

Nachrichtenarchiv Triathlon 2015

Finale der Leverkusener Winterlaufserie 2014-15

Mit vollem Schwung ins neue Jahr

11.01.2015, 21:33



Die Jugend der SSF Bonn Triathlon freut sich über den Sieg in der Mannschaftswertung. (Foto: Kirsten Schneehagen)

Nachdem die Triathleten der SSF Bonn mit erfolgreichen Läufen die Party zum Jahresende einläuteten, ging es heute in Leverkusen auch im neuen Jahr erfolgreich weiter. Beim letzten Wettkampf der Leverkusener Winterlaufserie 2014-15 konnten die Triathleten der SSF Bonn viele gute Platzierungen erlaufen. Insgesamt erzielten Bonner Starter drei erste, zwei zweite und vier dritte Plätze.

In der jüngsten Altersklasse der Schüler wurde Gianluca Weißling über die Strecke von 2,6km in 10:07min erster bei den Jungen. Therese Schuhenn wurde bei den Mädchen in 10:56min ebenfalls erste. Kurz nach ihr erreichte Marike Schneehagen als Zweite das Ziel. Das Podium wurde von Amélie Schönberg in 11:20min komplettiert. Bei den Jungen wurde Tizian Berlin in 10:37 dritter.

Durch das gute Tagesergebnis beim letzten von drei Läufen konnten sich die Athletinnen und Athleten der TriKids zudem sehr gut in der Gesamtwertung platzieren. So kamen mit Gianluca Wessling und Marike Schneehagen sowohl bei den Jungen als auch bei den Mädchen die Gesamtsieger der Serie über 2,6 km vom SSF Bonn. Aber auch Tizian Berlin (3.), Til Burger (4.), Amelie Schönberg (2.) und Luca Sülzen (4.) sicherten ihre Stellung in der Gesamtwertung mit guten Tagesplatzierungen ab und konnten sich über tolle Ergebnisse in der Gesamtwertung freuen. In der Tageswertung überzeugte zudem Therese Schuhenn, die zwar gleichzeitig mit Marike über die Ziellinie lief, aufgrund ihrer besseren Nettozeit aber den Tagessieg davontrug.

Die guten Ergebnisse in der Tages- und Gesamtwertung wurden abgerundet durch Anna Brandenburg (7.), Amelie Schneehagen (14. und 9. Gesamt), Dan Tsvasman (15. Tages- und Gesamtwertung), Oscar Baer (17.), Pal Wachendorff (22. und 19. Gesamt), Bela Steinbrenner (26.) und Jonas Wiesen (45.). Zudem konnte Emil Wachendorff über 1,1 km den 21. Platz erreichen und wurde 10. in der Gesamtwertung.

Als Highlight gewann die gesamte Schüler- und Jugendabteilung den Preis für den teilnehmerstärksten Verein und durfte sich über einen Check im Wert von 250 Euro freuen!

Für den Rest der Jugend ging der Wettkampf über die Strecke von fünf Kilometern. Hier konnte Nils Herrington den zweiten Platz erlaufen. Für die Strecke benötigte er 18:02min. Ihm folgte Mattia Weßling mit sieben Sekunden Rückstand. Mattia wurde in der Serienwertung gesamt zweiter. Simon Nolte dritter. Bei der weiblichen Jugend schafften es Jara Brandenburg (2./19:40min) und Emily Berlin (3./20:25min) ebenfalls aufs Podium. Emily konnte sich mit diesem guten Ergebnis außerdem den zweiten Platz in der Serienwertung vor ihrer Vereinskameradin Anika Weißkirchen sichern.

Für die erste Mannschaft der SSF Bonn Triathlon stand an diesem Wochenende ein Lauf über 10km an. Bei den Frauen lief es für die Bonner besonders gut. Eva Hilgenphal konnte in 42:48min den Lauf für sich entscheiden. Lena Krämmerer wurde in 43:57min dritte. Über die 5km wurde die SSF Athletin Juli Kämpers in 19:36min zweite in der Tageswertung und hat mit dieser Zeit in der Summe aller drei Läufe die schnellste Zeit der Leverkusener Winterlaufserie 2014/15.

CHRISTIAN THOMAS/ CARSTEN HERBOTH

Triathleten der SSF Bonn bewegen sich beim Aquathlon in Luxemburg auf ungewohntem Terrain

Vier Rennen an einem Tag

19.01.2015, 12:45



Finalteilnehmer Luis Hesemann beim Laufen. (Foto: Wolfgang Lingen)

Im Winter macht ein Triathlet in der Regel Wettkampfpause. Da es draußen zu kalt zum Schwimmen und zu rutschig zum Radfahren, steht hier und da höchstens eine Laufveranstaltung auf dem Programm.

Nicht so für die Triathleten der SSF Bonn, die sich am Sonntag an ein ungewöhnliches Rennformat wagten. Beim 3. Indoor-Aquathlon in Luxemburg mussten die Sportler zu-

nächst in der Schwimmhalle eine Strecke von 250 Metern zurücklegen, bevor im direkten Anschluss in der daneben liegenden Leichtathletikhalle 1000 Meter gelaufen wurden. Bei einem international stark besetzten Startfeld galt es sich hierbei von Vorläufen über ein Viertel- und Halbfinale ins Finale zu kämpfen.

Am besten gelang das den Bonnern Jara Brandenburg, die in der Frauenwertung Platz 3 erzielen konnte und Luis Hesemann, der bei den Männern überraschend Platz 12 erreichte. „Im Finale habe ich schnell gemerkt, dass ich heute bereits drei Rennen in den Knochen habe. Das war wahnsinnig anstrengend“, resümierte Hesemann dennoch sichtlich zufrieden nach seinem Zieleinlauf. Bestens vertreten waren die Triathleten der SSF Bonn im Finallauf der Frauen. Neben der herausragenden Jara Brandenburg konnten sich Amelie Philipsenburg (7. Platz), Laura Mila Steinhauer (9.) und Lena Kämmerer (11.) im schnellsten Lauf des Tages gute Platzierungen erkämpfen.

Fast so schnell wie ihre älteren Vereinskollegen, allerdings noch über eine kürzere Distanz überzeugten die Nachwuchstalente der SSF Bonn Emily Berlin mit Platz 1 in der weibliche Jugend und Gianluca Wessling mit Platz 3 bei den Jungen.

Sichtlich zufrieden war Bundesliga-Trainer Christoph Großkopf auch mit den Ergebnissen seiner weiteren Schützlinge. Michael Schuberth und Alex Schmitz scheiterten erst im Halbfinale mit der Qualifikation für die nächste Runde. „Wir sind mitten im Grundlagentraining, da fehlt es uns zum jetzigen Zeitpunkt noch an Spritzigkeit. Die Athleten konnten hier gut lernen woran sie noch arbeiten müssen. Wir sind aber auf einem guten Weg!“, äußerte sich der Trainer.

