drei Runden zu je 16,7km mit insgesamt immerhin 813 Höhenmetern zu durchfahren. Dafür benötigte er dann 1Std.50Min., bevor der 5 Kilometer lange Endspurt begann, den er dann in gut 29 Minuten absolvierte. Die Gesamtzeit im Ziel betrug 3:05:44 Std., was für ihn den 147. Gesamtrang und Platz 24 in seiner Altersklasse M40 bedeutete.

Erwartungsgemäß ließ sich auch diesmal die Schneider-Brauerei nicht lumpen und versorgte die Finisher vorzüglich mit Speis und Trank im Zielbereich, der in diesem Jahr unmittelbar neben der idyllisch gelegenen Wechselzone am alten Kanalhafen angeordnet war. Die Beschränkung auf maximal 400 Teilnehmer für beide Distanzen sorgte für die gewohnt familiäre Atmosphäre und die hervorragende Organisation war schließlich wieder der Garant für eine gelungene Veranstaltung.





Aktionsreiches Wochenende der TSV Triathleten Starts im Erzgebirge, am Großglockner, in Passau und Bad Tölz

Gleich auf vier verschiedenen Veranstaltungen waren die Triathleten des TSV Friedberg am vergangenen Wochenende aktiv.

Sachsenman Triathlon



(thwe). So wagten Thomas Werner und Katja Fuchs das "Abenteuer Ost" und starteten beim SACHSENMAN Triathlon in Olbernhau im Erzgebirge. Gestartet wurde aber im 80km entfernten Pirna bei Dresden nachdem bereits am Vorabend die Rennräder der Teilnehmer mit LKW's sicher an den Startort gebracht wurden. Am frühen Morgen des Wettkampftages folgten mit 5 Reisebussen die Athleten und so konnte pünktlich um 9:00 Uhr der Startschuß zum 1000m Schwimmen in der Kiesgrube Pirna-Birkwitz erfolgen. Thomas Werner hatte einen guten Auftakt und erreichte als Dritter das Schwimmziel und auch Katja Fuchs konnte sich ins Forderfeld bei den Damen einreihen. Anschließend folgten

100 anspruchsvolle Radkilometer durchs Erzgebirge bis nach Olbernhau. Trotz der zu überwindenden 1300 Höhenmetern konnten sich Katja Fuchs und Thomas Werner weiter im Spitzenfeld halten wobei sich das kürzlich durchgeführte Trainingslager in Cesenatico in Italien positiv bemerkbar machte.

Den Abschluss bildete ein 10km Lauf um die historische Saigerhütte. Auch hier konnte Thomas Werner mit den Besten mithalten und als Gesamtsiebter die Ziellinie des SACHSENMAN überqueren. Mit der Zeit von 3:57:09 Stunden gewann er zudem seine Altersklasse TM35. Besonders erwähnenswert war die Leistung von Katja Fuchs auf der Laufstrecke. Erst kürzlich von einem Ermüdungsbruch genesen, konnte sie ihren Spitzenplatz verteidigen und erreichte als 4. die Ziellinie im Feld der Frauen. Ihre Zeit von 5:06:31 Stunden ergab Platz 3 in ihrer Klasse TW30.



"Eine tolle Veranstaltung in einer herzlichen Atmosphäre und ein besonderes Lob an die Organisation", das war das positive Fazit für eine gelungene Veranstaltung.

Glocknerkönig



Wie bereits im Vorjahr startete Markus Letroe beim Glocknerkönig Radmarathon. Bei wiederum sehr schlechtem Wetter ging es von Bruck (757m) die Großglockner Hochalpenstrasse hinauf zu 2423m hoch gelegenen Parkplatz Fuschertörl. War es beim Start noch trocken, setzte dann bei der Auffahrt strömender Regen ein, der dann sogar in Schnee überging. "Ich hatte Angst auf meinem Fahrrad festzufrieren" erzählte Markus Letroe, als dann noch dichter Nebel schöne Aussicht auf das herbeigesehnte Ziel verwährte. Kalte 2 Grad waren es dann im Ziel. Markus Letroe benötigte 1:52:19 Stunden und belegte Rang 281 von 1380 Teilnehmern die das Ziel erreichten. Gestärkt mit leckeren Kaiserschmarrn und warmen Tee ging es dann wieder hinunter. Leider machte aber auch

die Abfahrt wegen der Nässe und Kälte keinen Spaß mehr. Auf ein neues Markus am 5. Juni 2005!



Donautaltriathlon

Bei recht guten äußeren Bedingungen fand der 2. Donautal-Passau-Triathlon am Eginger Badensee in der Nähe von Passau statt. Angeboten wurde zum einen der Donautal-Mitteltriathlon, der über 2 km Schwimmen, 86 km Radfahren und 20 km Laufen führte, zusätzlich gab es einen Staffel-Mitteltriathlon, den Donautal-Jedermann-Triathlon und den Donautal-Kurztriathlon. Der WSV Otterskirchen, der diese Veranstaltung ausrichtete, sorgte für einen reibungslosen Ablauf für die 600 Starter in den verschiedenen Wettbewerben.

Zur Vorbereitung auf ihren Saison Höhepunkt, der Teilnahme am Ironman Germany Triathlon am 11. Juli in Frankfurt, starteten Reinhold Walter und Sebastian Feuerlein beim Donautal-Mittel-Triathlon. Bei einer Wassertemperatur von nur 16 Grad stieg Reinhold Walter mit einer Zeit von 31:53 Min. kurz vor Sebastian Feuerlein, der 34:10 Min. benötigte, aus dem Wasser. Für die sehr abwechslungsreiche und anspruchsvolle Radstrecke benötigte Reinhold Walter 2:40:44 Stunden und Sebastian Feuerlein 2:41:04 Stunden. Anschließend ging es zum Laufen, wo Reinhold dann mit 1:31:36 Std. eine schnelle Zeit erzielte. Die Gesamtzeit von 4:44:13 Std. bedeutete für ihn den hervorragenden 4. Platz in der Altersklasse TM40 und den 31. Gesamtrang. Sebastian Feuerlein benötigte für die abschließende 20 km Laufstrecke 1:37:22 Std. und erreichte eine Gesamtzeit von 4:52:36 Stunden. Dies bedeutete für Ihn den guten 12. Platz in der Altersklasse TM30 und den 37. im Gesamtklassement.

Peter Schnellinger startete beim Donautal-Jedermann-Triathlon, der über die Sprintstrecke von 500m Schwimmen, 22 km Radfahren und 5 km Laufen führte. Auch er wird im Juli beim Ironman Germany an den Start gehen, wollte aber im Gegensatz zu Reinhold und Sebastian seine Schnelligkeit weiter verbessern. Peter benötigte beim Schwimmen 9:19 Min., beim Radfahren 40:06 Min. und beim Laufen 20:27 Min., das ergab die Gesamtzeit von 1:09:52 Stunden. Mit dieser guten Leistung erreichte er den 1. Platz in der Altersklasse TM40 und den 3. Platz in der Gesamtwertung.

Triathlon Bad Tölz

Robert Cowart, Neuzugang bei den Triathleten des TSV Friedberg, bestritt in Bad Tölz seinen allerersten Triathlon leider bei keinesfalls idealen äußeren Bedingungen. 9 Grad und Regen und der 15 Grad kalte Kirchsee bildeten den Rahmen der traditionellen Kurztriathlon Veranstaltung.



Dennoch meldeten sich auch dieses Jahr wieder 299 Teilnehmer und Teilnehmerinnen für diesen Wettkampf an. Wegen der kalten Wassertemperaturen musste dann auch die Schwimmstrecke von 1500m auf 1000m verkürzt werden.

