Schutzgebühr 5.- Euro /// Ausgabe 2012 /// www.bwtv.de

bwtv

BADEN-WÜRTTEMBERGISCHER **TRIATHLONVERBAND E.V.**

BADEN-WÜRTTEMBERG TRIATHLON 2012

DER BWTV IM OLYMPIA-FIEBER

LBS
Bausparkasse der Sparkassen

ANZEIGE

NEUES HÖHENTRAININGSZENTRUM INNSBRUCK – KÜHTAI

WO OLYMPIASIEGER TRAINIEREN – HÖCHSTLEISTUNG IN KÜHTAI

Es ist sportwissenschaftlich belegt: Bei einem kontrollierten Höhentraining bereits ab 1.800 bis 2.300 Metern über dem Meer – ohne Pollen, Feinstaub und mit einer Sommer-Höchsttemperatur von 25 Grad – nimmt der Körper mehr und besseren Sauerstoff auf. Der Erythropoetinspiegel steigt, das Gesamtvolumen der roten Blutkörperchen und der Hämoglobinmasse nimmt zu, die Bewegungsökonomie verbessert sich und eine Leistungssteigerung um drei bis fünf Prozent stellt sich ein.

Schon seit den Olympischen Spielen in Mexiko City 1968 nutzen Leistungssportler Höhentraining zur Steigerung ihrer Leistungsfähigkeit. Um allerdings ein professionelles Training gewährleisten zu können, ist ein „physisches" Höhenzentrum mit Sportanlagen, die den Wettkampfnormen und –Maßen entsprechen, allerdings unabdingbar. Einige Sportwissenschaftler favorisieren heute eine Weiterentwicklung des Höhentrainings nach der Strategie „Live High – Train Low".

Ideale Voraussetzungen auch für diese Alternative bietet nun das neue „Höhenleistungszentrum Innsbruck – Kühtai". In der perfekten Destination sind die Sportler auf 2.020 Höhenmetern untergebracht. Trainiert werden kann sowohl in mittleren Höhenlagen in der 35 km entfernten Olympia- und Sportuniversitätsstadt Innsbruck und Umgebung auf rund 600 bis 800 Höhenmetern. Und jetzt mit bester Infrastruktur in Kühtai auf über 2000 m Höhe. Der neue Trainings-HotSpot lädt ab Juni bis in den September hinein Spitzen- und Leistungssportler, Hobby- und Freizeitathleten, Vereine und Teams zur Wettkampfvorbereitung ein. Selbst behinderte SportlerInnen finden ab sofort in Österreichs höchstgelegenem Wintersportort mit seiner einzigartigen Bergkulisse beste Voraussetzungen mit idealen Trainingsbedingungen und einer umfassenden Infrastruktur.

Federführend hinter dem Projekt steht der TVBI (Tourismusverband Innsbruck u. seine Feriendörfer) mit seiner 100%igen Tochter-Betreibergesellschaft. Initiiert wurde die international agierende Spitzendestination im Tiroler Urlaubsort Kühtai vom TVBI gemeinsam mit Institutionen wie der Gemeinde Silz, den Bergbahnen Kühtai, der Hotellerie, der Agrargemeinschaft und dem Land Tirol.

Dass sich Profis und ambitionierte Amateure im Sommer im „Sportort Kühtai" (der Name kommt von Chutay – das „Kuhhochtal") vorbereiten, hat bereits Tradition.

Unter anderem trainierten in der gesunden Höhenluft die Triathletin und Olympiasiegerin Kate Allen, das deutsche Damen-Nationalteam 400-Meter-Sprint, das dänische Bahnrad-Nationalteam, der italienische Eisschnelllaufverband, das österreichische Judo-Nationalteam und die Rudernationalmannschaften von Deutschland, der Schweiz, Österreich und Südafrika. Und auch die vielfache Weltmeisterin und Olympiasiegerin Anni Friesinger wählte Kühtai immer wieder als Vorbereitungslager für ihre lange Wettkampfsaison. Nun stehen mit einem Fußballplatz, einer Leichtathletikbahn, einer Finnenbahn, einer Skaterbahn, neun Laufrouten, zwei Beachvolleyball-Plätzen, Stauseen zum Rudern und Paddeln,

ANZEIGE

hochmoderne Anlagen für professionelles Höhentraining und der erwiesenen Leistungssteigerung bereit – in idealer Lage und bester Infrastruktur.

Damit reiht sich das „Höhentrainingszentrum Innsbruck – Kühtai" in die Phalanx der weltweit vergleichbaren Zentren wie Flagstaff in Arizona / USA und Sierra Nevada in Spanien ein. Allerdings mit dem Vorteil, dass Sportler ab sofort weniger weit reisen müssen, um zur persönlichen Höchstform aufzulaufen. Durch die zentrale Lage reduzieren sich die Reisekosten und Probleme wie Jetlag treten in den Hintergrund. Darüber hinaus können die Sportler durch die Nähe zu Innsbruck mit seinen kulturellen Angeboten dem Trainingsalltag bzw. „Lagerkoller" entfliehen.

Damit steht fest: Kühtais zentrale geografische Lage, die vorhandenen Wahlmöglichkeiten bei der Unterkunft und die idealen landschaftlichen Voraussetzungen sorgen dafür, dass sich der Standort in Kombination mit der „Sportstadt Innsbruck" als internationale Höhentrainingsdestination rasch etablieren wird.

Höhenleistungszentrum
Kühtai
Hier trainieren Olympiasieger!

FAKTEN KOMPAKT

1. Kühtai
- Österreichs höchstgelegener Winter- und Sportort auf 2020 m Seehöhe.
- Durch seine Nähe zu Innsbruck (30 Min.) mit internationalem Flughafen ist Kühtai aus ganz Europa schnell erreichbar.
- Die Hotellerie in Kühtai ist durch ein breites Spektrum und einen hohen Standard geprägt.
- Insgesamt stehen 1.800 Betten in 4- und 2-Sterne-Hotels, Gasthöfen und Appartements mit Selbstversorgung zur Verfügung.
- Seit Jahren ist der Ort durch die hervorragende Verbindung zwischen Sport und Tourismus geprägt.
- Bestehende Arztpraxis mit zwei diplomierten Sportärzten, u.a. für Trainingsbegleitung, –Steuerung und Ernährungsberatung
- Professionelle Zusammenarbeit im trainingswissenschaftlichen, biomechanischen und sportmedizinischen Bereich mit dem Institut für Sportwissenschaften / Universität Innsbruck

2. Höhenleistungszentrum Trainingsanlagen
- Asphalt-Skaterbahn: 200 m lang, 4 m breit, Radien von 16 bis 20 m
- Fußballplatz mit Kunstrasen
- Leichtathletik-Laufbahn: 4 x 400 m
- Hoch- & Weitsprunganlage mit Wurfanlage
- Stausee mit ca. 1.500 m Länge
- zwei Beachvolleyball-Plätze
- neun Laufrouten
- gelenkschonende Finnenbahn • u.v.m.

3. Betriebszeiten
Juni bis September /// täglich von 8 bis 20 Uhr

4. Sportarten
- Sommertraining Eisschnelllauf, Inlineskating
- Fußball
- Radfahren
- Leichtathletik
- Rudern, Kajak, Kanu
- Laufen, Triathlon
- Beachvolleyball, Beachfußball
- Fitnesstraining allgemein

5. Zielgruppen
- Spitzen- und Wettkampfsport
- Einzelsportler, Kaderathleten, Vereine
- Firmen und Incentives
- Personaltraining

6. Buchen
unter Tel. 0043 (0)5239. 5222
Info@hoehentraining-kuehtai.com
www.hoehentraining-kuehtai.com

bwtv

EDITORIAL

Es ist der 19.08.2008. Mein Wecker klingelt um kurz vor 4 Uhr. Mitten in der Nacht. Eigentlich völlig krank. Definitiv keine Uhrzeit zum Aufstehen. Zum Glück reicht Aufrichten an diesem Tag. Das Licht meines Fernsehers brennt sich in meine verklebten Augen.

In Peking ist es kurz vor 10 Uhr. Am Ufer des Wasser-Reservoirs nahe der Ming-Gräben machen sich die besten Triathleten der Welt bereit. Es ist das wichtigste Rennen in vier Jahren. Für viele Athleten eine einmalige Chance. Die Jagd nach Gold beginnt.