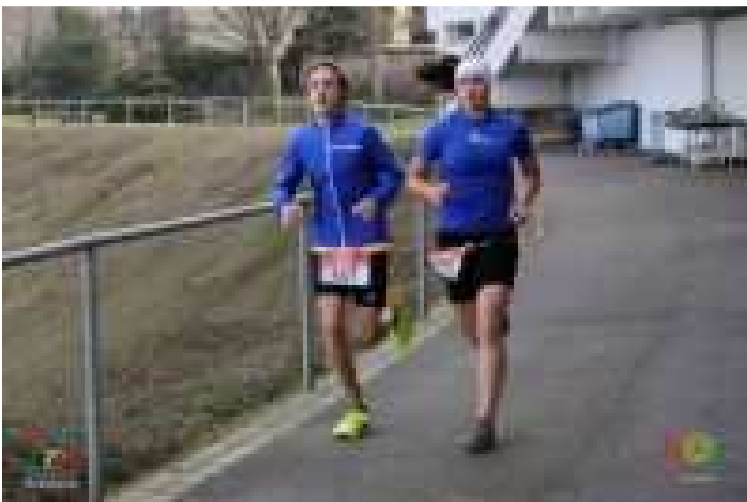
Zur Freude vom mitgereisten Trainer Maurice Mülder boten auch die weiteren Jugend-Athleten Fanni Mühl (Halbfinale), Kai Lingen (Viertelfinale) und Nikolai Walther (Viertelfinale) überzeugende Leistungen und konnten ihre Zeiten nach den Vorläufen nochmals deutlich steigern.

MAURICE MÜLDER

Wettkampfbericht vom Swimathlon 2015 aus Sicht einer Nachwuchsathletin

In allen Altersklassen vorne dabei!

16.03.2015, 10:16



Jana Bastos-Simas (re.) beim Laufen im Sportpark. (Foto: Wolfgang Lingen)

Da heute noch eine Kadersichtungen und ein Kaderlehrgang in Essen stattfand, waren nicht alle Athleten beim Heimwettkampf am Start. Dennoch gab es wieder einige gute

Platzierungen für unsere TriKids und Jugendathleten.

Wie in jedem Jahr um diese Zeit wurde ein Swimathlon ausgetragen! Als erstes Schwimmen in unserer neuen Schwimmhalle und danach Laufen im Stadion! Die Starts erfolgten als Jagdstart!

Acht unsere jüngsten Starter stellten unter Beweis, wie gut sie über 100 m schwimmen und 200 m laufen können! Die beste Platzierung erreichte hier Johanna Tilly mit einem hervorragenden 2. Platz. Tizian Berlin und Anna Brandenburg erreichten bei den Schülern B beide Platz 1.

Auch bei den Schülern und Schülerinnen A gab es sehr gute Platzierungen! Emily Berlin und Gianniluca Weißling erreichten mit einer hervorragender Leistung beide den 1. Platz. Auch Therese Schuhenn erreichte durch ihre gute Laufzeit den 3. Platz.

Bei den Jugend B beendeten alle Starter mit einer guten Leistung den Wettkampf. Durch Simon Nolte und Nils Herrington, hatten wir auch Starter bei der männlichen Jugend A. Simon Nolte setzte sich mit der besten Laufzeit gegen seine Konkurrenten durch und konnte so einen sehr guten 2. Platz ergattern. Auch Nils holte durch einen ganz starken Lauf, mehr als 4 min Rückstand nach seiner schwächeren Disziplin dem Schwimmen auf. Bei den weiblichen Jugend A, kam Amelie Zwilling, die erst seit einer Woche Triathlon macht, und von den Schwimmern kam, mit einer starken Schwimm- und Laufzeit auf den 2. Platz.

Ein ganz großes Dankeschön geht an alle Helfer und Eltern, ohne die der Wettkampf nicht so gut organisiert hätte stattfinden können.

JANA BASTOS-SIMAS

Crossduathlon NRW Meisterschaften 2015 in Lage.

Winni Penno erneut NRW Vizemeister in seiner AK

16.03.2015, 10:30



Winni Penno auf dem Mountainbike. (Foto: Gerhard Tegeler/ www.GTL.fotograf.de)

Für den SSF Bonn Triathlon startete Winni Penno am Sonntag bei den NRW Cross Duathlon Meisterschaften in Lage, über 5km Cross Laufen, 16 km Mountainbike und abschließende 5km Cross Laufen.

Die Strecke war in diesem Jahr sehr aufgeweicht, so daß die Abfahrten dieses Jahr anspruchsvoller waren. Auf der 5km Laufrunde waren jeweils 100 Höhenmeter und auf der MTB Strecke 280 Höhenmeter zu bewältigen.

Wie schon 2014 konnte Winni eine zweiten Platz in der AK45 bei der diesjährigen NRW Meisterschaft im Duathlon erringen.

Nach der ersten Laufstrecke über 5km konnte er noch als führender seiner AK und Gesamtvierter wechseln. Am Ende sprang die Silbermedaille in seiner AK und der 7 Gesamtplatz heraus.

Der Cross Duathlon in Lage feierte an diesem Tag das 10 jähriges Jubiläum. WINNI PENNO

Winnis Zeiten:

Lauf1: 18:56 Minuten

Rad (incl. Wechsel): 41:37 Minuten

Lauf2: 21:11 Minuten

Gesamtzeit: 1,21:44 Stunden

Ausreißversuch wird mit XXL Prinzenrolle belohnt

Michael Schubert gewinnt Griesson - de Beukelaer Radrennen

24.03.2015, 09:06



Michael Schubert freut sich über seine Trophäe aus Kecks und Schokolade. (Foto: Mattia Weißling)

Am Sonntag den 22. März 2015 konnte SSF-Triathlet Michael Schubert die Jedermann-Wertung beim 1. 1. Griesson - de Beukelaer Radrennen in rheinland-pfälzischen Polch gewinnen. Michael setzte sich schon früh an einem kleinen Anstieg ab und fuhr den Rest der 27 Kilometer langen Strecke alleine vor dem Hauptfeld. Dieses konnte ihn nicht mehr einholen, sodass Michael als erster das Ziel erreichte.

Nach einer Woche mit vielen hochintensiven Intervalltrainingseinheiten fuhren einige Athleten der SSF Bonn Triathlon Bundesliga-Mannschaft nach Polch zu einem Radrennen. Anders als bei den meisten Triathlon Wettkämpfen ist das Fahren im Windschatten in der 1. und 2. Triathlon Bundesliga erlaubt und daher ist die Teilnahme an einem Radrennen

eine sinnvolle Ergänzung zum allgemeinen Radtraining.

Neben Michael ging auch Chef-Trainer Christoph Grosskopf, sowie Felix Reifenberg und Alex Schmitz bei dem Jedermannrennen an den Start. Gianluca Weßling aus dem SSF Nachwuchs fuhr im Rennen der Schüler U13 mit und belegte dort einen ausgezeichneten dritten Platz. Felix, der für das Team „Team Deutsche Kinderkrebsstiftung“ fuhr, belegt im Sprint um die Platzierungen einen guten Platz in den Top 10. Er hatte noch versucht seinen Team-Kapitän in eine günstige Ausgangsposition für den Sprint zu fahren. Christoph und Alex erreichten kurz danach das Ziel.