Für den in Florida aufgewachsenen Cowart waren letztlich die kalten Temperaturen Grund dafür, dass er seine eigentlich gute Form an diesem Tage nicht zeigen konnte. Mit 22:05 Min. im Schwimmen, 1:26:38 Std. für 40km Radfahren und 53:10 Min. für den abschließenden 10km Lauf und mit einer Gesamtzeit von 2:41:54 Std. erreichte Robert Cowart Platz 59 in seiner Altersklasse TM35 und Platz 159 im Gesamtklassement.

Bild: Rob



Reinhold Walter bei Regen in Erding





11. STADTTRIATHLON

Regenschlacht beim Triathlon in Erding

(thwe) Bei wolkenbruchartigen Regenfällen und Temperaturen die an Spätherbst erinnerten, wurde in Erding der 11. Stadtriathlon durchgeführt - eine Großveranstaltung mit ca. 1400 gemeldeten Athleten und Athletinnen. Trotz der widrigen äußeren Bedingungen fanden sich zahlreiche Zuschauer an den Wettkampfstrecken ein und sie konnten bis zum Nachmittag 964 Athleten im Ziel auf dem Schrankenplatz im Herzen von Erding begrüßen.

Neben dem Ligabetrieb, dem Volks- und Kindertriathlon sowie Staffel-Wettbewerben wurde auch der traditionelle Wettkampf über die Olympische Distanz von 1,4km Schwimmen, 48km Radfahren und 10km Laufen durchgeführt. In diesem etwa 400-köpfigen Starterfeld befanden sich mit Sebastian Feuerlein, Reinhold Walter, Frank Kühne, Alexander Koller, Robert Cowart, Gerald Demharter und Klaus Dieter Raabe auch 7 Athleten aus der Triathlonabteilung des TSV Friedberg.

Das Schwimmen im 18°C "warmen" Wasser war dann noch die angenehmste Disziplin so die einhellige Meinung der TSV-Starter, die mit recht guten Schwimmzeiten zwischen 19:40 und 24:57 Minuten aufwarten konnten, denn das Radfahren entwickelte sich anschließend zum reinsten "Überlebenstraining". Der Dauerregen von oben, das Spritzwasser der Laufräder von unten und das alles bei nur 10°C Lufttemperatur, die sich bei Geschwindigkeiten zwischen 30 und 40km/h noch wesentlich kälter anfühlt, ließen so machen Teilnehmer unterkühlt und entkräftet vom Rad steigen. Dennoch bissen sich alle TSV-Starter durch und vor allem Sebastian Feuerlein erreichte mit 1:19:46 Stunden eine sehr schnelle Radzeit.

Alle waren dann heilfroh auch ohne Sturz vom Rad in die Laufschuhe zu wechseln. Dennoch dauerte es eine ganze Weile bis die eiskalten Füße wieder auftauten und sich der gewohnte Laufrhythmus einstellte. Als erster der TSV Athleten erreichte dann Sebastian Feuerlein die Ziellinie mit einer Gesamtzeit von 2:30:26 Std., welche ihm den hervorragenden 18. Platz in seiner Altersklasse TM30 einbrachte. Es folgten Reinhold Walter mit 2:33:23 Std. und dem ausgezeichneten 15. Platz in der Klasse TM40, Frank Kühne mit 2:36:48 Std. und Platz 28 in der TM30, Alexander Koller mit 2:47:33 Std. (Platz 28; TM25), Robert Cowart mit 2:54:16 Std. (Platz 77; TM35), Gerald Demharter mit 2:57:39 Std. (Platz 38; TM40) und Klaus Dieter Raabe mit 3:03:20 Std. (Platz 45; TM40).

Bereits am kommenden Wochenende werden die TSV-Triathleten beim traditionellen "Rothsee Triathlon" bei Hilpoltstein, einer der größten Kurzstrecken Veranstaltungen in Deutschland, bei dann hoffentlich besseren Bedingungen wieder an den Start gehen.





TSV Triathleten starten erfolgreich beim Sixtus-Alpen-Triathlon und Rothsee Triathlon

(kafu). An diesem Wochenende war Petrus den Triathleten endlich einmal wohlgesonnen, so dass beide Wettkämpfe bei strahlendem Sonnenschein und optimalen Temperaturen stattfanden.

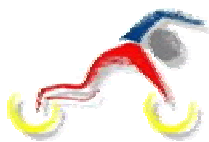
Sixtus-Alpen-Triathlon



Mit Markus Letroe und Armin Jäckle starteten zwei TSV Athleten am Samstag zu ihrem Debüt in Sachen Sixtus-Alpen-Triathlon. Da bei diesem Wettkampf bereits seit mehreren Jahren sowohl Bundesliga als auch DTU-Rennen ausgetragen werden, ist das Starterfeld mit hochkarätigen Athleten besetzt. Da selbst diese die Veranstaltung als härtesten Triathlon der olympischen Distanz bezeichnen, ist die Leistung von Letroe und Jäckle um so höher zu bewerten. Skias Markus Wasmeier gab wie jedes Jahr den Startschuss für die erste der drei Disziplinen im 17Grad kalten Schliersee. Kurz vorher hatte Armin Jäckle jedoch noch mit dem Reißverschluss seines Neoprenanzuges zu kämpfen, was ihn letztendlich zu einem Start ohne die berühmte "zweite Haut" zwang. Nach 1,5km ging es dann auf die Räder und vor den Athleten lag eine sehr anspruchsvolle und bergige Radstrecke, die am Ende mit der Auffahrt zum Spitzingsee, bei der teilweise Steigungen bis zu 13% zu überwinden sind ihre Höhepunkt hat. Auf dem Spitzingsattel angekommen geht es dann nach einer kurzen Abfahrt in die zweite Wechselzone und auf eine nicht minder bergige Laufstrecke. Nach 3:18h bzw. 2:59h liefen Jäckle und Letroe glücklich über ihr gelungenes Alpendebüt über die Ziellinie, wo bereits der legendäre, hausgemachte Kaiserschmarrn auf die Finisher wartete.



Rothsee-Triathlon



Zum 16. Rothsee Triathlon versammelten sich am Sonntag mit Peter Schnellinger, Reinhold Walter und Sebastian Feuerlein drei weitere TSV Triathleten zu einer letzten Formüberprüfung vor ihrem Saisonhöhepunkt dem "Opel Ironman Germany" am 11.07.04. Diese sehr gut organisierte Veranstaltung ist mit 988 Teilnehmern neben der Ultradistanz, der "Quelle Challenge Roth" eine der größten und beliebtesten Kurzstreckentriathlons dieser landschaftlich sehr reizvollen Region

rund um den Rothsee.

Um 9:15 Uhr fiel dann endlich der Startschuss. Reinhold Walter kam nach guten 23:35min. als erster aus dem Wasser, gefolgt von Sebastian Feuerlein (24:45min.) und Peter Schnellinger (29:51min.). Nun wartete auf die Athleten eine hügelige aber dennoch schnelle 42km Radstrecke, die in Teilen der legendären "Quelle Challenge Roth" Radrunde gleicht. Auch hier zeigte sich wieder wie gering die Leistungsunterschiede der TSV Athleten auf der Kurzstrecke sind. Feuerlein wechselte nach 1:08:09h als erster in die Laufschuhe, dicht gefolgt von Reinhold Walter (1:09:00h) und Peter Schnellinger (1:11:26h). Für die letzte der drei Teildisziplinen hieß es dann nochmals Zähne zusammenbeißen, da nochmals einige Höhenmeter überwunden werden mussten. Als erster der TSV Athleten überquerte schließlich der Augenoptikermeister Reinhold Walter die Ziellinie mit einer Endzeit von 2:14:37h. Dies bedeutete für ihn den hervorragenden 12. Platz in seiner Altersklasse TM 40 und den 93. Gesamtplatz. Sebastian Feuerlein finishte mit einer sehr guten Endzeit von 2:18:00h (30. Platz in der TM30/134. Gesamtplatz) und auch Peter Schnellinger war mit seiner guten Endzeit von 2:23:50h (32. Platz in der TM40/216. Gesamtplatz) als Trainingswettkampf zufrieden. Anschließend konnten alle Athleten bei einem hervorragenden Kuchenbuffet im Ziel wieder zu Kräften kommen.