Die nächsten 108 Minuten sind Sportgeschichte. Der Zieleinlauf spult sich immer wieder vor meinen Augen ab. Bevan Docherty, Simon Whitfield und Jan Frodeno laufen Schulter an Schulter. Noch 300 Meter bis ins Ziel. Whitfield zieht den Sprint an. Docherty lässt abreisen. Frodo bleibt im Windschatten. 100 Meter. Frodo schiebt sich links neben Simon. Der blickt über seine Schulter und kann nicht mehr nachsetzen. Die Goldmedaille im Triathlon geht nach Deutschland, an Jan Frodeno! Ich hab' feuchte Augen, Gänsehaut und bin fast genauso platt wie Frodo. Was für ein fantastisches Rennen …

Am 4. und 7. August 2012 stehen die Triathlon Damen und Herren bei den Olympischen Spielen in London wieder im Mittelpunkt. Zum Glück müssen wir dieses Jahr nicht früh aufstehen. Mit dabei hoffentlich auch Svenja Bazlen. Wie sich Svenja vorbereitet und was in der olympischen Saison in Baden-Württemberg noch auf dem Programm steht, erfahrt Ihr wie immer in „Triathlon in Baden-Württemberg".

Alle Rennen im Ländle haben wir auf den Seiten 48 und 49 für Euch aufbereitet. Was unser neuer Landestrainer Dan Lorang am Stützpunkt in Freiburg vorhat, erzählt er Euch auf Seite 36 und 37. Hanna Philippin ist auf dem Weg an die Weltspitze. Was die junge, sympathische Nachwuchsathletin letzte Saison an Hochgefühlen erlebt hat, erfahrt Ihr auf den Seiten 64 bis 66. Daniel Unger macht nicht nur sich fit für Olympia, seit 2011 betreut er das Daniel Unger Nachwuchsteam. Alles über die Nachwuchsarbeit unseres Weltmeisters findet Ihr auf Seite 67. Wie man auch mit einem Schritt zurück Erfolg haben kann, erzählt Euch der Shooting Star 2011, Andi Böcherer auf Seite 72 und 73. Natürlich erscheint keine „Triathlon in BaWü" Ausgabe ohne einen Bericht von „Dr." Kienle. Die Langdistanz-Kanone philosophiert auf den Seiten 68 und 69 über Gewinnen und Verlieren. Viel Spaß beim Lesen.

LET THE OLYMPIC SEASON BEGIN.
ICH FREUE MICH DRAUF UND WÜNSCHE
EUCH ALLEN ERFOLGREICHE UND
EINZIGARTIGE WETTKÄMPFE.

Tobias Ködel

INHALT

GRUSSWORTE

Björn Steinmetz – BWTV Präsident 8
Dr. Martin Engelhardt – DTU Präsident 9
Dieter Schmidt-Volkmar – LSV Präsident 9

OLYMPIA

BWTV-Athleten bei Olympischen Spielen 10
Der olympische Geist im Vereinsheim 12
Svenja Bazlen auf dem Weg zu den Olympischen Spielen? 13
Jugend trainiert für Olympia 14

BWTV IM PROFIL

Das aktuelle BWTV Team 16
Um 6 Uhr morgens durch New York, Rom und Paris 18
Fünf auf einen Streich – Trainerausbildung im BWTV 20
Kleines Regelquiz zur Sportordnung 22
Das Schuleteam – die Sportart Triathlon in der Schule etablieren 24
Vereine in Baden-Württemberg 26

KADER CHECK

Geglückte Rückkehr auf den Platz an der Sonne 30
Landesstützpunkt Freiburg 32
D/C-Kader-Eröffnung in Kienbaum 33
Erfolgsbilanz BWTV 2011 34
Dan Lorang – der neue Landestrainer 36
Qualität in den Vereinen als Basis für den Stützpunkt 37
Der BWTV Kader 2012 / Termine 38
Verbandssponsoren 39

FASZINATION TRIATHLON

Fotowettbewerb – Triathlonsommer 2011 42

TRIATHLON LIVE ERLEBEN

Traditionelle Wettkämpfe und außergewöhnliche Highlights 44
Flexibilität und Kreativität als Erfolgsgeheimnis 46
Termine 2012 48
5Star-Challenge: Neues Mega-Event zum Saisonende 50

LBS CUP TRIATHLONLIGA

Rückblick 2011 – Spannung bis zum Ligafinale 52
Momente 2011 54
Vorschau – LBS Cup Triathlonliga 2012 56

LBS CUP TRIATHLON NACHWUCHS

Rückblick 2011 – Von Mengen bis Waiblingen 58
Momente 2011 60
Vorschau 2012 62
Mengens Triathleten 63

TRIATHLON STARS AUS BAWÜ

Freudentränen bei der Nationalhymne 64
„We do it cause we love it" – Daniel Unger Nachwuchsteam 67
Sebastian Kienle – Licht und Schatten 68
Dieter Waller – Da lief es mir eiskalt den Buckel runter 70
Andi Böcherer – Eine tadellose Saison oder rückwärts nach ganz vorne 72
ALZ-Teams lassen sich beim Finale die Butter vom Brot nehmen 74
WMF BKK-Team AST Süßen so gut wie nie 75
Erfolgreiche BWTV AThleten 2011 76

IMPRESSUM 78

Titelfoto © Marco Müller
Rebecca Kaltenmeier und Simone Schwarz, TNB Malterdingen
Zieleinlauf Finale LBS Cup Triathlonliga 2011 in Schluchsee

WUSSTEST DU SCHON, ...

dass mehr Mitochondrien mehr Leistung bedeuten ?

Level X – das neue Leistungseiweiß von ULTRA SPORTS

Level X – das Eiweiß für Mitochondrien
Eiweißgetränk zur Leistungsentwicklung. Wertvolle Pflanzenextrakte erhöhen die Mitochondrienbildung (Mitochondrien = Kraftwerke der Zelle). Mineralstoffe Zink, Selen und Magnesium sorgen für ein gutes Immunsystem und eine beschleunigte hormonelle Regeneration. Hochwertiges Leucin baut überlastete Muskelfibrillen ab und bildet neue.

ultraSPORTS

GRUSSWORT

LIEBE SPORTFREUNDE!

Ein relativ ruhiges Triathlon Jahr liegt hinter uns. Nach dem doch recht turbulenten Verbandstag 2010 ist es uns als Team im letzten Jahr gelungen, den BWTV wieder in ein ruhiges Fahrwasser zu bringen und sowohl rein sportlich als auch sportpolitisch Erfolge zu feiern.

Das im letzten Jahr am emotionalsten diskutierte Thema, die Neugestaltung der Abgabenordnung, ist letztlich auch durch den Vorstoß aus Baden-Württemberg bundesweit mit einem nun einheitlichen System umgesetzt worden. Da mich die Kollegen der Landesverbände, neben Helmuth Lehmann aus Hamburg, zum Sprecher ernannt haben und ich damit einen Sitz im Präsidium der DTU habe, können wir als BWTV auch in Zukunft die Geschicke des Triathlons in Deutschland mit unseren Ansätzen prägen.
Bei uns im Landesverband gab es eine gravierende personelle Änderung. Leider hat uns unser Landestrainer Lubos Bilek zum Saisonende aus persönlichen Gründen verlassen. Ich möchte an dieser Stelle noch einmal persönlich Lubos Bilek für seine Arbeit danken. Er hat einen maßgeblichen Anteil daran, dass unser Stützpunkt in Freiburg nach kurzer Zeit bereits einen hervorragenden Ruf in Deutschland genießt. Nichts desto trotz mussten wir für Lubos Bilek einen Ersatz finden.
Mit Dan Lorang haben wir nicht nur einen hochqualifizierten neuen Landestrainer gefunden, es ist uns sogar gelungen Dan eine 100%-Stelle beim BWTV zu ermöglichen. Somit ist eines der Ziele, die ich ihnen beim vorletzten Verbandstag präsentiert habe, nämlich die weitere Professionalisierung des Verbandes im sportlichen Bereich, bereits erfüllt.
Die Professionalisierung bedeutet aber auch steigende Personalkosten, was zur Belastung des BWTV Haushaltes führt und durch eine moderate Gebührenerhöhung ausgeglichen werden musste. Um den BWTV weiter als Landesverband professionell führen zu können, werden wir auch in Zukunft nicht darauf verzichten können, Aufgaben weg vom Ehrenamt hin zum Hauptamt zu überführen. Es ist immer schwieriger eine Mannschaft zu finden, die über genügend Fachwissen und ehrenamtliches Engagement verfügt, um die vielschichtigen Aufgaben zu erfüllen. Wir werden zum Verbandstag 2012 ein Konzept, aber auch die gegebenenfalls nötigen Satzungsänderungen vorlegen, um dieser Entwicklung hin zum Hauptamt gerecht zu werden.
Aus sportlicher Sicht lief es für den BWTV auch im Jahr 2011 wieder gewohnt erfolgreich, dies spiegelt sich in den Berichten und Tabellen in dieser Broschüre wider. Alle Erfolge aufzuzählen, hieße Eulen nach Athen tragen, darum möchte ich mich an dieser Stelle kurz fassen und lediglich alle erfolgreichen Athletinnen und Athleten beglückwünschen. Ich wünsche ihnen eine nicht minder erfolgreiche Saison 2012!
Beim Blick voraus in die Wettkampfsaison 2012 freue ich mich, dass wir zwei Deutsche Meisterschaften in Baden-Württemberg haben werden. Zum einen wird in Murr die DM Duathlon Nachwuchs und zum zweiten in Eichelberg die DM Cross Duathlon stattfinden. Dies ist ein Beleg dafür, dass unsere Veranstaltungen über die Landesgrenzen hinaus einen sehr guten Ruf haben.