CARSTEN HERBOTH

Podestplätze für SSF Masters

Deutschen Meisterschaften im Cross Duathlon

20.04.2015, 14:55



Winni Penno, Manfred Holthausen und Bruno Hoenig (v.l.n.r.) in Schleiden.(Foto: Bruno Hoenig)

Zum ersten Mal fand die DTU Deutschen Meisterschaften im Rahmen der 18. Auflage des Eifeler Sparkassen Cross-Duathlons statt.

Beim Traditionsrennen in Schleiden wurde am 19. April die nationalen Titel für Elite- und Altersklassenathleten vergeben.

Auf die anspruchsvollen Strecken rund um das beschauliche Eifelstädtchen begaben sich für den SSF die Master Athleten: Bruno Hoenig, Winni Penno und Manfred Holthausen.

Ob Schikane, Schlammsohle, Brandtrail oder Bachdurchfahrt, die Strecke hatte einige Schmankerl zu bieten, die auch mehrfach auf dem Rundkurs zu durchfahren waren.

Das Trio mußte 8 km Crosslauf (200 Höhenmeter), danach folgten 22 km und 690 Höhenmeter auf dem Mountainbike durch die Eifel mit Downhill-und Single-Trail Passagen. Abschließend mußte noch einmal 3,8 km (95 Höhenmeter) zu Fuß zum Ziel zurückgelegt werden.

Bruno Hoenig (AK 60) und Winni Penno (AK45) konnten den Bronze Rang in ihrer Altersklasse erringen. Manfred Holthausen wurde neunter in der AK (45).

WINNI PENNO

SSF Bonn TEAM artegitic startet beim Bike&Run in Köln

Generalprobe für den Bundesliga Auftakt

26.04.2015, 18:46



Michael Schubert, Alex Schmitz, Carsten Herboth und Luis Hesemann auf der Radstrecke v.l.n.r. (Foto: Sebastian Sahlmüller)

Beim Bike&Run Cologne ging das SSF Bonn TEAM artegitic mit einer Damenmannschaft und zwei Herrenmannschaften an den Start. Mit je vier Startern pro Mannschaft nahmen die Bundesligaathleten der SSF Bonn Triathlon an dem ausgetragenen Team-Wettbewerb, bei dem 40km auf dem Rad und 10km zu Fuß zu absolvieren waren, teil. Da bei diesem Rennformat wie im bekannten Team-Sprint der Bundesliga die Wettkampfstrecke gemeinsam absolviert wurde, eignete sich das Format sehr gut als Generalprobe für den Auftakt der 1. und 2. Triathlon Bundesliga am 10. Mai in Buschhütten. Auch das Wetter spielte mit und simulierte die aus dem Siegerland bekannten Regen hervorragend.

Für die Athleten von Trainer Christoph Grosskopf geht langsam die heiße Phase der Vorbereitung los. In intensiven Einheiten bereiten sich die Sportlerinnen und Sportler explizit auf die bevorstehenden Team-Wettkämpfe in der 1. Und 2. Triathlon Bundesliga vor, denn in zehn Tagen geht es in Buschhütten bereits um die ersten Punkte. Aus diesem Grund fuhren 12 Triathleten der SSF Bonn trotz des regnerischen Wetters von Bonn die knapp 20km nach Köln und zurück um dort am Bike&Run Cologen teilzunehmen. Zwar war die Wettkampfstrecke doppelt so lang wie bei dem bevorstehenden Wettkampf, die gesperrte Straße und die Konkurrenz der Kölner Mannschaften boten wettkampnahe Bedingungen.

Drei Bonner Mannschaften mit je vier Athleten freuten sich auf den ersten Test. Die Damenmannschaft bestand aus Kathi Malter, Lena Nitzge, Lena Kämmerer und Henriette Grassmann. Da es keine eigene Frauenwertung gab, mussten sich die vier Bonnerinnen mit den Männern messen. Dabei schlugen sie sich beachtlich und belegten den fünften Platz. Als erstes Herren-Team, es wurde im Abstand von einer Minuten gestartet, gingen Oliver Strankmann, Nils Dehne, Maurice Mülder und Felix Reifenberg auf die 40 Radkilometer. Grade einmal 22 Sekunden fehlten den Bonnern am Ende für den Sieg, der an eine Mannschaft des ASV Köln ging. Diese konnten auf dem Rad fast zwei Minuten auf die

Bonner gut machen, fuhren aber auf aerodynamisch optimierten Zeitfahrrädern. Diesen Rückstand konnten Oliver, Nils, Felix und Maurice trotz einer schnelleren Laufzeit nicht mehr aufholen. Die zweite Bonner Herrenmannschaft, bestehend aus Michael Schubert, Alex Schmitz, Carsten Herboth und Luis Hesemann, schaffte es auf den dritten Platz.

Mit diesem guten Ergebnis aller drei Teams begibt sich das SSF Bonn TEAM artegic hochmotiviert in eine letzte intensive Trainingsphase.

CARSTEN HERBOTH

Berthold Balg und Ingo Lochmann nehmen an Klapp-Rad-Rennen teil

Klapp-Rad reloaded

29.04.2015, 14:59



Berthold Balg im Wettkampf-Outfit. (Foto: Berthold Balg)

Obwohl die Triathlon-Saison noch nicht begonnen hat, geht es am nächsten Wochenende (01. und 02. Mai) in Schopp bei Kaiserslautern für 2 Athleten der SSF Bonn im wahrsten Sinne des Wortes rund. Ingo Lochmann und Berthold Balg werden am www.world-klapp.de mit ihrer Mannschaft „Early4Birds“ am 24 Stunden-Rennen teilnehmen. Mit den beiden sprach Carsten Herboth:

C: Gibt es wieder so ein verrücktes Rennen wie im letzten Jahr, als ihr mit euren 20 Zoll Klappprädern ohne Schaltung 4 Runden im Herzen Berlins gedreht habt?

B: Wenn man den Grad der Verrücktheit an den Runden festmachen will, wird es dieses Jahr noch verrückter!

C: Warum das?

B: Wir werden im 4er Team 24 Stunden lang abwechselnd auf einer Freiluft Radrennbahn in Schopp bei Kaiserslautern unterwegs sein. Da werden garantiert mehr als 4 Runden gedreht ...

C: Das hört sich nicht nach einer „Einkaufsfahrt mit Klapprad“ an ...

I: Wer es kennt, insgesamt 6 Stunden Rad zu fahren, der kann nur erahnen, was da in Schopp auf uns zu kommt!

C: Ihr habt das noch nie ausprobiert?

I: Zuerst einmal musste das Klapprad auf meine Körpermaße eingestellt werden und dabei habe ich noch nicht so viele Kilometer mit dem Gefährt zurück gelegt. Mit dem Rennrad doch schon ein paar mehr ...