Schon kommendes Wochenende werden mit Thomas Werner, Rob Covart und Roland Werner wieder drei TSV Triathleten beim "Quelle Challenge Roth" über die Ultradistanz an den Start gehen. Jedoch werden sie diesmal als Staffel in Können unter Beweis stellen.



TSV Triathleten starten bei der Quelle Challenge Roth über die Langstrecke

Erstmals als Staffelteam am Start

(thwe) Mit 3662 Sportlern aus 41 Nationen feierte am vergangenen Wochenende der Quelle Challenge Roth der größte Langstrecken-Triathlon der Welt in Roth bei Nürnberg sein 20-jähriges Jubiläum bei idealen äußeren Bedingungen. Im Rahmen des QCR wurde auch die erste Weltmeisterschaft der "Firefighter" ausgetragen, bei der 150 Feuerwehrleute aus acht Ländern an den Start gingen. Nach einer Absprache zwischen Sportlern des Fire Department New York (FDNY), der Berufsfeuerwehr Nürnberg, den Feuerwehren des Landkreises Roth und der veranstaltenden TEAMChallenge GmbH wurde diese Weltmeisterschaft den "Helden des 11. September" gewidmet.



Unter den 1967 Einzelstartern über die klassische Langstrecke von 3,8 Kilometern Schwimmen, 180 Kilometern Radfahren und 42,2 Kilometern Laufen konnte der Veranstalter auch 8 IRONMAN-Sieger und weitere 6 Profis, die schon einen Top-Ten-Platz auf Hawaii erreichten, vorstellen. Nach sehr spannendem Rennverlauf gewann der australische Publikumsliebbling Chris McCormack in der Weltklassezeit von 7:57:50 Stunden und die deutsche Nicole Leder in 9:13:57 Stunden die Einzeltitel.

Seit 3 Jahren bieten die Veranstalter aber auch die Möglichkeit die einmalige Atmosphäre des Rother Publikums als Staffel zu erleben. Waren es im ersten Jahr noch 175 Staffeln, im letzten Jahr schon 375 Teams, so konnten dieses Jahr 565 Staffeln gezählt werden. Unter Ihnen auch die TSV-Triathleten mit Thomas Werner als Schwimmer, Rob Cowart der das Radfahren übernahm und Roland Werner der den abschließenden Marathonlauf absolvierte.

2 persönliche Bestleistungen im Schwimmen

Pünktlich um 8:00 Uhr morgens fiel der Startschuss für die Staffelschwimmer an der Lände Hilpoltstein im Main-Donau-Kanal. Schnell wurde auch klar, dass einige Teams auch absolute Spezialisten wie



Alexander Studzinski (7. der Schwimm-Europameisterschaft in Madrid im 5km Freiwasserschwimmen) an den Start gebracht hatten. Dennoch erreichte Thomas Werner mit 55:24min eine persönliche Bestzeit und die 55. Schwimmzeit aller Staffelschwimmer. Nach einem Sprint durch die Wechselzone übergab er den Staffelstab (= Zeitmesschip) an Rob Cowart. Für ihn war es der erste Start bei einer solchen Großveranstaltung und entsprechend motiviert nahm er die 180km in Angriff. Der absolute Stimmungshöhepunkt war dann die

Fahrt über den Solarer Berg bei Hilpoltstein an den jedes Jahr Tausende von Zuschauern für Tour de France Atmosphäre sorgen und so die Fahrer im wahrsten Sinne über den Berg schreien. Ab der Hälfte der Strecke bremsten Rob Cowart aber leider erhebliche Sitzprobleme, so dass er das hohe Anfangstempo nicht mehr halten konnte. Dennoch kämpfte er sich durch und konnte nach 6:05:46 Stunden auf dem Rad an Roland Werner übergeben. Dieser hatte sicherlich die schwierigste Aufgabe an diesem Tag zu bewältigen, denn die Temperatur lag





am Nachmittag bei schwülen 24°C und auch die Strecke entlang des Europakanals mit teilweise endlosen Geraden ist mental sehr anstrengend. Doch Roland Werner zeigte mit 3:09:40 Stunden eine hervorragende Marathonleistung und alle Drei liefen dann gemeinsam im neu gestalteten Triathlon Park in Roth über die Ziellinie. Ihre Gesamtzeit von 10:14:23 Stunden reichte zu Platz 118 im Feld der Männer Staffeln.



Mit Katja Fuchs ging in Roth eine weitere TSV-Triathletin in einer Staffel an den Start. Da sie dieses Jahr verletzungsbedingt beim Ironman in Frankfurt nicht an den Start gehen kann, sprang sie kurzerhand für den TSV Gräfelfing als Schwimmerin ein und verbesserte mit einer Zeit von 1:13 Stunden ihre persönliche Bestzeit prompt um ganze fünf Minuten.

Bereits am kommenden Wochenende werden Reinhold Walter, Peter Schnellinger, Sebastian Feuerlein und Markus Gebele beim Opel IRONMAN Germany in Frankfurt die Langdistanz als Einzelstarter

bestreiten.





Markus Gebele schafft Qualifikation für Hawaii

4 Athleten des TSV 1862 Friedberg im Ziel des Opel Ironman Germany Triathlon

(thwe) Der diesjährige sportliche Höhepunkt für die Triathleten des TSV Friedberg war die Teilnahme von Markus Gebele, Peter Schnellinger, Sebastian Feuerlein und Reinhold Walter am 3. Opel Ironman Germany Triathlon über 3,8km Schwimmen/180km Radfahren/42,2km Laufen der am 11. Juli in Frankfurt ausgetragen wurde. Laut Polizeiangaben bejubelten wieder rund 300.000 Zuschauer an den Wettkampfstrecken in Frankfurt am Main und in den Landkreisen Offenbach, Main-Kinzig und Wetterau die Athleten beim einzigen Qualifikationswettkampf auf deutschem Boden für den legendären Ironman Triathlon auf Hawaii.

Auch für Peter Schnellinger, Finisher des Opel Ironman Germany 2003 und dem bereits Hawaii-erfahrenen Markus Gebele aus Diedorf, der sich dieses Jahr den TSV-Triathleten angeschlossen hat, war es das erklärte Ziel einen der begehrten 120 Startplätze für die Weltmeisterschaft auf Hawaii zu ergattern.



Dagegen wollten Sebastian Feuerlein und Reinhold Walter in erster Linie einen guten Wettkampf absolvieren und eine Endzeit zwischen 10 und 11 Stunden anpeilen. "Ich will vor allem auf dem Rad eine Schnelle Zeit erreichen", erklärte Dr. Sebastian Feuerlein, der im vergangenen Jahr das Rennen in Frankfurt noch als Streckenarzt begleitete, wobei er vom Virus des Ironman infiziert wurde und er sich anschließend zum Ziel setzte den Triathlon in diesem Jahr selbst zu bestreiten.

Nach 1997 in Roth war der Start in Frankfurt nun das zweite Ironman-Rennen für Reinhold Walter nachdem er in den letzten Jahren vorwiegend auf der Kurzdistanz erfolgreich war. Alle absolvierten eine mehr als 6-monatige Vorbereitung und waren entsprechend motiviert und aufgereggt endlich an den Start gehen zu dürfen.