Zum Abschluss meines Berichtes möchte ich mich bei allen bedanken, die im Hintergrund ehrenamtlich den Triathlon in Baden-Württemberg maßgeblich zum Erfolg führen, insbesondere bei meinen Kollegen aus dem Präsidium. Ein spezieller Dank geht auch an die Kampfrichter, die sich den Adrenalin geschwängerten Athleten an vielen Wochenenden stellen und versuchen ein ruhender Pol zu sein, was nicht immer einfach ist. Große Anerkennung zolle ich auch den vielen ehrenamtlichen Trainern und Betreuern draußen in den Vereinen, die eine Basisarbeit leisten die mit Geld nicht zu bezahlen ist. Doch auch jeder einzelne Athlet hat meinen Dank verdient. Denn ihr seid es, die den Triathlonsport ausmachen. Ich persönlich bin stolz, dass ich für euch das Amt des BWTV Präsidenten ausführen darf und verbleibe mit sportlichen Grüßen bis zur kommenden Saison, wenn es wieder heißt „auf in den Neopren, noch fünf Minuten bis zum Schwimmstart …"

Björn Steinmetz
Präsident

LIEBE TRIATHLETINNEN UND TRIATHLETEN,

im vergangen Jahr haben Sie das 25-jährige Bestehen des Baden-Württembergischen Triathlonverbandes gefeiert. Aus diesem Anlass bedanke ich mich bei Ihnen für die tolle Arbeit, die in Ihrem Landesverband geleistet wurde. Ohne die unermüdliche meist ehrenamtliche Arbeit der Mitglieder in den Vereinen, der Arbeit auf Verbandsebene sowie den Ausrichtern und Kampfrichtern wären die Erfolge Ihres Verbandes nicht möglich gewesen. Eingeleitet wurden diese Erfolge durch Ihren früheren Präsidenten, Herrn Horst Leidel, der mit Einführung der Hauptamtlichkeit die professionelle Arbeit Ihres Verbandes entscheidend vorangebracht hat. Insbesondere im Bereich der Nachwuchsleistungssportförderung haben Sie in den letzten Jahrzehnten für Deutschland Beispielhaftes geleistet. Ausdruck dieser enormen Anstrengungen sind die tollen Erfolge Ihrer Athletinnen und Athleten vom Jugendbereich bis zu den Athleten, die die Teilnahme an den Olympischen Spielen geschafft haben.
Daniel Unger und Ricarda Lisk haben Baden-Württemberg 2008 bei den Olympischen Spielen in Peking vertreten und ich bin sicher, dass auch 2012 in London im Deutschen Team wieder ein oder zwei Sportler(-innen) aus Baden-Württemberg vertreten sind.

Als Mediziner möchte ich an dieser Stelle jedoch auch den gesundheitlichen Wert der Sportart Triathlon hervorheben. Schwimmen, Radfahren und Laufen sind seit langem anerkannt präventiv medizinisch wirksame Sportarten, die in idealer Weise dem Bewegungsmangel vorbeugen. Viele Millionen Sportler haben in den letzten Jahren an Triathlonveranstaltungen auch auf Ihrem Landesgebiet vom Jedermann-Triathlon bis zum Ironman teilgenommen. Grenzerfahrung, Körper-, Gruppen-, Naturerlebnis, in dieser Vielfalt bietet der Triathlonsport wohl eine einmalige Verbindung. Wenn Kinder- und Seniorensportler im Ziel sagen: „Es ist ein tolles Gefühl, wenn man es geschafft hat", dann haben sie ihre persönliche Grenzerfahrung gemacht und können stolz auf ihre eigene Leistung sein.
In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein gesundes und glückliches Jahr 2012 mit viel positiven Erlebnissen im Triathlonsport!

Ihr Priv. Doz. Dr. Martin Engelhardt
Präsident der Deutschen Triathlon Union

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

das Sportjahr 2012 steht ganz im Zeichen der Olympischen Sommerspiele in London. 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren, 10 km Laufen – diese Distanz gilt es nun zum vierten Mal bei Olympia zu bewältigen.

Dann wird es auch um die Nachfolge des ersten deutschen Olympia-Triathlonsiegers, Jan Frodeno, gehen. Bei dessen Triumpf 2008 in Peking stellte Baden-Württemberg zwei der sechs deutschen Triathleten. Diese Erfolgsgeschichte soll fortgesetzt werden! Svenja Bazlen und die in Peking gestarteten Ricarda Lisk und Daniel Unger haben noch realistische Chancen, den baden-württembergischen Triathlonsport bei Olympia 2012 zu repräsentieren.

„Schnell Schwimmen, schnell Radfahren, schnell Laufen; ich werde auf keinen warten!", mit diesem Satz verdeutlichte der mehrfache deutsche Ironman-Sieger Faris Al-Sultan, worauf es im Wettkampf ankommt. Doch auf ihrem Weg zum sportlichen Erfolg haben junge Athleten immer auch Hindernisse zu überwinden. Finanzielle wie berufliche Belastungen erschweren vielen den Schritt in den Spitzensport. Neben Talent und Trainingsfleiß entscheiden auch äußere Rahmenbedingungen über Erfolg oder Misserfolg der Sportler.

Der Landessportverband Baden-Württemberg e.V. (LSV) will mit der Initiative „Spitzensportland Baden-Württemberg" junge Talente nicht nur an die nationale und internationale Spitze heranführen, sondern ihnen auch eine lange und erfolgreiche Karriere im Spitzensport ermöglichen. Optimale Trainingsbedingungen sind nämlich nur die eine Seite der Medaille. Die andere ist, eine bessere Vereinbarkeit von Spitzensport und Schule bzw. Beruf zu schaffen.

Mit Initiativen wie dieser soll die olympische Erfolgsstory Baden-Württembergs fortgeschrieben werden. Im Triathlon wie in anderen Sportarten auch. Der LSV sieht sich auf einem guten, aber zweifellos auch langen Weg. Ganz im Sinne von Konfuzius: „Der Weg ist das Ziel!" Dies gilt sowohl für die Marke „Spitzensportland Baden-Württemberg" als auch für alle Triathleten wie Bazlen, Lisk und Unger.
In diesem Sinne möchte ich mich bei allen im Verband Tätigen herzlich bedanken und wünsche allen Triathlonfans ein erfolgreiches Olympiajahr 2012.

Dieter Schmidt-Volkmar
Präsident des Landessportverbandes Baden-Württemberg e.V.

OLYMPIA 2012

Ricarda Lisk „hält" die Flamme bei der Schlussfeier im Olympiastadion in Peking 2008

BWTV-ATHLETEN BEI OLYMPISCHEN SPIELEN

Die Geschichte der Triathletinnen und Triathleten aus Baden-Württemberg bei den olympischen Spielen ist eine wechselvolle aber durchaus erfolgreiche. Gleich bei der olympischen Triathlonpremiere im Jahr 2000 in Sydney gewann Stephan Vuckovic aus Reutlingen (der damals für das asics Team Witten startete) nach einem dramatischen Finish die Silbermedaille und jubelte sich in die Herzen der Zuschauer.