B: Das ist ja das Spannende. Viele Sportler sind schon mal mehr als 200 km Rad gefahren. Andere haben bei verschiedenen Formaten von 24 Stunden Rennen mitgemacht. Aber keiner weiß, was bei einem 24-h- Klapprad- Rennen passiert.

C: Also habt ihr wieder eine neue Herausforderung gefunden?

I: Das Leben ist so kurz, da muss man sich den bietenden Herausforderungen stellen.

C: Wie habe ich das zu verstehen?

I: Als mich Berthold gefragt hat, bei diesem Rennen mitzumachen, habe ich spontan zugesagt, ohne zu wissen, was genau auf mich zu kommt.

B: Ingo – das weiß keiner. Selbst die erfahrenen KlappradSPORTLER aus der Pfalz müssen sich vom 01. bis 02. Mai überraschen lassen.

C: Klingt ja ein bisschen chaotisch ...

B: Da muss ich widersprechen. Die Veranstaltung wird höchst professionell organisiert und auch die Teams müssen sich vorher richtig Gedanken machen und strukturiert vorgehen.

C: Zum Beispiel?

I: Erstes Problem: Woher nimmst du ein Klapprad her? Zweites Problem: Wie stellst du das kleine Fahrrad auf eine Körpergröße von 1,87 m ein. Drittes Problem: Wo bekommst du tragfähige Ersatzteile her? Viertens: Welche Übersetzung (Du hast nur einen Gang!) kannst / sollst du aufschrauben? Und : Wie teilen wir die 24 Stunden auf?

Und und und ...

C: Da muss man ja so einiges sortieren bzw. beachten ...

B: Es reicht eben nicht nur aus, sich einen Bart wachsen zu lassen und mitzufahren ...

C: Ja, das weiß ich noch vom letzten Jahr: „Ohne Bart kein Start!“ Aber da seid ihr ja gut vorbereitet . Das erklärt jetzt auch, warum Ingo im Schwimmtraining für Verwunderung sorgt. (lacht über die ungewöhnliche Gesichtsbehaarung der beiden ...)

I: Durch meinen Oberlippenbart konnte ich dieses Saisonhighlight weder bei den Arbeits- noch bei den Vereinskollegen geheim halten.

C: Braucht ihr auch nicht. Ich denke, dass jetzt noch mehr SSFler neugierig geworden sind.

B: Auf www.world-klapp.de findet ihr alle möglichen und unmöglichen Informationen. So wird es z.B. Livestände der gefahrenen Kilometer geben und eine App zur Verfügung gestellt.

(Gibt's [hier](#))

Wer zufällig in der Gegend ist oder noch nichts vor hat, der sollte sich diesen Spaß live nicht entgehen lassen.

I: Und wenn ihr König Bansah's Landung mit dem Hubschrauber sehen wollt, müsst ihr allerspätestens Freitag, 01. Mai um 17:00 Uhr an der Strecke sein!

C: König Bansah?

I: Da dachte ich auch, dass Berthold mir einen Bären aufbinden wollte. Da weiß er mehr ...

B: Er ist tatsächlich ein echter König., der die Schirmherrschaft dieser Veranstaltung übernommen hat. Das könnt ihr auch im Internet recherchieren ... wer's nicht glaubt. In Berlin haben wir mit ihm im Cabrio eine Sternfahrt absolviert. Der Hubschrauber in Schopp ist eine Wertschätzung an ihn.

C: Also - ihr seid zu viert in der Mannschaft und wollt in 24 Stunden mit dem Klapprad so weit wie möglich kommen?

B: Genau. Wir haben noch bis tief in die letzte Nacht telefoniert und verhandelt, damit wir wieder 4 „Early Birds“ sind. Erst letzten Donnerstag hatte ein Kollege einen Radunfall. Er kann leider nicht mitmachen.

C: Gute Besserung aus Bonn! Vielleicht wird im nächstes Jahr ein reines SSF-Team an

den Start gehen? Es wird bestimmt noch einiges zu erzählen geben, wenn ihr wieder zurück seid und die Triathlon-Saison dann vor der Tür steht.

I: In punkto Radfahren bringen wir noch ein paar Kilometer aus Schopp mit. Das ist von Vorteil, wenn wir für die Masters in die Triathlon-Liga-Wettkämpfe einsteigen.

C: In der Liga mit dem Rennrad – weiß ich. Dann wünsche ich euch und eurem Team, den Early4Birds, viel Spaß und Erfolg in Schopp jetzt vom 01. auf den 02. Mai!

B: Spaß? Bestimmt! Danke, wir werden berichten.

BERTHOLD BALG

SSF Bonn TEAM artegitic siegt in Buschhütten

Sensation zum Auftakt

10.05.2015, 18:18



Die Mannschaft des Tages: Felix Reifenberg, Oliver Strankmann, Michael Schubert, Luis Hesemann und Nils Dehne v.l.nr. (Foto: Robin van de Loo)

Mit einer überragenden Team-Leistung konnten die Herren des SSF Bonn TEAM artegitic in der 2. Triathlon Bundesliga Nord gewinnen. Luis Hesemann, Oliver Strankmann, Nils Dehne, Felix Reifenberg und Michael Schubert gingen an diesem Sonntag bei perfekten Bedingungen in Buschhütten an den Start.

Bereits beim Schwimmen legten die fünf Bonner die Grundlage für einen erfolgreichen Tag. Nach einem Staffelschwimmen über 5x300m ging es gemeinsam auf die Radstrecke. Hier lagen die ersten vier Mannschaften eng beisammen, sodass das Rennen im Laufen entschieden werden sollte. Nach dem Radfahren hatte die Bonner Mannschaft für das Finale über 5km eine gute Ausgangslage. Auf dem zweiten Platz liegend hatten die Herren 50 Sekunden Abstand auf die Verfolger auf Platz 3 und 4.

Nach einem schnellen Wechsel in die Laufschuhe hieß es die Zähne zusammenbeißen, da man den zweiten Platz nicht mehr hergeben wollte. Das man Ende das erste Rennen der Saison sogar gleich gewinnen konnte war eine große Überraschung und scheint noch immer unglaublich.

CARSTEN HERBOTH

SSF-Bonn Triathlon Jugend in Essen erfolgreich

Frühjahrstalentdiade des NRWTV

13.05.2015, 12:44



Die Athleten beim Einlaufen (Foto: Kirsten Schneehagen)

Am vergangenen Samstag ging es für einige Nachwuchsathleten der Triathlonabteilung des SSF Bonn zur Frühjahrstalentdiade des NRWTV nach Essen, wo es um die Aufnahme in die Talentfördergruppe des Verbandes ging. Mit dabei Anna Brandenburg, Marike Schneehagen, Emily Berlin, Joel Bastos-Simas sowie Tizian Berlin, die sich alle gute Chancen ausrechnen konnten, die geforderten Anforderungen zu erfüllen.

