

Triathlon 2009 AST APOLDA

Die Saison ist nun fast vorbei und unsere Triathleten Tina, Dirk, Günni und Marco konnten in diesem Jahr einige Erfolge für sich verbuchen.

Das Jahr startete mit der Thüringer Meisterschaft im Halbmarathon (21km). Dirk und Günni waren für den AST an den Start gegangen und haben mit einem 12. und einem 7. Platz gute Resultate erlangt.

| Name | Zeit | Altersklassenplatz | Gesamtplatz |
|-------|---------|--------------------|-------------|
| Dirk | 1:40:35 | 12. | 59. |
| Günni | 1:36:01 | 7. | 49. |

Im Anschluss folgte der Kyffhäuser Berglauf (14km), an dem sich Günni probierte. Bei regnerischem Wetter und aufgeweichtem Boden schlug er sich tapfer und repräsentierte den AST auch in fremden Gefilden.

| | | | |
|-------|---------|----|-----|
| Günni | 1:06:59 | 9. | 20. |
|-------|---------|----|-----|

Nach den anfänglichen Gesundheitsproblemen bei Tina, starteten alle Triathleten des AST in Jena zum Duathlon. Marco bestritt die Volkssportdistanz (5-20-2,5) und kam auf einen guten 6. ten Platz. Dirk und Günni starteten als Einzelstarter in der Hauptklasse (10-40-5) gemeinsam mit Tina und bald Neumitglied Christian als Staffeln. Allen gebührt großer Respekt, denn der Start in die Saison kostet immer große Überwindung und vor allem Kraft ☺

| | | | |
|-------------------------|----------------|-----------|------------|
| Marco | 1:24:04 (kurz) | 6. | 52. |
| Dirk | 2:14:54 | 10. | 46. |
| Günni | 2:09:39 | 9. | 36. |
| Tina + Christian | 2:11:34 | 2. | 13. |

In Weimar angekommen, startete das Team aus Apolda wieder vollzählig und genesen, so dass alle ihre Kräfte während der Sprint Challenge messen konnten. ☺ Die Athleten mussten 4*2km Laufen und 3*6,5km Rad im Wechsel bestreiten. Dabei konnten sie ihre starke Leistung aus Jena erneut unter Beweis stellen.

| | | | |
|-------------|----------------|-----------|------------|
| Tina | 1:26:33 | 2. | 5. |
| Dirk | 1:16:22 | 3. | 24. |
| Günni | 1:12:40 | 4. | 19. |
| Marco | 1:34:05 | 7. | 33. |

Bei kühlem und nebligem Wetter ging es für 6000 Sportler und Günni zum Guts Muths Rennsteiglauf nach Oberhof (21km). Er konnte sich in einen der vorderen begehrten Startblöcke hinein mogeln, wobei immer noch 1500 Athleten vor ihm starteten. Dennoch konnte er seine gute Leistung erneut unter Beweis stellen und sich Platz um Platz nach vorne kämpfen ☺

| | | | |
|-------|---------|-----|------|
| Günni | 1:33:36 | 65. | 210. |
|-------|---------|-----|------|

In Gera Angekommen, sollten unsere Triathleten sich beim Powertriathlon (1,5-40-10) zum ersten Mal im kühlen Nass, auf dem Rad und per Pedes messen.

| | | | |
|-------------|----------------|-----------|-----|
| Dirk | 2:25:06 | 7. | 23. |
| Günni | 2:28:06 | 4. | 30. |
| Tina | 2:42:31 | 2. | 7. |
| Marco | 2:55:13 | 10. | 57. |

Die Thüringer Meisterschaft über die Sprintdistanz (0.75-20-5) im Triathlon wurde in Apolda ausgetragen. Bei kühlen Wassertemperaturen und Neoprenerlaubnis konnten sich unsere Athleten wieder stark mit der Konkurrenz messen. Tina sicherte sich souverän den ersten Platz und Dirk wurde dritter Thüringer Meister. Günni und Marco sicherten sich einen guten 5. Platz in ihren Altersklassen.