Vier Jahre später wollte Daniel Unger aus Mengen in Athen nach olympischem Edelmetall greifen, wurde aber buchstäblich in letzter Sekunde durch das Pfeiffersche Drüsenfieber gestoppt. 2008 hatte Daniel die zweite Chance und reiste als amtierender Weltmeister zu den Spielen nach Peking. Sein starker sechster Platz ging im Rummel um den fantastischen Olympiasieg von Jan Frodeno leider etwas unter. Ähnlich erging es Ricarda Lisk vom VfL Waiblingen, die als 16., beste deutsche Triathletin im fernen Osten war.

Für 2012 verpasste Svenja Bazlen vom VfL Waiblingen die direkte Qualifikation im vergangenen Jahr nur um eine winzige Sekunde, hat aber beste Chancen, sich dieses Frühjahr noch den begehrten Startplatz zu sichern. Auch Ricarda Lisk und Daniel Unger kämpfen noch um die Qualifikation und werden alles dafür tun, um noch einmal bei den Spielen mit dabei zu sein.

DER OLYMPISCHE GEIST IM VEREINSHEIM

PERSÖNLICHE ERINNERUNGEN AN DIE OLYMPISCHEN SPIELE

Der 17. September 2000 wird mir wohl ewig in guter Erinnerung bleiben. Ich hatte das Glück, die Triathlonpremiere bei den olympischen Spielen live erleben zu können, bei der Stephan Vuckovic aus Reutlingen eine herausragende Rolle gespielt hat. Auch heute, mehr als zehn Jahre später, habe ich noch die Bilder vor meinem inneren Auge. Wie Vucko in Führung liegend an mir vorbei rannte und ich brüllte was meine Stimmbänder hergaben und damit versuchte, ihn aus der vierten oder fünften Zuschauerreihe – es waren laut offiziellen Angaben rund 400.000 Menschen an der Strecke – anzufeuern. Danach lief ich schnell in einen Park, in dem eine große Videoleinwand aufgestellt war, vor der ein bunt gemischtes internationales Publikum das Rennen verfolgte.

Jede Gruppe feuerte ihren Landsmann an, und ich freute mich schon über den großen Coup von Vucko, als rund 150 Meter vor dem Ziel der Kanadier Simon Whitfield am „Piraten" vorbei zu Gold rannte. Da offensichtlich auch etliche Landsleute von Whitfield vor der Videowand standen, war aus dieser Ecke großer Jubel zu hören. Aber auch meine Enttäuschung über das verpasste Gold legte sich schnell als ich sah wie ausgelassen Vucko die Silbermedaille feierte und mit einem regelrechten Freudentanz die Ziellinie überquerte.

Vier Jahre später verfolgte ich die Rennen von Athen am Fernsehgerät selbstverständlich auch, aber die Enttäuschung über die krankheitsbedingte Absage von Daniel Unger saß tief.

Dafür hatte sich weitere vier Jahre später mit Ricarda Lisk eine Vereinskollegin von mir für die olympischen Spiele von Peking qualifiziert. Leider konnte ich diesmal nicht vor Ort dabei sein, aber die Triathlonabteilung organisierte ein „Public Viewing" im Vereinsheim für Mitglieder und Interessierte – Kaffee und Frühstück inklusive. Das Rennen fand nach unserer Zeit nämlich ab vier Uhr morgens statt, trotzdem wollten ich und rund 20 weitere Abteilungsmitglieder natürlich live dabei sein. Die Atmosphäre war mit Sydney allein schon aufgrund der etwas geringeren Zuschauerzahl im Vereinsheim nicht zu vergleichen, trotzdem spürte ich auch hier wieder den Geist und die Kraft der olympischen Idee. Es war einfach ein schönes Erlebnis gemeinsam mit den Vereinskollegen „unsere" Ricarda anzufeuern, auch wenn es nicht zur Topplatzierung gereicht hat – aber getreu dem Motto „dabei sein ist alles", haben wir uns mit Ricarda über die tolle Leistung gefreut.

Sollte es mit Svenja Bazlen und/oder Ricarda auch 2012 wieder eine Triathletin des VfL Waiblingen zu den olympischen Spielen schaffen, sind die Reisepläne für einen Kurztrip am 4. August in die englische Hauptstadt schon in der Schublade – **„LONDON IS CALLING!"**

Peter Mayerlen

SVENJA BAZLEN AUF DEM WEG ZU DEN OLYMPISCHEN SPIELEN?

„ICH KANN TATSÄCHLICH MIT DABEI SEIN!"

6. August 2011: Svenja Bazlen landet nach einem verbissenen Zielsprint auf Platz 13 des Weltmeisterschaftsrennens in London. Sie verpasst damit die direkte Qualifikation für die olympischen Spiele ein Jahr später an selber Stelle um eine einzige Sekunde. „Trotzdem hatte dieses Erlebnis auch eine gute Seite", meint die 28jährige im Interview. „Erst ab diesem Zeitpunkt war mir auch selbst wirklich bewusst, dass ich tatsächlich bei den olympischen Spielen als Teilnehmerin mit dabei sein kann." Vorher hatte die für den VfL Waiblingen startende Triathletin das zwar immer wieder von außen gehört, so richtig daran geglaubt hatte sie nach eigenen Worten aber nicht.

In der Jugend war Svenja noch Leistungsschwimmerin gewesen und hatte mit besonderem Interesse die Schwimmwettbewerbe bei den olympischen Spielen verfolgt. „Natürlich hat man irgendwie davon geträumt, da mal mit dabei zu sein, aber das war immer ganz weit weg und nie ein wirklich realistisches Ziel für mich". Nach ihrem Wechsel zum Triathlon hat Svenja dann bei den Spielen in Peking 2008 via Fernsehen mit ihrer Vereinskollegin Ricarda Lisk mitgefiebert, aber auch da war die eigene Teilnahme noch kein Thema.

Erst 2010 erfolgte nach dem erfolgreich abgeschlossenen Studium der Sportpädagogik der Schritt zum Triathlonprofi. Seither ging es mit der sportlichen Karriere steil aufwärts, auch wenn nicht alles glatt lief. Im ersten Profijahr gab es zwei Platzierungen unter den schnellsten 15 in den Rennen der WM-Serie, allerdings auch Rückschläge und Pannen wie ein schlecht montiertes und im Wettkampf schleifendes Vorderrad. 2011 etablierte sich Svenja dann in der erweiterten Triathlon-Weltspitze mit drei Top-Ten-Platzierungen und Platz elf in der WM-Gesamtwertung. „Ich hatte mir einen Namen gemacht und war für die Konkurrentinnen nun nicht mehr nur die große blonde Deutsche", meinte Svenja augenzwinkernd in einem Interview. Aber erst seit dem WM-Rennen in London hat die in Freiburg lebende Athletin als großes Ziel die Qualifikation für die olympischen Spiele 2012 verinnerlicht.

Auf die Qualifikation ist daher 2012 auch das komplette Training ausgerichtet. „Mein Trainer Lubos Bilek und ich haben die Saison zunächst nur bis zum Qualifikationswettkampf am 26. oder 27. Mai in Madrid geplant." Was danach kommt, wird man sehen. In Madrid gelang Svenja 2011 mit Platz neun ihre erste Top-Ten-Platzierung in der WM-Serie, vielleicht ist das ja ein gutes Omen. Zu wünschen wäre es der sympathischen Sportlerin, dass sie am Samstag, 4. August im Serpentine-See im Londoner Hydepark auf dem Startponton steht – immerhin glaubt sie mittlerweile auch selbst daran, dass es klappen kann.

Peter Mayerlen Jens-Peter Becker

Rieber
Technologie - made in Germany.

GEMEINSAM NEUE ZIELE ERREICHEN

Rieber lebt von der Flexibilität im Umgang mit jeder Form der Speisenverteilung, vom Privathaushalt bis zur Armee. Nur durch hohe Ausdauer und Engagement ist eine bewusste Ernährung möglich und werden Ziele erreichbar.

Damit haben wir einiges gemeinsam und sind mit vollem Herzen Hauptsponsor von **Svenja Bazlen**, Deutschlands erfolgreichster Triathletin 2011.

www.rieber.de

JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA
DER DEMO-WETTBEWERB DER TRIATHLETEN BEGEISTERTE AUF GANZER LINIE

Es sind nur noch ein paar Meter zu kraulen für die Schwimmerinen und Schwimmer der Triatlonstaffel. Ein Mädchen des Teams aus Sachsen hat schwer zu kämpfen. Doch ihre Mitschüler schreien sie die letzten Meter ins Ziel. „Du musst kotzen danach“, fordert ein Junge mit sächsischem Akzent sie auf, das Letzte aus sich heraus zu holen – und mit etwas Verzögerung fügt er hinzu: „...fast“.