Insgesamt werden die Teilnehmer bei der Talentiade in neun Bereichen geprüft (Lauf ABC, 60 m Sprint, langer Lauf, Radparcours, Athletik, Dehnung, 50 m Sprint, lange Schwimmstrecke, Schwimmtechnik) und entsprechend lang ist der Tag in der Regel. Aufgrund dessen hieß es für die Athleten und Betreuer auch früh aufstehen, um pünktlich zum Start um 8:00 Uhr in Essen anzukommen. Hier stand zunächst die Laufüberprüfung statt, bei der sich die SSFler sehr gut präsentierten. Fast alle Normen wurden geschafft und bei einigen gab es sogar neue Bestzeiten, sodass das gesamte Team mit Zuversicht zur Athletikhalle fuhr. Dort standen dann, neben diversen Athletikübungen, auch die Dehnüberprüfung und der Radparcours auf dem Programm. Auch diesen Teilabschnitt absolvierten Anna, Marike, Emily, Joel und Tizian mit Bravour und es zeichnete sich jetzt schon ab, dass der Tag einen erfolgreichen Verlauf nehmen sollte.

Während des darauffolgenden Mittagessens stand dann auch endlich fest, in welchem Schwimmbad die abschließende Schwimmüberprüfung stattfinden sollte – und zwar in einem Freibad. Dies löste, aufgrund des angekündigten Regens, zwar keine Begeisterung aus, aber immerhin konnte das Schwimmen stattfinden. Leider bewahrheiteten sich die Befürchtungen dann allerdings und pünktlich zum Start des Schwimmens begann es zu regnen. Zudem war es mittlerweile fast 16 Uhr und alle Kinder schon 10 Stunden auf den Beinen. Trotz dieser Umstände und den teilweise langen Wartezeiten in der Kälte zeigten die fünf SSFler aber auch im Schwimmen sehr starke Leistungen und unterboten alle die geforderten Normzeiten! Sowohl über 50 m als auch über 200 bzw. 400 m gab es dabei auch wieder einige neue Bestleistungen, was zeigt, dass die Athleten in der Vorbereitung alles richtig gemacht hatten.

Zur Siegerehrung zeigte sich dann auch wieder die Sonne und sorgte dafür, dass allen

schnell wieder etwas wärmer wurde. Aber auch die Ergebnisse gaben Anlass zur Freude, denn alle Teilnehmer des SSF schafften die Aufnahme in die Talentfördergruppe. Anna Brandenburg und Marike Schneehagen erfüllten dabei sogar neun von neun geforderten Normen, Emily und Tizian Berlin schafften jeweils acht von neun Normen und Joel Bastos-Simas, der aufgrund seines Alters nur sechs von acht Normen erfüllen musste, schaffte mit sechs Normen bei seiner ersten Talentiade eine Punktlandung. Damit waren alle Beteiligten sehr zufrieden und man konnte sich auf den Rückweg nach Bonn machen. Nach der einstündigen Rückfahrt waren Sportler, Eltern und Trainer dann um 19:30 auch endlich wieder zu Hause angekommen und durften sich auf einen erholsamen Abend, nach einem anstrengenden aber sehr erfolgreichen Tag, freuen!

CHRISTIAN THOMAS

SSF Bonn TriKids weiterhin auf Erfolgskurs

Schülertriathlon Hückeswagen

01.06.2015, 22:23



v.l.n.r. Joel Bastos-Simas, Finn Orgeich, Tizian Berlin, Lennart Müller und Bela Steinbrenner
Foto: Christian Berlin

Am 30. Mai waren wieder einige TriKids sehr erfolgreich beim Schülertriathlon Hückeswagen unterwegs. So konnten Tizian Berlin (Sch. B) und seine Schwester Emily (Sch. A) ihre Altersklassen gewinnen, beide sehr souverän. Lukas Kurtenbach schrammte bei den Schülern C mit Platz 4 knapp am Podest vorbei und Bela Steinbrenner, Joel Bastos-Simas, Lennart Müller und Finn Orgeich konnten bei den Schülern B in einem großen Starterfeld die Plätze 7, 8, 9 und 11 belegen!

CHRISTIAN THOMAS

SSF Nachwuchs startete beim Stäjmun-Triathlon

TriKids auch in den Sommerferien aktiv

13.07.2015, 09:23



Amelie und Marike Schneehagen vor dem Start (Foto: Kirsten Schneehagen)

Im Jubiläumsjahr 2015 nahmen 75 Kinder (Schüler C bis Jugend B) teil, mit dabei auch Amelie und Marike Schneehagen von den Trikids des SSF Bonn, die zudem beide auch noch sehr erfolgreich waren. Zu absolvieren galt es für beide bei schönstem Sommerwetter die Distanz von 100 Schwimmen im 23 C warmen See des Brodersenhofes, 5 km Radfahren durch den Herrenkoog und 1 km Laufen zur nächsten Windkraftanlage und zurück. Nach dem Schwimmen kam zunächst Marike als zweites Mädchen aus dem Wasser, überholte ihre Konkurrentin dann aber schon in der Wechselzone, sodass sie als erste auf die Radstrecke ging. Dort hielt Marike diese Position und finishte am Ende als bestes Mädchen und auf dem dritten Gesamtrang. Damit war sie gute drei Minuten schneller als ihre Schwester Amelie, die sich beim Laufen nach vorne gekämpft hatte und am Ende auf dem 2. Platz bei den Mädchen ins Ziel lief. Neben dem tollen Doppelsieg für den SSF Bonn hatte Amelie besonderen Grund stolz auf ihre Leistung zu sein, denn mit Leihrennrad und geborgtem Einteiler war es ihr erster Triathlon überhaupt, nachdem sie erst im Mai von den Leichtathleten zu den Trikids gewechselt war.

KIRSTEN SCHNEEHAGEN

SSF Herren machen in Grimma den Aufstieg perfekt

Aufstieg in die 1. Triathlon Bundesliga

13.07.2015, 09:33



Alex Schmitz, Niclas Bez, Nils Dehne, Felix Reifenberg, Michael Schubert und Luis Hese-
mann (v.l.n.r.) feiern den Aufstieg. (Foto: Robin van de Loo)

Beim letzten Wettkampf der 2. Triathlon Bundesliga Nord in Grimma reichte des Herren
des SSF Bonn TEAM artegic ein fünfter Platz um den Aufstieg in die 1. Triathlon Bundesli-
ga perfekt zu machen.

CARSTEN HERBOTH

Florian Bauer löst beim Ironman Barcelona das Ticket für Hawaii 2016

"Ein Traum wird wahr"

07.10.2015, 20:10



Florian Bauer mit seinem Pokal am Strand von Barcelona. (Foto: F. Bauer)

Am vergangenen Sonntag belegte SSF Bonn Triathlet Florian Bauer beim Ironman Barcelona den zweiten Platz in seiner Altersklasse und qualifizierte sich damit für die Ironman Weltmeisterschaft 2016 auf Hawaii. Damit belohnte sich der 28-Jährige nicht nur für die harte Arbeit eines Jahres, sondern kann sich auch einen großen Traum erfüllen: den Start beim legendären Rennen auf Hawaii.