| | | | |
|-------------|----------------|-----------|-----|
| Dirk | 1:13:38 | 3. | 30. |
| Günni | 1:13:33 | 5. | 29. |
| Tina | 1:18:49 | 1. | 6. |
| Marco | 1:23:17 | 5. | 50. |

Und ab ging es nach Saalfeld zum Triathlon (1,5-40-10). Wo sich voriges Jahr noch ein großes Starterfeld tummelte, waren es dieses Jahr nur ein paar auserwählte Starter und Starterinnen, welche sich den Olympischen Strapazen entgegen stellten. ☺ Dennoch wusste der AST um seine Chancen und schickte seine 3 Topathleten ins Rennen. ☺ Bei Sonnenschein und sommerlichen Temperaturen erkämpfte sich Günni seinen ersten Podiumsplatz. Glückwunsch!!!

| | | | |
|--------------|----------------|-----------|-----|
| Günni | 2:24:45 | 2. | 13. |
| Dirk | 2:34:58 | 4. | 24. |
| Tina | 2:37:42 | 1. | 28. |

Einen kurzen Zwischenstopp legte Günni bei seinem ersten Marathondebut in Fürth ein. Er startete für seine Verletzungsgeplagte Schwester Tina. In dem 638 Starter großen Feld sicherte er sich nach 3:28h den 14.ten Platz in seiner AK und den Gesamt 100.ten Platz.

| | | | |
|-------|---------|-----|------|
| Günni | 3:28:50 | 14. | 100. |
|-------|---------|-----|------|

26. LVB Triathlon (1,5-40.10) an den Kulkwitzer See / Leipzig. Dirk, Tina, Günni und Marco starteten zum letzten Mal in dieser Saison zusammen. Wobei sich Marco in seiner Vorbereitungsphase für seinen Wales Aufenthalt befand und sich dem Fitnesstriathlon (0,5-21-5) widmete, schlugen sich die anderen Starter über die Olympische Distanz.

| | | | |
|-------------|----------------|-----------|------|
| Günni | 2:25:37 | 28. | 153. |
| Dirk | 2:31:47 | 22. | 203. |
| Tina | 2:36:32 | 3. | 22. |
| Marco | 1:19:15 | 35. | 172. |

Beim Bergsee Triathlon in Ratscher musste Dirk allein an den Start gehen.

| | | | |
|------|---------|----|-----|
| Dirk | 2:30:18 | 5. | 42. |
|------|---------|----|-----|

Im schönen Fuldataal angekommen, bestritt Tina ihren ersten Mitteldistanz Triathlon (2-90-21). Als erste im Ziel angekommen diente dieser Ausflug als Vorbereitung auf ihren Saisonhöhepunkt!

| | | | |
|-------------|----------------|-----------|-----|
| Tina | 5:36:14 | 1. | 22. |
|-------------|----------------|-----------|-----|

In Nordhausen schlugen sich Günni und Dirk tapfer über die drittel Ironman-Distanz (1,3-60-14). Bei starkem Wind und aggressiven Wespen, konnten sich beide zusammen ins Ziel kämpfen!

| | | | |
|-------|---------|-----|-----|
| Günni | 3:17:15 | 15. | 66. |
| Dirk | 3:17:15 | 18. | 66. |

SAISONHÖHEPUNKT für Tina war der Kölner Triathlon. Sie bewältigte die Ironmandistanz von 3,8km Schwimmen, 180km Rad und 42,195km Lauf in einer Wahnsinnszeit von 13:23:26 Stunden.

| | | | |
|-------------|-----------------|-----------|-----------|
| Tina | 13:23:26 | 8. | 28 |
|-------------|-----------------|-----------|-----------|

Eine Woche nach ihrem Ironmandebut, startete Tina in Engerda beim Hexengrundtriathlon (0,5-30-7,5). Auf dem ersten Platz konnte sie ihre Triatlonsaison beenden.

| | | | |
|-------------|----------------|-----------|--|
| Tina | 2:02:41 | 1. | |
|-------------|----------------|-----------|--|



**Herzlichen Glückwunsch an
alle Athleten
und macht weiter so!!!**

PS: Die Thüringen Cup Wertung.

Tina 2. Platz, Dirk 2. Platz und Günni den 3. Platz in den AK's.