Es ging heiß her bei der Premiere des Triathlon-Wettbewerbs im Rahmen von Jugend trainiert für Olympia. Obwohl als Demonstrationswettkampf gestartet, gaben alle ihr Bestes. Bei strahlendem Sonnenschein schwammen, radelten und rannten die Jungen und Mädchen durch den Olympia-Park um die Wette. „Die Kulisse hier ist fantastisch“, frohlockt Sandra Weber, Präsidiumsmitglied der Deutschen Triathlon Union. Dabei war eigentlich noch Größeres geplant, doch der Papst-Besuch verhinderte einen Zieleinlauf im Olympia-Stadion.
Doch das soll dann im kommenden Jahr nachgeholt werden, wenn Triathlon als neunte Sportart ins Herbstfinale aufgenommen wird. „Ich glaube, wir haben uns hier sehr positiv präsentiert“, sagt Weber. Das sieht auch Dr. Thomas Poller von der Deutschen Schulsportstiftung so. „Meine Stimme hat der Triathlon“, verspricht er. Auch die anderen Verantwortlichen waren begeistert.
Das dürfte auch Christian Prochnow, der bei Olympia 2008 in Peking 15. wurde, freuen. Er schaute sich den entscheidenden Staffelwettkampf am Dienstag an. Der 29-Jährige ist Pate des Projekts, Triathlon zu JTFO zu bringen. „Für den Breitensport ist es unheimlich wichtig, dass die Sportart in die Schule getragen wird“, glaubt er. „So können neue Talente gesichtet werden.“

Als erster Sieger durfte sich das Sportgymnasium Neubrandenburg in die Geschichtsbücher eintragen. Doch so richtig schien sich die Mannschaft bei der Siegerehrung nicht zu freuen. „Das war eigentlich seit gestern schon fast klar“, erklärt Charlotte Ahrens (14). Bereits nach den Einzelwettkämpfen hatte sich der Triumph der Mannschaft um die Deutsche Meisterin der Jugend B abgezeichnet. Vor allem die Mädchen der Schule aus Mecklenburg-Vorpommern trumpften ganz groß auf und ließen die Konkurrenz weit hinter sich. „Die hatten auch nicht so starke Konkurrenz wie wir“, verteidigt Ole Post (13) die Ehre der Jungs. Doch am Ende zählte ohnehin nur die Teamleistung. Dass sie eine Einheit sind, zeigt ein Blick auf die Fingernägel. Die haben die acht – auch die Jungs wohlgemerkt – in dunkelblau, der Farbe ihres gemeinsamen Sportvereins SC Neubrandenburg, lackiert.
Ganz so professionell wie bei dem Team aus Mecklenburg-Vorpommern, das ausschließlich mit „echten“ Triathleten gestartet ist, geht es aber nicht überall zu. Viele Mannschaften mussten mit Schülern aus anderen Sportarten aufstocken. So zum Beispiel das Team der Auguste-Viktoria-Schule aus Itzehoe. Zu den Dreikämpfern aus Schleswig-Holstein hatten sich Leichtathleten und Handballer gemischt. Trotzdem verfehlten sie das Podest nach fulminanter Aufholjagd in der Staffel nur um sieben Sekunden. Und sogar dabei hatten sie noch viel Pech: Nina Eim (13) platzte 300 Meter vor der Wechselzone der Vorderreifen ihres Mountainbikes. „Es war zwar nicht mehr weit, aber das war genau das, was am Ende gefehlt hat“, ärgert sie sich. Doch der Frust sitzt nicht lange. „Wir sind trotzdem zufrieden“, erklärt Jannick Jaschinski de Souza (14). Trost gab es auch von Prochnow: „Aus Siegen lernt man eh nichts“, versicherte er den Nachwuchssportlern und stellte sich gleich noch zum Gruppenfoto auf.
Der Leistungssportler, der ab Anfang 2012 für sein Olympia-Ticket in London kämpfen will, ließ es sich dann nicht nehmen, die Medaillen und Urkunden bei der inoffiziellen Siegerehrung im Olympia-Park zu verteilen. Zum Schluss gab es dann auch noch einen Tipp für die Jungen und Mädchen auf den Weg: „Ausdauer braucht Ausdauer. Versucht dran zu bleiben und Spaß zu haben. Der Rest kommt von selbst.“

Deutsche Schulsport Stiftung

Pfullinger Schüler in Berlin auf Platz sechs
Die Triathlon-Mannschaft der Wilhelm-Hauff-Realschule Pfullingen hat beim Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ im Triathlon in Berlin den sechsten Platz belegt. Neben dem Sieger, dem Sportgymnasium Neubrandenburg, waren etliche weitere Sportgymnasien und Sportschulen mit dabei, so dass die Schülerinnen und Schüler aus Pfullingen sehr stolz auf ihre Leistung sein können.
Für das Team aus Baden-Württemberg waren am Start: Alexandra und Katharina Heid, Lea Nicole Stegmeier, Verena Wolf, Martin Welsch, Marvin Engst, Florian Tyralla und Michael Haas.
Betreut wurden sie von Trainerin Bettina Haas und Lehrerin Monika Brandenburger, sowie durch einige unterstützende Eltern. Der BWTV wurde bei den Finals durch den Jugendreferenten Reimund Mager vertreten.

Das Team aus Pfullingen vor dem Brandenburger Tor

Reimund Mager Peter Mayerlen

BWTV IM PROFIL

DAS AKTUELLE BWTV TEAM

GESCHÄFTSSTELLE BWTV

Fritz-Walter-Weg 19 /// 70372 Stuttgart
Tel. 0711. 28077-350 /// Fax 0711. 28077-353
info@bwtv.de /// www.bwtv.de

Geschäftszeiten
Montag – Donnerstag 8.30 – 16.30 Uhr
Freitag 8.30 – 12.30 Uhr

Präsident
Björn Steinmetz
Kapellenstraße 14
76698 Ubstadt-Weiher
Tel. 07251. 930911
bjoern.steinmetz@bwtv.de

Vizepräsident
Oliver Schotte
Stauffenbergstraße 14
72074 Tübingen
Handy 0171. 6218654
oliver.schotte@bwtv.de

Schatzmeister
Jürgen Röhm
Falkenstraße 2
73079 Süssen
Tel. 07162. 42449 priv.
juergen.roehm@bwtv.de

Schriftführer
Paul Drehmann
Gerbersruhstraße 32
69168 Wiesloch
Tel. 06222. 3164777
paul.drehmann@bwtv.de

Geschäftsführer
Peter Mayerlen
Schulerhofstraße 3
71364 Winnenden
Handy 0171. 9761374
peter.mayerlen@bwtv.de

Sachbearbeiterin Geschäftsstelle
Gisela Glemser
gisela.glemser@bwtv.de

Landestrainer
Dan Lorang
Freiburg
Handy 0173. 3519157
dan.lorang@bwtv.de

Landestrainer
Johannes Gesell
Alemannenstraße 49
79117 Freiburg
Handy 0176. 22821782
johannes.gesell@bwtv.de

Jugendreferent
Reimund Mager
Haselbrunnenweg 6
73614 Schorndorf
Tel. 07181. 75168
Handy 0176. 51343331
jugendreferent@bwtv.de

Medienreferent
Tobias Ködel
Lehenstraße 22
70180 Stuttgart
Handy 0177. 5384035
tobias.koedel@bwtv.de

Talentfördergruppenleiter Voralb
Erich Jud
Beuthener Straße 11
72581 Dettingen / Erms
Tel. 07123. 71348
Fax 07123. 889652
familiejud@gmx.de

Talentfördergruppenleiter Mengen
Wolfgang Rudnick
Gartenstraße 48
88512 Mengen
Tel. 07572. 3255
Fax 07572. 769310
wolfgang_rudnick@web.de

Talentfördergruppenleiter Malterdingen
Martin Tritschler
Bahnhofstraße 6
79194 Gundelfingen
Tel. / Fax 0761. 584597
tritschler.m@gmx.de

Talentfördergruppenleiter Südschwarzwald
Hubert Klemm
Hüsinger Straße 9
79585 Steinen
Tel. 07627. 8997
klemmtriathleten@aol.com

Talentfördergruppenleiter Region Stuttgart
Dieter Waller
Großheppacher Straße 29
71364 Winnenden
Tel. 07195. 584099
marianne_dieter@yahoo.de

Talentfördergruppenleiter Unterland
Stefan Fiebig
Bamberger Straße 46 / 1
74078 Heilbronn
Tel. 07131. 44222
stefan_fiebig@gmx.de

Kampfrichterobfrau
Petra Masching
Reutlinger Straße 61 / 2
73728 Esslingen
Tel. 0711. 50626038
kari@bwtv.de

Anti-Doping-Beauftragte
Nina Umhey
Obere Rödt 39
69123 Heidelberg
Handy 0174. 3292836
ninaumhey@googlemail.com

Medizinische Betreuung
Sportmedizin Freiburg
Kontakt über Landestrainer
Johannes Gesell

Fachwart Triathlon
Polizei Baden-Württemberg
Klaus Kircher
Polizeidirektion Ulm
Münsterplatz 47
89073 Ulm
Tel. 0731. 188-2244 (dienstl.)
Tel. 07347. 7573 (priv.)
Handy 0173. 6461500
kircher@pdul.bwl.de (dienstl.)
kcdb.kircher@tele2.de (priv.)