Schon am frühen Morgen des Wettkampftages fanden ca. 5000 begeisterte Zuschauer den Weg zur 3,8km langen Schwimmstrecke an den Langener Waldsee, wo Hessens Ministerpräsident Roland Koch um 7:11 Uhr den Startschuss für die 2000 Sportlerinnen und Sportler aus 40 Nationen zum "Längsten Tag des Jahres" gab. Nach 2 Schwimmrunden inklusive eines kurzen Landgangs erreichten Markus Gebele in 1:03:02 Std. gefolgt von Reinhold Walter in 1:04:30 Std., Sebastian Feuerlein in 1:06:51 Std. und Peter Schnellinger in 1:13:43 Std. das Schwimmziel.



Nach einem schnellen Wechsel in die Radschuhe ging es dann auf die 180km lange Radstrecke mit den Stimmungshochburgen "The Hell" in Maintal-Hochstadt und dem sogenannten "Heartbreack Hill" in Bad Vilbel. Auch die Friedberger Burg-Meile bot mit Tausenden Zuschauern erneut einen unvergleichlichen Rahmen für diese Großveranstaltung und verursachte bei den Sportlern nach eigenem Bekunden Gänsehautatmosphäre.

Markus Gebele konnte in seiner stärksten Disziplin mit hervorragenden 4:59:58 Std. die 29. schnellste Radzeit aller Teilnehmer erreichen und sich von Rang 417 nach dem Schwimmen sogar bis auf den 49. Gesamtplatz verbessern.



Eine tolle Radleistung zeigt auch Sebastian Feuerlein. Lag er nach dem Schwimmen noch auf Platz 674, so konnte er sich mit sehr schnellen 5:02:53 Std. bis auf Platz 89 vorarbeiten. Beide starteten in der Altersklasse M30-34 in der 19 Startplätze für Hawaii ausgelobt wurden. Zu diesem Zeitpunkt lag Markus Gebele auf dem 10. Rang und somit auf einem Hawaii-Platz und Sebastian Feuerlein mit dem sensationellen 26. Zwischenrang noch in Reichweite einer Hawaii-Qualifikation. Für Spannung im abschließenden Marathonlauf war also gesorgt.

Nicht ganz so rund lief es bei Reinhold Walter und Peter Schnellinger in der Altersklasse M40-44 (21 Startplätze für Hawaii). Vor allem Peter Schnellinger blieb mit 5:42:36 Std. doch etwas hinter den eigenen Erwartungen zurück und der 144. Zwischenrang in seiner Altersklasse nach dem Radfahren ließ leider alle Träume auf eine Hawaii-Qualifikation in weite Ferne rücken. Mit guten 5:38:39 Std. und dem 99. Zwischenrang in der gleichen Altersklasse erreichte Reinhold Walter den Wechsel zur Laufstrecke.

Die 14km-Runde auf beiden Seiten des Mains wurde 3mal durchlaufen bevor dann die Ziellinie auf dem Römerberg und vor der beeindruckenden Skyline von Frankfurt erreicht wurde. Mit viel Stimmung, Samba-Tommeln oder Musik aus der Äbbelwoi-Schenke wurde versucht den Läuferinnen und Läufern den langen Weg ins Ziel zu erleichtern.

Äußerst dramatisch verlief weiter das Rennen in der M30-34, denn Markus Gebele verlor leider Platz um Platz und lief nach hartem Kampf und hervorragenden 9:36:52 Std. Gesamtzeit als 22. der Altersklasse über die Ziellinie und verpasste somit knapp die direkte Qualifikation für Hawaii. Seine Hoffnung bestand nun darin dass bei der offiziellen Startplatzvergabe am Folgetag wenigsten 3 der vor ihm platzierten Athleten nicht nach Hawaii gehen werden und er somit nachrücken konnte. Diese Hoffnung wurde dann auch erfüllt und Markus Gebele wird am 16. Oktober als zweiter TSV Athlet nach Thomas Werner in Kona auf Big Island bei der 26. Ironman Triathlon Weltmeisterschaft am Start sein.



Leider musste auf der Laufstrecke Sebastian Feuerlein seinem fulminanten Anfangstempo Tribut zollen. Aber dennoch kämpfte er sich bravourös durch und finishte in ausgezeichneten 10:51:18 Std. seinen ersten Langdistanz Triathlon als 143. in seiner Altersklasse M30-34.

Moral und Willensstärke bewies auch Peter Schnellinger auf der Marathonstrecke. Mit einem schnellen 3:36 Stunden Marathon überholte er noch zahlreiche Konkurrenten und lief nach 10:39:17 Std. unter dem Applaus der vielen Zuschauer als 86. der Klasse M40-44 über die Ziellinie. Auch Reinhold Walter, der zwischenzeitlich mit Magenproblemen zu kämpfen hatte, erreichte in 11:01:18 Std.

als 128. der gleichen Altersklasse das Ziel auf dem Römerberg und konnte stolz die Medaille und das Finisher-Hemd entgegennehmen.

Mit einer beeindruckenden Lasershow ging dann der 3. Opel Ironman Germany Triathlon 2004 um 23:11Uhr nach 16 Stunden zu Ende. Bis dahin hatten 1803 Athletinnen und Athleten den Wettkampf am "Längsten Tag des Jahres" erfolgreich beendet.





Tolle Leistungen bei Triathlons in Immenstadt und Karlsfeld

Thomas Werner auf Platz 2 in der Altersklasse

(rowe) Rechtzeitig zum 22. Allgäu Classic- und 16. Karlsfelder Triathlon kam auch der ersehnte Sommer in Hochform und kein Wölkchen trübte am Sonntag den strahlend blauen Himmel über Bayern. In Karlsfeld über die olympische Kurzdistanz waren von TSV Friedberg Katja Fuchs, Thomas und Roland Werner, Frank Kühne und Alexander Koller am Start. In Immenstadt zur selben Zeit beteiligten sich zum ersten Mal Rob Cowart, Gerald Demharter und Armin Jäckle am traditionellen Allgäu Triathlon über die Mitteldistanz.

16. Karlsfelder Triathlon



Im klaren Wasser des Karlsfelder Sees wurden um 9 Uhr die 500 Triathletinnen und Triathleten in zwei Startgruppen auf die 1,5 km lange Reise geschickt. Alle TSV-Athleten beeindruckten mit guten Schwimmzeiten. Als schnellster aus dem Wasser kam Thomas Werner in 21:54 Min., der von Beginn an den Topfavoriten folgen konnte, vor Roland Werner, Frank Kühne, Alexander Koller und Katja Fuchs.

Die 46 km lange hügelige Radstrecke führte durch die Stadt Dachau, ins angrenzende Dachauer Hinterland und über Lauterbach und Sulzemoos wieder zurück zum Karlsfelder Sportgelände. Das konsequente Radtraining der letzten Wochen zeigte bei Thomas Werner Wirkung und so erreichte er mit 1:13,48 Std. die drittschnellste Radzeit aller Teilnehmer, nur knapp hinter Triathlonstar Lothar Leder, der wie jedes Jahr gerne in Karlsfeld an den Start ging. Thomas Werner wechselte als gesamt Dritter zum Laufen über 10 Kilometer.

Mittlerweile war das Thermometer auf knapp 29°C geklettert. Die Strecke führte am See entlang über heiße Asphalt- und staubige Schotterwege. Die flache Runde von 5 Kilometern galt es zweimal zu durchlaufen mit dem Ziel im Sportstadion.

Am Ende setzte sich der Favorit durch und es gewann Lothar Leder vor Martin Thiede. Thomas Werner folgte auf einem ausgezeichneten 6. Platz im Gesamtfeld in der Zeit von 2:15,56 Std. vor Roland Werner (Platz 14/2:20:40 Std.), Frank Kühne (Platz 100/2:38,08 Std.) und Alexander Koller auf Platz 122 in der Zeit von 2:40,23 Stunden. Katja Fuchs verbesserte sich auf gute 2:49,19 Stunden und Platz 12 in der Frauenwertung.

Bei der anschließenden Siegerehrung freuten sich Thomas und Roland Werner über dem hervorragenden 2. und 3. Platz in der Altersklasse AK4 und erhielten dafür schöne Sachpreise.