Ein ganzes Jahr Vorbereitung investierte Florian für den Wettkampf über 3,8km Schwimmen, 180km Radfahren und 42km Laufen um am Tag X in Bestform zu sein. Dem entsprechend hoch war die Anspannung in den letzten Wochen vor den Wettkampf, als erfahrener Sportler wusste er jedoch mit dem selbstauferlegten Druck umzugehen. Doch nicht nur vor dem Start ist mentale Stärke gefragt. Der Wettkampf ist lang und es kann viel passieren.

Das Mittelmeer war an diesem Morgen ganz schön rau. „Wie schaukeln auf hoher See“ so nach dem Rennen. 51: 30 min brauchte er für die erste Disziplin, die von dem ehemaligen Leistungsschwimmer meist problemlos gemeistert wird. Doch eigentlich ist das Radfahren die Lieblingsdisziplin des Bonners. Hätte es mit der Hawaii-Quali nicht geklappt, hätte Florian sich auch gut vorstellen können im kommenden Jahr ein paar Radrennen zu fahren. Das wird er sich jetzt sicher noch mal überlegen. Nach 4:50:44 Stunden war der Spaß auf zwei Rädern für Florian vorbei und der abschließende Marathon wartete mit unterschiedlichen Untergründen auf ihn. Sand, Holz, Straße und auch Kunstrasen machte den Triathleten das Leben schwer. Mit seiner Zeit von 3:22:22 Stunden war Florian sehr zufrieden. Am Ende blieb die Uhr nach 9:08:02 Stunden für Florian stehen.

Jetzt stehen erstmal ein paar Wochen Erholung für ihn an, denn nicht nur der Wettkampf ist sehr kräftezehrend, sondern auch die vielen langen Trainingseinheiten können sehr zermürend sein.

CARSTEN HERBOTH

SSF Athleten ab AK 35 auch in diesem Jahr erfolgreich

Rückschau Senioren-Liga 2015

12.10.2015, 22:54

Saisonrückblick Senioren



Die SSF Senioren nach dem letzten Wettkampf in Xanten.

Da wir Senioren schon seit längerem einen großen Athletenkader haben, gehen wir seit drei Jahren mit zwei Mannschaften an den Start. Eine Seniorenmannschaft besteht dabei aus 4 Startern. Die Teilnehmer müssen mindestens 35 Jahre alt sein, zwei Teilnehmer müssen sogar älter als 40 Jahre alt sein.

Die erste Mannschaft versuchen wir, so stark wie möglich aufzustellen, so dass sie immer ein Wörtchen um den Sieg mitreden kann. Bei der zweiten gilt dann eher das Motto „Et kütt wie et kütt“. Das bedeutet aber nicht, dass der Ehrgeiz geringer wäre.

Nachdem im letzten Jahr der Indeland-Triathlon der Auftaktwettkampf war, begann dieses Jahr die Saison für die Senioren wieder mit dem „Heimtriathlon“ in Bonn.

Leider blieb auch dieses Jahr das Verletzungspech unser treuer Begleiter: Gleich drei Starter fielen aus und mussten kurzfristig ersetzt werden. Dennoch konnten wir mit René Göldner, Thorsten Pütz, Thomas Meyke und Christoph Aschemann in der ersten Mannschaft sowie mit Thomas Köhns, Christoph Klaren, Ralf Knips und Michael Bünning in der zweiten eine schlagkräftige Truppe stellen.

Der Start erfolgte zwar wie immer von der Fähre, allerdings dieses Mal nicht mehr in der Flussmitte, sondern am Anleger vor dem Kameha Grand Hotel.

Bei insgesamt warmen Temperaturen war insbesondere das Laufen anstrengend. Doch die zahlreichen SSF-Fans, die immer dann besonders laut wurden, wenn sie ein blaues Trikot sahen, erhöhten noch mal die Bereitschaft, sich zu quälen.

Das Ergebnis mit Platz 3 für die erste und Platz 4 für die zweite Mannschaft kann sich durchaus sehen lassen. Sechs Starter kamen in die Top 20, René Göldner und Thorsten Pütz konnten sich sogar in den Top Ten platzieren. Insgesamt war es also eine geschlossene Mannschaftsleistung, wobei mit etwas mehr Glück auch eine bessere Platzierung möglich gewesen wäre, denn Thomas Meyke und Christoph Aschemann mussten leider auf der Laufstrecke der Hitze Tribut zollen. Letztlich betrug der Abstand zum Zweiten TVE Netphen gerade einmal 6 Plätze.

Der Allner See und die Hennefer City sind Austragungsort des Hennefer Siegtaltriathlons.

Für die Senioren war es der zweite Wettkampf von Vieren. Es gingen René Göldner, Thomas Köhns, Rob Rave und Manfred Holthausen an den Start (1. Mannschaft), sowie Ralf Knips, Michael Bünning, Kai Bramer und Altmeister Jörg Buhs (2. Mannschaft). Das Schwimmen beendeten zwei Athleten des Krefelder Kanu Klubs erwartungsgemäß in den vorderen Reihen. Unsere Athleten konnten zum Großteil im vorderen Drittel das Schwimmen beenden und kamen gut aufs Rad, René, z.B. als 28. von den über hundert Athleten der Liga. Von der ersten zur zweiten Radrunde konnten René und auch Rob den Rückstand vom Schwimmen leicht aufholen. Allein drei Athleten der Männer wechselten unter den ersten 10 in Blitzmanier in die Laufschuhe. Auch die anderen Athleten kamen sehr gut vom Rad in die Schuhe und konnten die abschließende neue Runde von Hennef in Angriff nehmen.

Zur Steigerung der Attraktivität des Laufens für die Zuschauer, laufen die Athleten in Hennef nun nicht mehr eine lange Schleife in der Siegaue, sondern zwei kurze Runden. Der mitgereiste und krankheitsbedingt ausgefallene Thomas Meyke konnte so als Coach fungieren und Platzierungen und Abstände angeben. Speziell bei René, der gewohnt ist, seine Rennen progressiv anzugehen, schmolz der Rückstand auf Platz 1 von vormals 4 Minuten auf etwas mehr als 3 Minuten.

Letztlich beendeten die Männer-Teams den Wettkampf mit dem 2. Platz (1. Mannschaft mit Göldner als 6., Rave 11., Köhns 14. und Holthausen 20.) und dem 8. Platz (2. Mannschaft mit Knips als 22., Buhs 24., Bünning 32. und Bramer 55.). Die Krefelder gewannen den Wettkampf in Hennef.

Die Starter waren beim 3. Wettkampf, einem Sprint in Witten, für die erste Mannschaft Max Eggen, Matthias Starke, Thomas Meyke und Rob Rave. Die zweite Mannschaft bestand aus Manfred Holthausen, Ivo Murru, Christoph Aschemann und Michael Bünning. Die Temperaturen hatten sich bei nunmehr 15° erheblich abgekühlt. Trotzdem war die Stimmung im Bus auf dem Weg nach Witten sehr gut, da der Regen ja bestimmt noch aufhörte. 2 Stunden später war klar, er hörte nicht auf.