Sprecher Schuleteam
Wolfgang Jörlitschka
Mittlere Stöckstraße 14
75180 Pforzheim
Tel. 07202. 9302-50
w_joerlitschka@gmx.de

Verbandsjurist
RA Bernhard Martin
Metzgerstraße 13
72764 Reutlingen
Tel. 07121. 38740
Fax 07121. 387423
kanzlei@rechtsanwalt-martin.de

Vorsitz Verbandsgericht
Markus Bastick
Berggasse 24
72762 Reutlingen
Tel. 0711. 860534230 (g)
markus.bastick@googlemail.com

Kassenprüfer
Klaus Kreikenbohm
Weidachstraße 13
70736 Fellbach
Tel. 0711. 511501
klaus.kreikenbohm@gmx.de

Kassenprüfer
Roland Striegel
Brotstraße 4
79341 Kenzingen
Tel. 07644. 265 priv
Tel. 0761. 2152277 (dienstl.)
Fax 0761. 2152249 (dienstl.)
roland.striegel@sparkasse-freiburg.de

Veranstaltervertreter
Walter Schempp
Tulpenstraße 14
72355 Schömberg
Tel. 07427. 2900
w.schempp@gmx.de

Kadersprecherin
Kirsi Schmidt
Kartäuserstraße 41
79102 Freiburg
kirsi.s@web.de

Kadersprecher
Uli Hagmann
Neidlingerstraße 41
88630 Pfullendorf
uli.hagmann@online.de

Sportausschuss
Sportlicher Leiter (Vorsitzender), Jugendreferent, Landestrainer, Fördergruppenleiter

Fachgremium Leistungssport
Sportlicher Leiter (Vorsitzender), Jugendreferent, Landestrainer

Ausschuss für Meisterschaften Liga und Nachwuchs-Cup
Vizepräsident (Vorsitzender), Sportlicher Leiter, Jugendreferent, Ligabeauftragter, Landestrainer, Frauenvertreterin, Kampfrichterobfrau

Sportlicher Leiter: Amt ruht

Frauenvertreterin: Amt ruht

Ligavereinsvertreter: NN

FOR WOMEN ONLY – DIE SEITE FÜR DIE TRIATHLETIN

Um 6 Uhr morgens durch New York, Rom und Paris

Hallo liebe Triathletinnen,
in dieser Ausgabe stelle ich Euch Gerlinde Huber und Bärbel Kiene vor, die ich von meinen Seminaren kenne und die mich beide durch ihre Art, Triathlon in ihr „normales" Leben zu integrieren, beeindruckt haben.

STECKBRIEF

GERLINDE HUBER
50 Jahre, verheiratet, 3 Kinder (Alter 10, 12, 22 Jahre).
Beruf: Gerlinde ist promovierte Biologin und arbeitet als Dozentin für Biologie an einer Privatakademie. Zusätzlich betreut sie in einer Grundschule Kinder im Rahmen der verlässlichen Grundschule. // Wohnort: Bad Friedrichshall // Verein: Tri-Team Heuchelberg

Ulrike (U): Gerlinde, wie kamst Du zum Triathlon?
Gerlinde (G): Durch eine Anzeige in der Zeitung.
Ich war schon immer sportlich, bin immer gerne gelaufen. In der Zeitung vor drei Jahren war eine Anzeige „Von 0 auf 100, zum ersten Jedermann." Das sprach mich sofort an. Da ich aber in dem Jahr für einen 100-km-Lauf trainiert habe, erschien mir das zu viel. Ich schickte meinen Mann vor. Er machte den Jedermann mit, und ich kam dann auch zu der Trainingsgruppe – und bin dort mit Begeisterung hängengeblieben.

U: Was machst Du am liebsten von den drei Disziplinen?
G: Nach wie vor laufe ich am liebsten. Das mache ich regelmäßig dreimal die Woche.
Ich habe zwei sehr nette Laufpartner: eine Freundin und einen Bekannten. Man kann wunderbar alle Neuigkeiten während des Laufens austauschen. Auch mit meinem Mann laufe ich regelmäßig.

Im März 2010 bekam ich einen Anruf von Gerlinde. Sie musste das Frauenseminar absagen, da sie eine Brustkrebs-Diagnose hatte. Das war natürlich ein Schock. Die Krankheit und die Nebenwirkungen der Behandlung können einen ja total in die Knie zwingen.
Ich habe Gerlinde dann in diesem Jahr im März wiedergesehen und es ging ihr wieder gut. Sie erzählte, dass sie eine OP hatte sowie Chemo-Therapie und Bestrahlung. Sie hatte natürlich anfangs nicht mehr so viel Kraft, aber sie hat sich wieder gut aufbauen können. Sie macht wieder regelmäßig Sport. Und, was besonders beeindruckend ist, sie hat den Lebensmut überhaupt nicht verloren. Gerlinde ist ein durch und durch positiv denkender Mensch.

U: Wie war das mit der Diagnose, was hat das für Dich ausgelöst?
G: Klar, man macht sich Gedanken, analysiert viel. Ich habe ja sehr gesund gelebt, es ging mir gut in der Familie, ich habe tolle Freunde. Und doch, die Krankheit hat etwas neu gelenkt in meinem Leben, einige Weichen wurden neu gestellt. Ich lebe jetzt noch bewusster, achte auf vieles mehr, bemühe mich, allzu viel Stress zu vermeiden. Auf die Ernährung achte ich noch mehr, und ich versuche regelmäßig Yoga zu machen, also auch Entspannung in den Alltag zu integrieren.

U: Was gibt dir der Sport jetzt gerade?
G: Der Sport ist für mich der Energieschub für den Alltag. Nach wie vor. Das war vor der Krankheit so und das ist weiterhin so. Im vergangenen Jahr habe ich allerdings keine Wettkämpfe gemacht. Dafür fehlt mir noch der letzte Energieschub. Man muss nach so einer ernsten Krankheit mit ca. zwei Jahren rechnen, bis der Körper wieder völlig regeneriert ist.

U: Was planst Du für 2012?
G: Zum 50. Geburtstag bekam ich von meinem Freundeskreis ein besonderes Geschenk. Sie haben mir eine Reise zum New York Marathon geschenkt. Das ist ja wohl das Größte, was man sich an Gänsehaut-Feeling vorstellen kann. Dieses Erlebnis möchte ich mit meinem Mann teilen. Da heißt es jetzt trainieren, trainieren, trainieren. Es wird ein langer Weg, aber der beginnt ja bekanntlich mit dem ersten Schritt. Und Marathonerfahrung habe ich schon zur Genüge. Ich freue mich riesig darauf!

U: Gerlinde, wir sehen uns beim Frauenseminar im März in Steinbach!

STECKBRIEF

BÄRBEL KIENE
47 Jahre, verheiratet, 2 Töchter (17, 21 Jahre)
Beruf: promovierte Biochemikerin, Direktorin bei der GABA Gruppe. Wohnort: Lörrach // Verein: TSV Rot-Weiß Lörrach

Bärbel kenne ich auch vom Frauenseminar. Sie beeindruckte mich durch zweierlei: Trainingsfleiß ohne Ende und keine Geschäftsreise ohne Laufschuhe. Außerdem lernte ich durch Bärbel die beste aller Zahnbürste kennen (Achtung Schleichwerbung: Meridol der Firma Gaba, siehe Beruf!).