Zusammen mit Frank Kühne belegte das Triathlon-Team des TSV Friedberg den tollen 3. Platz in der Mannschaftswertung. Frank Kühne wurde in der Altersklasse AK3 23., Alexander Koller belegte in der AK2 Platz 17. Katja Fuchs erzielte den sehr guten 4. Platz in der Alterklasse 3 der Frauenwertung.

22. Allgäu Classic Triathlon



Nachdem Immenstadt bereits am Samstag die Europameisterschaft im Langtriathlon erlebte, startete an gleicher Stelle am Sonntag der bekannte und beliebte Allgäu Classic Triathlon. Über 500 Triathletinnen und Triathleten haben sich der schweren Strecke über 2 km Schwimmen, 92 km Radfahren und 22 km Laufen gestellt, darunter auch drei Friedberger Triathleten.

In der Auftaktdisziplin im Großen Alpsee überzeugte Armin Jäckle mit der schnellen Zeit von 33:35 Min. vor Gerald Demharter und Rob Cowart. Gut erholt vom 180 km Zeitfahren bei der Quelle Challenge in Roth übernahm Rob Cowart die Führung auf dem Rad und konnte den



Vorsprung auf Armin Jäckle und Gerald Demharter auf über 17 bzw. 22 Minuten ausbauen. Die 92 Radkilometer sind mit insgesamt 1200 Höhenmetern und steilen Rampen von 10% bis 18% gespickt was einigen Athleten die letzten Kräfte aus den Beinen saugte und sogar zur Aufgabe zwang. Am 18%igen Kalvarienberg war die Begeisterung der Zuschauer grenzenlos, was den Sportlern nur Recht sein konnte.



Die abschließenden 22 Kilometer bei schwülen 28°C waren für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Allgäu Classic Triathlons sehr hart. Die abwechslungsreiche Wendepunktstrecke führte durch die Ortsmitte von Immenstadt, wo alle Triathleten wieder frenetisch vom Publikum angefeuert wurden, dann durch ein Waldstück und zurück ins Stadion, wo die Athleten schließlich nur noch eine Runde vom ersehnten Zieleinlauf entfernt waren. Alle drei Friedberger kämpften sich bis zum ersehnten Ziel bravourös durch. Rob Cowart und Gerald Demharter erreichten zum ersten Mal das Ziel einer Triathlon-Mitteldistanz in den guten Zeiten von 6:34,40 Std (Platz 76 TM35).

bzw. 6:38,20 (Platz 73 TM40) Std. und planen schon für eine weitere Teilnahme an einer Mitteldistanz, diesmal im August in Kulmbach. Armin Jäckel, der letztes Jahr schon in Erlangen eine Mitteldistanz gefinischt hat, erreichte ebenfalls gute 6:54,58 Stunden und Platz 31 in der Altersklasse TM45 und will auch wieder in Erlangen dabei sein. Wie die meisten der Teilnehmer, die den Zielstrich überqueren konnten und noch persönlich vom Veranstalter German Altenried beglückwünscht wurden, waren auch die TSV-ler von den Strapazen sichtlich gezeichnet aber auch überglücklich über den Erfolg.

3. Platz in der Mannschaftswertung beim Karlsfelder Triathlon:





Alexander Koller beim Karlsfelder Triathlon





Hobbysportler dominieren

Elektroniker und Reitlehrerin holen Triathlon-Sieg

(wilm). Ideales Wetter herrschte am Veranstaltungstag, aber die schlechte Witterung der letzten Wochen hatte keine rechte Lust auf Triathlon gemacht. So wurde beim Mercedes-Benz-Triathlon-Festival das Teilnehmerlimit von 1000 nicht erreicht. Ungebrochen war aber bei dieser fünften Auflage die Zuschauerresonanz. Rund 6000 drängten sich am Südufer des Kuhsees.



126 Staffeln mit je drei Athleten und 333 Einzelkämpfer schwammen 500 Meter im Kuhsee, radelten 18 Kilometer in Richtung Lechstaustufe 23 und rannten fünf Kilometer auf dem Lechdamm zum Auensee und zurück. Top-Triathleten hatten diesmal nicht gemeldet, so dass echte Hobbysportler zum Tagessieger gekürt wurden.

Der vereinslose Christian Greppmair gewann nach einer furiosen Aufholjagd. Der Elektroniker aus Sulzbach bei Aichach setzte sich nach 55:54 Minuten gegen Routinier Roland Werner vom TSV Friedberg, dem Premiere-Sieger im Jahre 2000, durch.

Die beste Frau hieß Gabriela Harnischfeger. Die 40-jährige Reitlehrerin aus Waldberg bei Bobingen gewann in 1:04 Stunden vor der Königsbrunnerin Maria Hivner. Margit Haller von der TG Viktoria Augsburg, die schnellste Jugendliche, erreichte als fünfte Triathletin das Ziel. Für eine Top-Seniorenleistung sorgte wieder einmal die 53-jährige Luise Winkler vom TSV Gersthofen, diesmal in 1:07 Stunden. Mit seinen 69 Jahren war Klaus Harnischfeger aus Augsburg der älteste Athlet des Tages. Trio mit hohem Tempo "V-Max", also "Maximale Geschwindigkeit", nannte sich die siegreiche Staffel. Schwimmer Andreas Kornes vom SVA, Radfahrer Stefan Stötter und Läufer Stefan Kienle von der TGVA brauchten 53:42 Minuten (siehe nebenstehender Bericht). Die "Blauen Blaukrautbauern", drei Athleten vom RSC Aichach, mussten sich um zehn Sekunden geschlagen geben. Mit der Stadtparkasse Augsburg kam auf den dritten Rang ein echtes Firmenteam.

Der städtische Sozialreferent Dr. Konrad Hummel freute sich riesig als Schlussläufer von "Bündnis für Augsburg" über den siebten Platz unter den 126 Mannschaften. Die Türkin Tugba Bayrali vom Schwimmverein Augsburg und der Russland-Deutsche Igor Gerling vom Radsportclub E-Racers komplettierten seine interkulturelle Staffel.



105 Kinder stürzten sich zum Abschluss des Triathlon-Festivals in den Kuhsee, um die verkürzten Distanzen von 100 Metern (Schwimmen), vier Kilometern (Radfahren) und einem Kilometer (Laufen) zu absolvieren. Der elf Jahre junge Augsburger Manuel Mader war der beste Nachwuchsathlet, der nach 14:59 Minuten die Ziellinie überquerte.



TSV Triathleten beim Auerberg Triathlon erfolgreich

Thomas Werner auf Platz 3

(thwe) Am ersten August Wochenende wurde bei idealen äußeren Bedingungen die fünfte Auflage des Auerberg-Triathlons (www.auerberg-triathlon.de) durchgeführt. Das veranstaltende Tri-Team Schongau konnte auch heuer wieder über 200 Teilnehmer zu diesem Triathlon über die Olympische Distanz von 1,5 km Schwimmen - 43 km Radfahren und 10 km Laufen begrüßen.