So standen unsere Senioren nun, nach längerem Fußmarsch vom Parkplatz, in der Wechselzone und erfuhren vom Neoprenverbot auf der Schwimmstrecke. Ihre Finger und Zehen schienen da etwas anderes sagen zu wollen, aber was soll's. Schnell ab ins Wasser, denn dort schien es ja schön warm zu sein.

Nach den üblichen Verzögerungen, wegen der Position der Startlinie bei einem „Wasserstart“, ging es dann auch schon los.

Rob kam beim Schwimmen leider etwas unter die Räder, d.h. Konkurrenten, und gab alles auf der Radstecke. Die machte eigentlich keinen Unterschied zum Schwimmen, nur, dass man nun noch zusätzlich auf dem Rad saß. Das Radfahren verlief dann aber zum Glück für alle ohne große Probleme und vor allen Dingen ohne Stürze. Nur die unzähligen, gefühlten 100 Wendepunkte auf der ca. 4km langen Runde, welche alle Teilnehmer fünfmal zu durchfahren hatten, strapazierten Beine und Nerven auf der nassen Fahrbahn. Beim abschließenden Lauf, wo 3 Runden zu absolvieren waren, holten alle SSFler noch einmal alles aus sich heraus und konnten so einige Platzziffern gewinnen.

Das Ergebnis war mit dem 3. Platz der 1. Mannschaft in der Tageswertung und der Verteilung der Ränge 2 und 5 beider Mannschaften in der Gesamtwertung dann weniger trübe als das Wetter den gesamten Tag. Allerdings war der Vorsprung der 2. Mannschaft mit 3 punktgleichen Mannschaften auf Platz 5 sehr gering, so dass für den letzten Wettkampf in Xanten noch einige Spannung drin war.

Dagegen war der Rückstand für eine realistische Chance auf Platzverbesserung zu groß. An den Start gingen René Göldner, Thorsten Pütz, Rob Rave und Nelson Penedo für SSF Bonn I, Matthias Starke, Ralf Knips, Kai Bramer und Ivo Murru für SSF II. Bei eher kühlen Temperaturen (Luft wie Wasser) ging es im Neo auf die Schwimmstrecke.

Dieses Mal konnten alle SSFler ohne große Probleme aufs Rad steigen. Die Radstrecke war eine Wendepunktstrecke, die insgesamt 4x zu absolvieren war. Hier gab es dann auch mal ein paar Regenschauer. Glücklicherweise konnten aber beide Mannschaften ohne Unfall auf die Laufstrecke wechseln. Die erste Mannschaft gab sich keine Blöße, zeigte eine geschlossene Leistung und kam auf die Plätze 8, 12, 14 und 16. Das bedeutete Platz 2 in der Tageswertung und auch Platz 2 in der Gesamtwertung. Die zweite Mannschaft erreichte die Plätze 15, 17, 35 und 50, was in der Tageswertung Platz 5 ergab. Leider kam das Team des SV Gladbeck auf Platz 4, so dass es unsere zweite Mannschaft noch auf Platz 6 in der Saisontabelle verdrängte.

Die erste Mannschaft konnte also ihren zweiten Platz aus dem Vorjahr verteidigen, während die zweite Mannschaft sich sogar um einen Platz verbessern konnte. Ob es in der Saison 2016 wieder zwei Mannschaften geben wird, steht im Moment zwar noch nicht fest, aber in jedem Fall werden die Senioren auch nächstes Jahr wieder versuchen, ganz vorne zu landen.

RALF KNIPS

Masters 2015 – eine weitere Erfolgsgeschichte

23.10.2015, 21:55 von Christophe Macht (Triathlon)

In diesem Jahr hatten die Masters neben dem normalen Wahnsinn zwei besonders große Herausforderungen zu meistern: Zum einen gab es mit den Triathleten aus Paderborn einen Konkurrenten, der stärker war als alle, die wir vorher gesehen hatten und zum zweiten stand Hückeswagen auf dem Ligaprogramm. Eine Mitteldistanz, die es in sich hat.

Die Saison der Masters begann in Hagen und es waren klare Saisonziele definiert: Die Erste sollte ihren NRW-Titel aus dem Vorjahr verteidigen. Die Zweite sollte in der Endabrechnung möglichst einen Podiumsplatz erreichen. Für die Dritte ging es darum, den im Vorjahr erreichten 10. Platz in einen einstelligen Bereich zu verbessern und das Ziel der Vierten war, neben dem Einsatz möglichst vieler Athleten, den 20. Platz aus dem Vorjahr mindestens zu halten (von 28 Mannschaften).

Es lief super in Hagen: Die Erste dominierte das Rennen und gewann eindeutig. Die Plätze 4 und 6 für die Zweite und Dritte waren schon fast sensationell und auch Platz 18 der Vierten konnte sich sehen lassen. So fuhren wir also hochmotiviert nach Voerde. Leider war zu dem Zeitpunkt schon klar, dass unsere Topstarter Ralf Krumbé und Silvio Suderow die Triathlon-Saison aus gesundheitlichen Gründen bereits beenden mussten, aber wir haben ja „eine lange Bank“ und die Jungs gaben alles, um die Lücke, die die beiden Verletzten hinterließen, so gut wie möglich zu schließen. Der Ersten gelang das nicht ganz, aber Platz 4 war dennoch ein tolles Ergebnis. Sensationell schlug sich die Zweite, die punktgleich mit der Ersten Mannschaft ebenfalls auf Platz 4 landete. Platz 10 für unsere Dritte Mannschaft war absolut im Soll und die Vierte pirschte sich mit Platz 16 sogar an die erste Hälfte des Feldes heran. So waren wir „in der Spitze“ nicht ganz so erfolgreich, wie wir es gern gewesen wären, aber in der „Breite“ stärker denn je. Schon hier in Voerde zeigte sich die Klasse der Paderborner: Nach Platz 2 in Hagen stellten sie den eindeutigen Sieger und rutschten somit in die Favoritenrolle für die weitere Saison.

Natürlich ergaben wir uns aber nicht kampflos, sondern reisten nach Sassenberg wieder voller Optimismus und mit starken Truppen an. Wiederum ging jeder Einzelne an seine

Leistungsgrenze, doch diesmal waren einige Konkurrenten besser. Platz 3 für die Erste Mannschaft war gut, aber Paderborn setzte sich dennoch durch einen weiteren Tagessieg in der Tabelle nach vorne ab. Platz 2 für uns nach drei Wettkämpfen blieb allerdings unangefochten. Die Zweite Mannschaft sicherte sich in der Tageswertung Platz 6 und blieb somit in der Tabelle auf Tuchfühlung zum dritten Platz. Gladbeck, Breitscheid und Lüdinhagen waren allerdings gleichauf oder nur einen Punkt dahinter, sodass es in Hückeswagen noch viel zu gewinnen oder verlieren gab. Mannschaft drei schaffte es in Sassenberg „nur“ auf einen 14. Platz und musste somit um eine Top-Ten Platzierung im Gesamtklassement bangen und die Vierte Mannschaft wurde leider nur 28. Allerdings waren gerade in Sassenberg in der Vierten unsere Alterspräsidenten am Start. Es war großartig zu sehen, wie sie sich einsetzten und kämpften und auch wenn nur der letzte Platz herausprang, so waren doch alle zufrieden, dass sie in ihrem Alter noch so leistungsfähig sind.