U: Bärbel, wie bringst Du als Managerin mit einer 60 bis 70 Stundenwoche und Familie noch das Training unter?
B: Das ist nicht immer einfach. Zu der umfangreichen Wochenarbeitszeit kommen viele Kongresse am Wochenende, und ich bin viel in Mitteleuropa und den USA geschäftlich unterwegs. Ich versuche meine Trainingseinheiten morgens zu erledigen. Immer wenn ich in Basel arbeite, fahre ich mit dem Rad zur Arbeit. Das sind einfach 20 km. Das macht im Jahr 5.000 km nur durch die Wege zur Arbeit.
Im Winter schwimme ich vor dem Frühstück noch schnell im Hallenbad um die Ecke, das um 6 Uhr öffnet, im Sommer nutze ich ein Freibad, das auf halbem Weg liegt und ab 7 Uhr offen ist. An den Tagen ohne Schwimmen versuche ich eine kurze Koppel-Laufeinheit ans Radeln zu hängen. Dann noch kurz duschen, und zwischen acht und halb neun beginnt der Büroalltag.
Während viele Kollegen da noch müde Augen haben, habe ich schon zwei Stunden Bewegung hinter mir. Abends verlasse ich zwischen 20 und 21 Uhr das Büro und radle eine Stunde nach Hause. Ich genieße jede Minute davon. Aller Ärger des Tages fällt dann von mir ab.
Dieser Weg bietet sich auch einmal wöchentlich als langer Lauf an. Ich laufe lieber von A nach B, als im Wald im Kreis. Am Sonntag fahre ich mit meinem Mann Rad. Die Ferien verbringen mein Mann und ich auch meist auf dem Rad, in den Familienurlauben wird allerdings jedem ein unterschiedliches Programm geboten.

U: Du hast mal erzählt, dass du in New York früh morgens joggen gehst, wenn dich der Jet-Lag wach hält.
B: Ja, die Laufschuhe sind immer dabei. Und der Wettkampfanzug braucht auch nicht viel Platz im Koffer. Den kann man dann fürs Laufen genauso tragen wie fürs Rad, wenn es im Hotel ein Fitness-Studio gibt oder auch im Schwimmbad. Es ist total spannend, morgens um 6 Uhr z.B. durch New York, Rom oder Paris zu laufen. Nach einer Stunde hat man schon eine halbe Stadtbesichtigung hinter sich.

U: Was treibt Dich an, was gibt Dir der Sport?
B: Ich genieße vor allem die Bewegung an der frischen Luft. Durch meine Arbeit verbringe ich viele Stunden am Schreibtisch und in abgedunkelten Räumen, deswegen trainiere ich auch im Winter nicht in Studios, sondern nur draußen. Aber ich brauche vor allem die Bewegung an der frischen Luft als Ausgleich.

U: Könntest Du ohne Sport leben?
B: Vermutlich würde ich innerhalb von drei Tagen irre werden, wenn nicht meine Familie mich vorher erschlagen würde, weil ich völlig unausstehlich wäre.

Bärbel erzählt noch, dass sie zuhause den Fernseher schon vor 20 Jahren abgeschafft haben. Die ganze Familie ist sportnärrisch unterwegs. Die Töchter sind Skifahrerinnen und Schwimmerinnen. Gemeinsam mit ihrem Mann hat Bärbel gerade zwei Assistenz-Übungsleitertage beim Verband absolviert. Ihr Mann wird 2012 die Trainer C-Ausbildung machen.

U: Was war Dein sportliches Highlight 2011?
B: Meine ersten beiden Mitteldistanzen, die ich unter sechs Stunden finishen konnte.

U: Was hast Du längerfristig für sportliche Ziele?
B: Mit 50 will ich die erste Langdistanz schaffen. Aber jetzt steht erstmal eine OP auf dem Plan, und da werde ich acht Wochen pausieren müssen. Das wird nicht einfach werden.

U: Welchen Tip hast Du für Frauen in unserem Alter?
B: Man soll das machen, was einem selbst und dem Partner Spaß macht, und man soll sich nicht kümmern, wenn der Rest der Welt einen für verrückt erklärt. Natürlich braucht man auch Durchhaltevermögen und Geduld, wenn es mal nicht so geht, daran arbeite ich noch …

U: Du übst dich sehr in Geduld bei den Handarbeiten, die du so gerne machst, oder?
B: Ja, ich sticke und stricke gerne, je mehr Zopfmuster desto besser.

U: Liebe Bärbel, wir sehen uns auch wieder im März in Steinbach!

Ulrike Manthey, Frauenbeauftragte

PS: Eigentlich hätte es jede Triathletin verdient, hier porträtiert zu werden, da jede auf ihre Art einmalig ist. Daher ein kleiner Tipp zum Abschluss: diese Seite darf von Euch gestaltet werden, jede Triathletin kann hier einen Artikel veröffentlichen, über sich, über eine Freundin, über ein spannendes Thema. Nur zu: die Ausgabe für 2013 geht Ende 2012 in Druck.

Bärbel Kiene, Gerlinde Huber

5 AUF EINEN STREICH

TRAINERAUSBILDUNG IM BWTV

Die Erfolgsgeschichte der Triathlontraineraus- und -fortbildung in Baden-Württemberg geht weiter.

Der BWTV durfte im vergangenen Jahr gleich fünf neue Trainer A in seinen Reihen begrüßen! Neben den beiden Landestrainern Dan Lorang und Johannes Gesell absolvierten Mitte November mit Manja Langer/TV Mengen, Roland Krams/TNB Malterdingen und Stefan Fiebig/Tri-Team Heuchelberg drei weitere Baden-Württemberger die Prüfung zur Trainer A-Lizenz im Triathlon mit Bravour.

Dazu passt, dass wir auch dieses Jahr wieder mit Anfragen bezüglich unserer Trainer C Ausbildung regelrecht überrannt wurden, auf der Warteliste standen über fünf Aspiranten, die ersten Anmeldungen für 2012 liegen ebenfalls schon vor.

Mit nun insgesamt neun Trainern A, einem Diplomtrainer (Wolfgang Rentschler), über 20 Trainern B und über 250 Trainern C sind unsere rund 180 Vereine gut aufgestellt. Mit so viel Trainer-Knowhow wissen die beiden Landestrainer das Nachwuchs- und Jugendtraining in den Vereinen in guten Händen und können sich in den nächsten Jahre auf gut ausgebildete Kaderathleten freuen.
Ein weiterer Grundstein für die erfolgreiche Trainerarbeit, neben unserer fundierten Ausbildung an der Südbadischen Sportschule Steinbach, ist die regelmäßige Fortbildung unserer eigenen Trainer im Landesverband. Auch im vergangen Jahr konnten wir wieder interessante Beiträge und Referenten für unsere zentralen Trainerfortbildungen in Albstadt/Tailfingen und bei der Leistungssportkonferenz gewinnen. So referierten neben den Landestrainern unter anderem Thomas Moeller, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für angewandte Trainingswissenschaft in Leipzig und gleichzeitig Diagnosetrainer der DTU, über anstehende Änderungen im nationalen und internationalen Wettkampfsystem der Elite und sich daraus ergebende Veränderungen im Trainingsregime. Mario Sachs, Landestrainer im Südbadischen Ringerbund gab eine theoretische und praktische Einführung ins Langhanteltraining und Benjamin Fischer, Sportpsychologe am Olympiastützpunkt Freiburg-Schwarzwald, bot einen aufschlussreichen Einblick in sein Fachgebiet.

Vier stolze A-Trainer nach bestandener Prüfung (von links): Stefan Fiebig, Dan Lorang, Johannes Gesell, Roland Krams; auf dem Foto fehlt Manja Langer

Mit diesem Blick über den Tellerrand hinaus bieten wir unseren Trainern nicht nur triathlonspezifisches Fachwissen, sondern können auch von anderen Sportarten und Fachgebieten dazu lernen.

Die bereits im vergangenen Jahr geplante Fortbildung im Skilanglauf konnten wir leider aus personellen und zeitlichen Gründen noch nicht umsetzen. Aber aus den Augen verloren haben wir sie nicht. Das Langlaufen stellt gerade im Winter eine willkommene Alternative für Triathleten dar, wenn Schnee und Eis das Radfahren oder das Laufen erschweren oder unmöglich machen. Deshalb wollen wir unseren Trainern die Möglichkeit bieten, sich auch auf diesem Gebiet weiterzubilden, um dieses Wissen dann an die Athleten zu Hause weitergeben zu können.