Um 9 Uhr morgens wurden zuerst alle Frauen und die Oldies ab der Altersklasse TM50 auf die 1500 m lange Schwimmstrecke im Haslacher See geschickt und im zweiten Starterfeld folgten acht Minuten später alle restlichen Triathleten unter ihnen alle Favoriten. Im See war ein mit Bojen ausgestecktes Viereck zweimal zu umschwimmen und auf der selektiven Radstrecke, die über Burggen, dem Gut Dessau und Bernbeuren führte, kamen die Fahrer drei Mal am See vorbei. Zu Fuß mussten die Triathleten wiederum zwei Runden mit je fünf Kilometer zurücklegen, bevor sie im Ziel auf der Liegewiese des Seebades einliefen. Für den TSV Friedberg starteten Katja Fuchs, Bettina Knoll, Reinhold Walter und Thomas Werner. "Das Schwimmen im moorbraunen Haslacher See war sehr schön, die Radstrecke selektiv und schnell, und auch die Laufstrecke war sehr anspruchsvoll - das hat mir gut gefallen", schwärmte Katja Fuchs, die auch von der perfekten Organisationsarbeit und dem reibungslosen Ablauf beeindruckt war. Trotz ihres Trainingsrückstandes bedingt durch einen Ermüdungsbruch im Frühjahr, konnte sie sich in der Spitze ihrer Altersklasse behaupten und konnte nach 2:40:18 Std. den ausgezeichneten 4. Platz in der TW30 (30 bis 34 Jahre) erkämpfen. Ihre Einzelleistungen waren 29:40 min im Schwimmen, 1:22:50 Std. beim Radfahren und 47:48 min im Laufen. Mit ihrer Leistung zufrieden war auch Bettina Knoll. "Ich bin froh gefinisht zu haben, obwohl ich nie richtig meinen Rhythmus finden konnte", erzählte Bettina, die zudem mitten im Umzugsstress steckt. Ihre 3:12:13 Std. reichten zu Platz 13 in der TW35. Auch die männlichen Starter des TSV Friedberg zeigten tolle Leistungen.



Thomas Werner in allen Disziplinen stark

Allen voran Thomas Werner, der nach guten 22:37 min im Schwimmen und hervorragenden 1:09:11 Std. in seiner stärksten Disziplin dem Radfahren, als gesamt 8. die abschließenden Laufstrecke in Angriff nehmen konnte. Trotz hartem Kampf musste er leider noch 2 Konkurrenten auf den beiden hügeligen Runden ziehen lassen, ehe er nach 38:23 min als glänzender 10. die Ziellinie überqueren konnte. Mit der Gesamtzeit von 2:10:11 Std. erreichte Thomas Werner Platz 3 in der

stark besetzten Klasse TM35.

Gut erholt nach seinem Ironman Start in Frankfurt und neu motiviert präsentierte sich Reinhold Walter der in der Altersklasse TM40 am Start war. Mit 24:13 min im Schwimmen, 1:13:21 Std. auf dem Rad und 41:30 min für den abschließenden Lauf konnte er durchwegs schnelle Abschnittszeiten erreichen. Seine Gesamtzeit von 2:19:04 Std. wurde mit Platz 7 in seiner Altersklasse und dem 31. Gesamtplatz belohnt.

Bei Sonnenschein und Badewetter konnte man sich anschließend im Strandbad des Haslacher Sees von den Anstrengungen erholen um am kommenden Wochenende beim Hans-Böller-Staffellauf in Friedberg fit an den Start gehen zu können.



Friedberger Triathleten auch durch Hitze und Regen nicht zu stoppen

Katja Fuchs 8. bei Deutschen Mittelstreckenmeisterschaften

(thwe) Vergangenes Wochenende versammelte sich in Kulmbach alles was Rang und Namen hat um sich bei den Internationalen Deutschen Meisterschaften über die Mitteldistanz zu messen. Mit Stefan Holzner, 2-facher Gewinner des Opel Ironman Germany, Jan Sibbersen, weltbesten Schwimmer der Triathlonszene und Kai Hundertmark, dem ehemaligen Telekom Radprofi, um nur einige Profis zu nennen. Umso erfreulicher konnte das Abschneiden der vier Friedberger Triathleten, Katja Fuchs, Thomas Werner, Rob Cowart und Wolfgang Lehl gewertet werden, die sich unter das topbesetzte Starterfeld mischten.



Um 11.30 Uhr fiel dann endlich am nahegelegenen Trebgaster Badesees bei regnerischer Witterung der Startschuss für das hundertköpfige Frauenfeld. Zwei Runden mit je einem kurzen Landgang über eine Insel mussten zurückgelegt werden, bevor sich Katja Fuchs nach 40:11min. auf die 90km



lange und mit 990 Höhenmetern anspruchsvolle Radstrecke machte. Um 12:00 Uhr gingen dann auch die 495 Männer auf die Schwimmstrecke. Geplagt von einem Wadenkrampf, musste Thomas Werner bereits nach 300m von der Spitzengruppe abreißen lassen, konnte das Schwimmen aber doch noch mit sehr guten 30:44min. beenden. Nach 42:51min. wechselte Rob Cowart, der bereits im Juli bei der sehr anspruchsvollen Mitteldistanz in Immenstadt erfolgreich war auf die Radstrecke. Trotz immer wieder einsetzenden Regengüssen wuchs Katja Fuchs auf dem Rad über sich hinaus und konnte bereits nach sehr guten

3:09:41h (inkl. Wechselzeiten) auf die abschließende Laufstrecke gehen. Auf der zweiten Runde der hügeligen und teilweise durch Kopfsteinpflaster erschwerten Laufstrecke entlang des Mains und durch die Stadtmitte machten sich dann doch die verletzungsbedingt fehlenden Trainingskilometer bemerkbar. Nach 1:53:18h auf der Laufstrecke bedeutete dies schließlich eine Endzeit von 5:43:10h und somit den hervorragenden 8. Platz in der Altersklasse.



Thomas Werner beendete seine Paradedisziplin, das Radfahren mit sehr guten 2:39:45h. "Im Halbmarathon konnte ich einfach nichts mehr zulegen mit meiner harten Wade vom Schwimmen", so Werner nach dem Rennen. Trotzdem lief er die 21,1km noch in sehr guten 1:32:08h was für eine Gesamtzeit von 4:42:37h und somit den tollen 15. Platz der Altersklasse M35

bedeutete.

Rob Cowart war nach dem Rennen auch sichtlich zufrieden mit seiner Leistung. Er hatte vorgenommen sich auf dem Rad nicht mehr "kaputt" zu fahren, um dann eine bessere Laufleistung bringen zu können.



Cowart stieg nach sehr guten 3:03:32h vom Rad und beendete den Halbmarathon nach 2:05:35h. Mit einer Endzeit von 5:51:58h erreichte er Platz 99 in der Klasse TM 35.

Nach einer Gesamtzeit von 5:25:33h blieb schließlich die Uhr für Wolfgang Lehl stehen, der nach einem schweren Radunfall seinen ersten Triathlon der Saison bestritt. (Einzelzeiten: 47:13min. Schwimmen/2:54:24h Rad/1:43:56h Laufen) Sichtlich erschöpft aber auch stolz auf ihre Platzierungen freuten sich alle vier Athleten dann im Ziel auf ein reichhaltiges Buffet und die wohlverdiente Massage.



Mitteldistanz-Triathlon in Erlangen

Bereits am Wochenende zuvor starteten drei weitere TSV Triathleten beim Wettkampf in Erlangen ebenfalls über die Mitteldistanz. Hier waren allerdings 2km im Main-Donau-Kanal, 80 schnelle km im Erlangener Hinterland und 20,3km in einem angrenzenden Waldgebiet zu bewältigen.

Reinhold Walter, der nach seiner erfolgreichen Teilnahme beim Opel Ironman Germany im Juli immer noch hoch motiviert war, kam nach 33:14min. als erster der TSV Athleten aus dem Kanal, gefolgt von Armin Jäckle in 34:43min und Alexander Koller in 44:49min. Auf der schnellen Radstrecke wurden alle endlich die für ihre vielen Trainingskilometer belohnt. Reinhold Walter wechselte nach starken 2:16h in die Laufschuhe, bevor dann Alexander Koller nach 2:23h und Armin Jäckle nach 2:45h folgten.

Auf der Laufstrecke kannte die schwüle Hitze dann kein Erbarmen mehr und machte die abschließenden 20,3 km zu einem wahren Kampf. Angefeuert vom Applaus der begeisterten Zuschauer lief Optikermeister Walter nach 1:34h und einer tollen Gesamtzeit von 4:25:57h über die Ziellinie.