Zum Schluss der Saison kam es dann zum Showdown auf der Mitteldistanz. Ein solches Rennen ist gerade zum Ende der Saison nicht ganz leicht nach Hause zu bringen, aber unsere Jungs packten noch einmal alles aus. Die Erste hatte in der Tabelle viel Luft nach unten und so war der 6. Platz in Hückeswagen kein Problem – Platz 2 in der Abschlusstabelle wurde souverän verteidigt. Eine außergewöhnlich gute Leistung zeigte die Zweite Mannschaft. Platz 4 in der Tageswertung vor allen anderen, die uns noch den dritten Gesamtplatz hätten wegnehmen können – das war optimal! Ebenso zeigte die Dritte noch einmal, was in ihr steckt: Platz 8 in der Tageswertung führte auch zum 8. Platz in der Abschlusstabelle. Und die Vierte lief auf Platz 20 ein, genau da, wo sie auch am Ende der Saison in der Tabelle steht.

Auch in Hückeswagen gewann Paderborn wieder die Tageswertung und wurde somit eindeutig und hochverdient NRW-Meister. Wir gratulieren herzlich!

Die 4 Masters-Mannschaften der SSF Bonn beendeten die Saison auf den Plätzen 2, 3, 8 und 20 und waren damit absolut zufrieden. Und nicht zuletzt haben wir sage und schreibe 28 Startern die Möglichkeit gegeben, am Ligageschehen teilzuhaben. Insofern haben wir ein tolles Spitzenergebnis erzielt und eine Menge für den Breitensport getan.

Es war eine schöne Saison 2015 und wir freuen uns auf 2016

JOACHIM WELTER

Seniorinnenliga 2015 beendet

Saisonrückblick Seniorinnen

18.11.2015, 10:37 von Christophe Macht (Triathlon)



Seniorinnen 2015

Bonn, Hennef, Witten und Xanten das waren dieses Jahr unsere Stationen in der Seniorennenliga. In Bonn erwarteten unsere drei Starterinnen Ute, Maresa und Mica beste Bedingungen und natürlich das euphorische Heimpublikum und so konnten alle drei zeigen, was sie drauf haben. Am Ende stand Platz 2 für die Mannschaft im Ergebnis.

Danach ging es nach Hennef auch hier strahlte die Sonne und Mica, Martina und Simone kämpften sich durch die Hitze und mussten am Ende nur den beiden Wittener Vereinen und dem Krefelder Kanu Klub den Vortritt lassen.

Beim nächsten Wettkampf war es schon vorbei mit den guten Bedingungen, Heike L., Martina und Maresa reisten in strömendem Regen nach Witten ohne Aussicht auf Wetterbesserung und so waren alle schon auf die Regenschlacht eingestellt. Dann bekam Martina beim Schwimmen einen derartigen Tritt (ja auch bei den Mädels geht's mitunter hart zur Sache) in ihre schon vorhandene, abklingende Rippenprellung, dass sie das Rennen abbrechen musste. Maresa und Heike trotzten den widrigen Bedingungen und erzielten gute Einzelergebnisse, doch mit nur zwei Mädels im Ziel konnten die guten Platzierungen der vorherigen Wettkämpfe nicht gehalten werden und die Mannschaft rutschte auf Platz 6 ab.

Somit sollte es eigentlich zum Abschlussrennen in Xanten besser laufen. Ulla, Simone und Marie mussten sehr früh anreisen und die Wetteraussichten entsprachen auch nicht den Träumen von Triathleten – 11 Grad und wolkenverhangener Himmel – doch die Laune war gut und alle freuten sich schon auf den Saisonabschluss. Dann der erste Dämpfer beim Auspacken der Räder, ein Plattfuß, der erst einmal behoben werden musste. Trotz Wind und Kälte verlief der Wettkampf zunächst gut, doch dann wurde unterwegs Simone vermisst. Im Ziel dann die Nachricht, dass sie einen Unfall hatte und im Krankenhaus war. Da keine Details bekannt waren, machten sich Ulla und Marie sofort auf ins Krankenhaus, wo Simone bereits mit eingegipstem Daumen und Rippenprellung wartete.

So machten sich die drei direkt auf den Heimweg, da sie davon ausgingen, dass auch dieses Mal mit nur zwei Starterinnen im Ziel kein gutes Mannschaftsergebnis erzielt werden konnte. Erst am nächsten Tag realisierten wir, dass wir, trotz der Ausfälle bei den letzten beiden Rennen, die Saison mit dem denkbar knappsten Vorsprung von nur einem Punkt auf einem sensationellen vierten Platz beendet hatten.

Die allerletzte Station unserer Saison machten wir dann im Löwenburger Hof, wo wir den erfolgreichen Saisonabschluss gebührend feierten. Dort haben wir dann beschlossen, in der nächsten Saison als erste reine Frauenmannschaft in die Mastersliga „aufzusteigen“. Wer Lust hat bei diesem Pionierprojekt dabei zu sein kann sich gerne melden. Voraussetzung: mind. W AK 45.

PS: Männer zieht euch warm an ;-)

MARIE PHILIPSENBURG

Abteilungsmitglieder wählen neuen Vorstand

SSF Triathlon mit neuer Führung

24.11.2015, 13:36



Am vergangenen Mittwoch fand die jährliche Mitgliederversammlung der Triathlon Abteilung der SSF Bonn statt. Laut Satzung musste ein neuer Abteilungsvorstand gewählt werden, da die letzte Wahl bereits zwei Jahre zurück lag.

Da Uwe Gersch, der der Abteilung viele Jahre erfolgreich vorstand, sein Amt abgeben wollte und daher nicht mehr zur Wahl stand musste ein neuer Vorsitzender gesucht werden. Aus den anwesenden Abteilungsmitgliedern wurde Ingo Lochmann vorgeschlagen. Ingo erklärte sich bereit das Amt zu übernehmen und wurde einstimmig mit einer Enthaltung zum neuen Abteilungsleiter gewählt.

Bei seiner Arbeit wird Ingo von den alten Vorstandsmitgliedern Peter Hillermann (Breitensport), Nicole Bonnie (Finanzen), Kirsten Schneehagen (Jugend), Christoph Grosskopf (Leistungssport), Stefan Rausch (Sponsoring), Maurice Mülder (Presse) Carsten Herboth (Medien) und den Beisitzern Thorsten Pütz (Langdistanz), Ivo Muro (Startpässe), Jörg Buhs (Finanzen) Christophe Macht (EDV/ Internet) und Maresa Speidel (Mail) tatkräftig unterstützt.

CARSTEN HERBOTH