Auch Alexander Koller konnte mit seinem ersten "gefinishten" Triathlon über die Mitteldistanz mehr als zufrieden sein. Die abschließende Laufstrecke bewältigte er in starken 1:38h, was für ihn eine Endzeit von 4:46:45 bedeutete. Armin Jäckle beendete die 20,3 km in 2:04h was letztendlich zu einer Gesamtzeit von 5:24:19 reichte.

Am kommenden Wochenende wird für die meisten TSV Triathleten mit dem Wettkampf in Tutzing über die Olympische Distanz die Saison zu Ende gehen. Einige werden aber noch versuchen in den diversen Herbstmarathons ihre Laufleistungen unter Beweis zu stellen.



Katja Fuchs im Kulmbach





Beim Tutzinger Triathlon auf König Ludwigs Spuren

Rob Cowart und Gerald Demharter beim Saisonfinale erfolgreich

(gede) Am Sonntag, den 22.08.04 fand am und rund um den Starnberger See wieder der Tutzinger Triathlon auf den Spuren König Ludwigs statt. Bei der 21. Auflage des Wettbewerbes über die Kurzdistanz (hier 1,2km/53km/12km) starteten knapp 500 Athleten/-innen. Unter ihnen waren auch Rob Cowart und Gerald Demharter vom TSV 1862 Friedberg.



Bei kühlen 14 Grad Lufttemperatur, aber immerhin 19,4 Grad Wassertemperatur und der Aussicht auf den später wärmenden Sonnenschein begann um 7.50 Uhr für die Damen in der ersten Gruppe das Rennen. Rob Cowart und Gerald Demharter vom TSV Friedberg starteten direkt danach um 8 Uhr. Nachdem es für beide in dieser Saison vermutlich die letzte Triathlonteilnahme ist, waren sie entsprechend motiviert und auf ein gutes Ergebnis aus. Sie fanden schnell ihren Rhythmus und kamen auch kurz hintereinander aus dem Wasser. Während der ersten Fahrradkilometer hatte die Sonne zwar die Wolken weitgehend verdrängt aber noch nicht die Kraft, um die Luft ausreichend zu

erwärmen. Spätestens aber nach dem hügeligen Rundkurs um den Starnberger See mit immerhin ca. 450 Höhenmetern waren die Teilnehmer/-innen dann auf "Betriebstemperatur". Die folgende Laufstrecke führte am See entlang Richtung Norden bis zum 6km entfernten Wendepunkt auf Höhe der Roseninsel und wieder zurück zum ersehnten Ziel.

Zielsetzung: Unter 3 Stunden

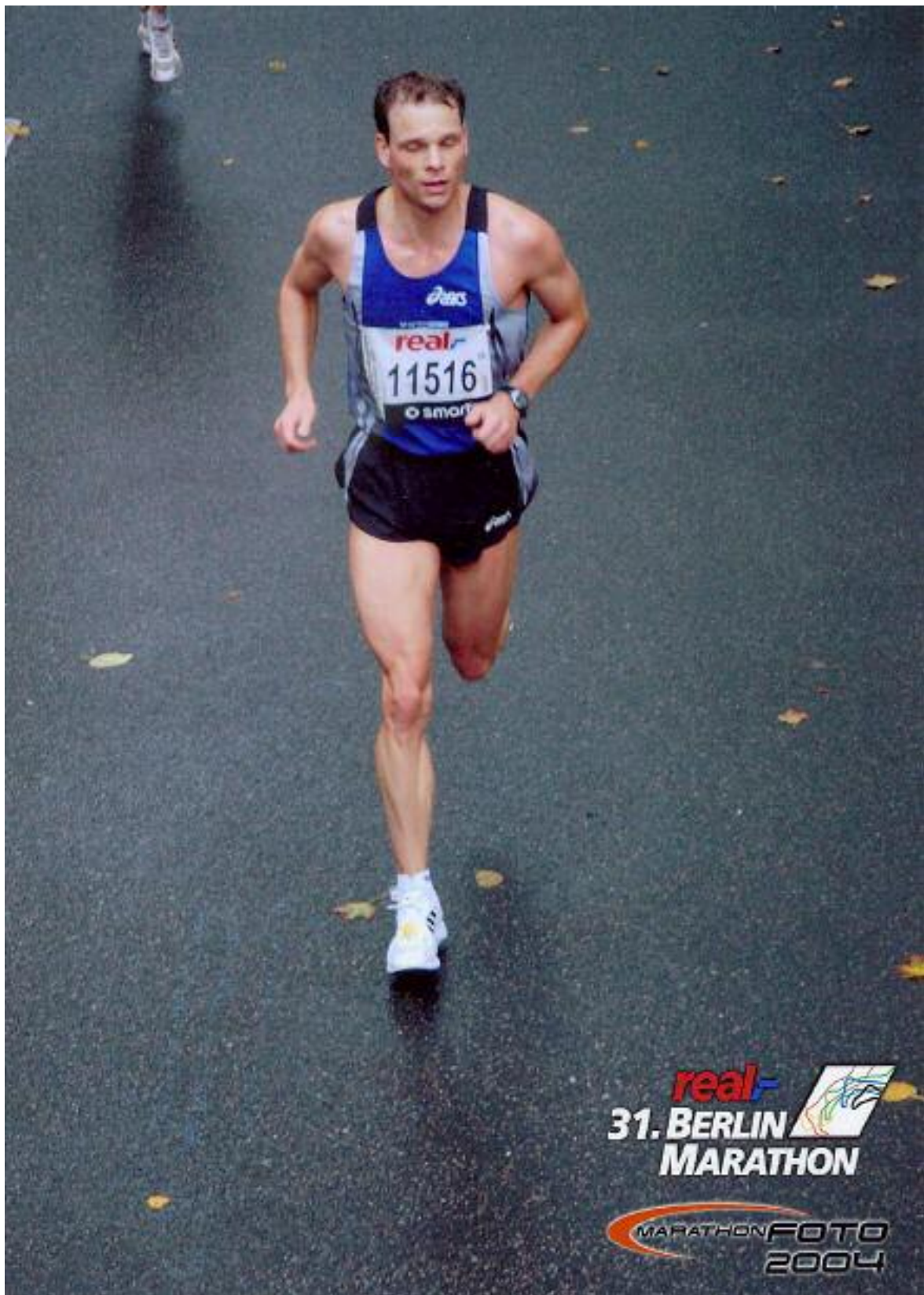
Die beiden Friedberger waren sichtlich zufrieden mit ihren Ergebnissen, zumal beide den Wettkampf unter 3 Stunden beenden konnten. Rob Cowart finishte in 2:55:50,2 und belegte damit den 191. Gesamtrang, was für ihn Platz 73 in seiner Altersklasse TM 35 bedeutet. Gerald Demharter kam nach 2:59:24,0 ins Ziel und damit auf den 222. Gesamtrang. In seiner Altersklasse TM 40 ist dies Platz 41.

Zu diesem wunderschönen Triathlonsonntag trug neben der mittlerweile kräftig scheinenden Mittagssonne natürlich auch die tolle Kulisse des Starnberger Sees bei. Noch lange nach Zielschluß genossen die müden Wettkämpfer und eine Vielzahl von Zuschauern Speis und Trank oder ein Sonnenbad am Ufer des Sees.





Roland Werner in Berlin beim Marathon





Markus Gebele startet beim Ironman Hawaii

Ironman-Weltmeisterschaft wieder mit Friedberger Beteiligung

(rowe) Am 16. Oktober 2004 starten erneut 1.700 der weltbesten Langstrecken-TriathletInnen in Kailua-Kona auf Big Island/Hawaii zur Ironman Weltmeisterschaft über 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42 km Laufen. Über 50.000 TriathletInnen haben sich in diesem Jahr wieder um die begehrten Startplätze zu qualifizieren versucht. Gelegenheit bot sich in 26 Wettbewerben verteilt um den Globus unter anderem in Australien, Süd Afrika, Brasilien, Kalifornien und Europa. Nach Thomas Werner in den Jahren 2000 und 2001 startet heuer Markus Gebele für den TSV Friedberg in Kailua-Kona. Die Qualifikation für die WM schaffte Markus Gebele in Frankfurt beim Ironman Germany am 11. Juli.

Zum 5. Mal am Start in Hawaii

In Königsbrunn arbeitet Markus Gebele bei der Bereitschaftspolizei und nutzt dort die hervorragenden Bedingungen für sein anstrengendes Hobby. Insgesamt hat er bereits 14 Ironman-Triathlons bewältigt mit einer tollen Bestleistung von 8:50 Stunden. Von 1999 bis 2002 war Markus Gebele Mitglied der A-Nationalmannschaft im Bogenbiathlon (Ski-Archery). Als erfahrener Triathlet kam er im letzten Jahr zum TSV nach Friedberg. In seinem Lebenslauf kann er auf bereits 5 erfolgreiche Teilnahmen bei der Ironman-Weltmeisterschaft in Hawaii zurück blicken. Sein diesjähriges Ziel ist in erster Linie die Bewältigung der Distanz im Bereich von ca. 10 Stunden, um als so genannter Daylight-Finisher die Ziellinie auf dem Alii-Drive zu erreichen.

Die Familie ist mit dabei

Die Vorbereitung auf Hawaii verlief für Markus Gebele nicht wunschgemäß, da er sich im Sommer einer Meniskus-Operation unterziehen mußte und dadurch die erforderlichen Trainingskilometer in erster Linie nur auf dem Rad und beim Schwimmen absolvieren konnte. Ein konsequentes Lauftraining war erst in den letzten Wochen möglich. Damit er die notwendige Unterstützung erhält reist auch seine Familie mit nach Kona. Im Gepäck sind seine Frau mit den beiden Kindern (2 und 5 Jahre) und die Eltern.

Die Ironman-Weltmeisterschaft steht dieses Jahr unter der Leitung von Diana Bertsch und wartet mit ein paar Neuerungen auf. Neben einem höheren Preisgeld für die Sieger bei den Profis wird das Rennen auch durch die erstmalige Aufteilung in zwei Startgruppen entzerrt. Die Profis starten 15 Minuten vor allen AltersklassenathletInnen. Für Markus Gebele fällt der Startschuß um 7:00 Uhr morgens Ortszeit.



Alle Mitglieder der Triathlonabteilung des TSV drücken Markus Gebele die Daumen und wünschen ihm viel Erfolg.



Deutsche regieren beim IRONMAN Hawaii

Markus Gebele ist mit seiner Leistung sehr zufrieden

(rowe) **Erstmals wurden beim IRONMAN-Triathlon auf Hawaii die Profis 15 Minuten früher auf die 226 km lange Wettkampfstrecke (3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren, 42,2 km Laufen) geschickt. Anschließend folgten alle qualifizierten Altersklassen-Athleten, unter Ihnen auch Markus Gebele vom TSV Friedberg, einer der 215 qualifizierten Deutschen. Alle Beobachter sprachen von den fairsten Wettkampfbedingungen aller bisherigen Wettbewerbe auf Hawaii.**

Schon in der Auftaktdisziplin dem Schwimmen übernahm der Coburger Schwimmstar Jan Sibbersen die Initiative. Sein Ziel war es den Rekord des Kaliforniers Lars Jorgenson aus dem Jahre 1998 zu knacken. Trotz eines zweiminütigen Vorsprungs auf die Konkurrenz verfehlte er den Rekord mit seiner Zeit von 47:05 Minuten um 24 Sekunden. Um Punkt 7 Uhr erfolgte der Startschuß für Markus Gebele. Alle männlichen Teilnehmer tragen gelbe Badekappen, die Frauen haben orangefarbene Badekappen. Vom Start weg fühlte sich Markus Gebele sehr gut und konnte im Sog der schnellen Schwimmer ein hohes Tempo anschlagen. Mit einer guten Zeit von 64:22 Minuten für die 3,8 Kilometer knüpfte Markus an seine besten Zeiten aus den Vorjahren an und sicherte eine gute Ausgangsposition für die schweren 180 Kilometer durch die hawaiianischen Lavafelder.

Platz 58 in der Altersklasse



Neben der schwülen Hitze macht der starke Wind die 180km Radfahren zu einer Herausforderung für Mensch und Material. Anfänglich noch akzeptabel, jedoch auf dem 12 km langen Aufstieg zum Wendepunkt nach Hawi zunehmend bis Sturmstärke blies er die Teilnehmer fast vom Rad. Im Feld der Profis war der deutsche Norman Stadler nicht zu halten und fuhr 10 Minuten schneller als der zweitschnellste. Mit der insgesamt 192 besten Radzeit von 5:34:50 Stunden konnte sich Markus Gebele bis unter die ersten 200 schieben und mit einer abschließenden Marathonzeit von 3:34:50 Stunden finishte er schließlich als 217. von 1579 Athleten, die die Ziellinie auf dem Alii Drive in Kailua-Kona erreichten und von

den vielen Zuschauern begeistert empfangen wurden. In seiner Altersklasse M30 reichte es sogar für Platz 58 mit seiner Gesamtzeit von 10:24:17 Stunden. Nach 1997 gewann Norman Stadler als zweiter Deutscher nach Thomas Hellriegel die IRONMAN-Weltmeisterschaft auf Hawaii.

5 Wochen Urlaub zur Belohnung

Markus Gebele nach dem Rennen: "Das Rennen war für mich ein riesiges Erlebnis, ich war vor elf Jahren das erste Mal in Hawaii und ich muß gestehen es ist nicht leichter geworden, nur wenn die Einstellung paßt dann läuft es einfach. Ich habe einen minimalen Trainingsaufwand nach meiner OP betrieben und für das war ich einfach genial zufrieden. Bei extremen Bedingungen und super heißem Wetter, war der Wettkampf eine richtige Herausforderung." Nach dem Wettkampf freute sich Markus auf erholsame 5 Wochen Urlaub mit seiner Familie.



27. Augsburger Winterlaufserie in Augsburg-Wellenburg

Reinhold Walter und Peter Schnellinger liefern sich ein packendes Duell beim Augsburger Weihnachtslauf über 9,3 km

(pesch). Am Start des 4. Laufes des "Augsburger Weihnachtslaufes" in Wellenburg standen diesmal zwei Friedberger Triathleten: Reinhold Walter und Peter Schnellinger. Bei sehr kalten, aber sehr guten Streckenbedingungen gingen in den schönen westlichen Wäldern Augsburgs die 142 Läufer um 10 Uhr auf die 3,1 km lange und sehr anspruchsvolle bergige Runde, die dreimal durchlaufen werden mußte.

Peter Schnellinger erzielte mit 38:24 Minuten nach längerer Wettkampfpause ein für ihn hervorragendes Ergebnis. Mit dieser Zeit landete er damit im vorderen Drittel des Teilnehmerfeldes und auf Platz 12 seiner Altersklasse TM40.

Knapp dahinter lief Reinhold Walter mit einer sehr guten Zeit von 39:30 Min. ins Ziel. Somit belegte er in seiner Altersklasse TM40 den 17. Platz. Somit hatten sich die beiden den Verzehr des bereitstehenden Glühweines und der Plätzchen, Stollen und Lebkuchen mehr als verdient.

Silvesterlauf in Gersthofen

Auch beim letzten Lauf des Jahres, dem Silvesterlauf in Gersthofen werden wieder viele Friedberger Triathleten am Start sein und damit das sportliche Jahr 2004 ausklingen lassen.