2012 wollen wir in Sachen Trainerfortbildung wieder einen neuen Meilenstein setzen und in Kooperation mit den Sankt Rochus Kliniken in Bad Schönborn im Rahmen der Challenge Kraichgau einen Triathlonkongress ins Leben rufen, der zum einen Medizinern und Trainern als Fortbildung dienen soll, aber auch für interessierte Triathleten offen sein wird. Die Planungen hierfür sind in vollem Gange und wir können interessante Vorträge rund um den Triathlonsport versprechen.

Johannes Gesell

SPORTMEDIZINKONGRESS BAD SCHÖNBORN - FREITAG, 8. JUNI 2012

Der Baden-Württembergische Triathlonverband organisiert in Kooperation mit den St. Rochus-Kliniken Bad Schönborn und der Challenge Kraichgau den 1. Sportmedizinkongress Bad Schönborn. Im Umfeld der Challenge Kraichgau stehen am Freitag, den 8. Juni 2012 bei diesem Fachkongress interessante und relevante Schnittpunkte von Sport und Medizin im Mittelpunkt.
Für die Vorträge konnten hochqualifizierte Referenten wie unter anderem Dr. Lothar Schwarz, Mannschaftsarzt des deutschen Triathlon-Nationalteams, Thomas Moeller, Fachgruppenleiter Triathlon am IAT Leipzig und Diagnosetrainer der DTU sowie Dan Lorang, BWTV Landestrainer, gewonnen werden.

Die Teilnahme wird als Fortbildung mit 8 LE auf die Trainer B und C-Lizenz angerechnet, für Ärzte sind bei der Landesärztekammer Baden-Württemberg für die Veranstaltung 5 CME Punkte beantragt.

Die Teilnehmerzahl ist auf 120 Teilnehmer begrenzt. Bei noch verfügbaren Plätzen ist die Teilnahme auch für interessierte Laien möglich.

Detaillierte Informationen zum Programm und zur Anmeldung finden Sie auf der BWTV Homepage unter Verband → Lehrwesen.

CHALLENGE KRAICHGAU 10.06.2012 we are triathlon! presented by KraichgauEnergie

bwtv

cts Sankt Rochus Kliniken Bad Schönborn

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen. Nähere Informationen bei LOTTO und unter www.lotto.de. Hotline der BZgA: 0800 1 372 700 (kostenlos und anonym).

SPIELEN AB 18 JAHREN 18+

Kleines Regelquiz

ZUR SPORTORDNUNG

Liebe Triathletinnen und Triathleten,

dieses Jahr sind Sie gefragt!
Durch ein kleines Quiz können Sie testen, wie gut Sie die Sportordnung kennen. Pro Frage ist jeweils eine Antwort richtig. Die Buchstaben der richtigen Lösungen ergeben aneinandergereiht das Lösungswort. Schicken Sie das Lösungswort per Mail und unter Angabe Ihrer Postadresse einfach an die Geschäftsstelle (info@bwtv.de, Betreff: Regelquiz).
Unter allen richtigen Einsendungen werden drei Preise ausgelost.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg und viel Freude!

Petra Masching
BWTV-Kampfrichterobfrau

Quizfragen

01. Welche Laufradausstattung ist bei Windschatten-Wettkämpfen nicht zugelassen?
- **t)** Gabelspeichen
- **k)** Löffelspeichen
- **f)** Messerspeichen

02. Binnen welcher Zeit nach Aushang der Ergebnisse muss ein Einspruch eingelegt werden?
- **r)** 30 Minuten
- **o)** nach 2 Stunden, damit die anderen die Wartezeit bis zur Siegerehrung gemütlich mit Kaffee und Kuchen genießen können
- **a)** Ein Einspruch darf noch innerhalb einer Woche schriftlich eingereicht werden

03. Aus welchen Einzeldisziplinen setzt sich Wintertriathlon zusammen?
- **r)** Skilanglauf-Schießen-Skispringen
- **i)** Lauf-Mountainbike-Skilanglauf
- **z)** Moutainbike-Curling-Eisschnellauf

04. Wer ist bei Wettkämpfen für die technische Sicherheit und Regelkonformität seiner Wettkampfausrüstung (z.B. Rad) verantwortlich?
- **a)** der Veranstalter
- **s)** die Kampfrichter
- **r)** der Athlet selbst

05. Welche Farbe hat die Karte, mit der vom Kampfrichter eine Zeitstrafe wegen Verdacht auf Windschattenfahren angezeigt wird?
- **i)** gelb
- **e)** rot
- **g)** schwarz

06. Wie hoch muss bei Wettkämpfen der Schüler die Mindestwassertemperatur sein, damit ein Schwimmen stattfinden kann?
- **e)** 14 Grad Celsius
- **s)** 15 Grad Celsius
- **u)** 16 Grad Celsius

07. Ab welcher Altersklasse gibt es für Räder keine Beschränkung der maximalen Übersetzung/Abrolllänge mehr?
- **k)** Jugend B
- **m)** Jugend A
- **h)** Junioren

08. Aus maximal wie vielen Einzelteilen darf ein Kälteschutzanzug (Neopren) bestehen?
- **b)** 2
- **t)** 3
- **w)** 4

09. Bis zu welchem Zeitpunkt vor dem Start ist das Einschwimmen auf der Ziellinie erlaubt?
- **v)** 2 Minuten
- **v)** 3 Minuten
- **u)** 5 Minuten

10. Wie ist die Reihenfolge der Einzeldisziplinen bei einem Aquathlon?
- **b)** Schwimmen-Laufen-Schwimmen
- **o)** Laufen-Schwimmen-Laufen
- **g)** Schwimmen-Laufen-Turmspringen

11. Welcher Ausrüstungsgegenstand ist beim Schwimmen nicht erlaubt?
- **m)** Augenbrille
- **d)** Gesichtsmaske
- **r)** Flossen

DAS SCHULETEAM

Die Sportart Triathlon in der Schule etablieren

Das Schuleteam des BWTV wurde im Juni 2009 gegründet um die Sportart Triathlon langfristig in den Schulen zu etablieren. Neben Jugendreferent Reimund Mager besteht das Team derzeit mit Wolfgang Jörlitschka (Gymnasium Karlsbad, SSV Huchenfeld), Roland Krams (Rudolf-Eberle Schule Bad Säckingen, TNB Malterdingen) und Christian Bender (Rennbuckel Realschule Karlsruhe, SSC Karlsruhe) aus drei Lehrern unterschiedlicher Schularten, die selbst aktiv Triathlon betreiben und im Verein tätig sind.

DAS SCHULETEAM KÜMMERT SICH IM WESENTLICHEN UM DREI AUFGABENBEREICHE:

- In Zusammenarbeit mit dem Landesinstitut für Schulsport organisiert das Team zentrale und dezentrale Lehrerfortbildungen auf Regierungspräsidiums-Ebene; Die eintägigen Fortbildungen auf RP-Ebene bestehen aus acht Unterrichtseinheiten, die sich gleichmäßig auf die drei Sportarten sowie die Theorie verteilen. Sowohl für das Schwimmen als auch für das Radfahren und Laufen wird gezeigt, wie sich diese Sportarten unter schulischen Rahmenbedingungen motivierend und spielerisch trainieren lassen. Neben der Vermittlung der sportartspezifischen Techniken werden Übungen und Spiele zur Schulung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten unter Berücksichtigung des Teamgedankens gezeigt. Alle drei Sportarten lassen sich in jeder Halle und auf jedem Sportplatz hervorragend simulieren und als interessante „Mini- oder Hallentriathlons" durchführen.

- Im zweijährigen Rhythmus führt das Team seit 2010 die Ausbildung von Schülermentoren durch. Bewerben können sich Schülerinnen und Schüler ab 15 Jahren. Neben triathlonspezifischen Inhalten werden auch schulrechtliche Belange, Erste-Hilfe-Maßnahmen, Wasserrettung, sportmedizinische/-physiologische Themen sowie Sucht- und Präventionsthemen behandelt. Der Lehrgang 2012 fand vom 13. bis 17. Februar an der Südbadischen Sportschule in Steinbach statt.

- Die Mitglieder des Teams kümmern sich um Schulwettkämpfe und Aktionen an den Schulen. Dazu steht das Team als Berater hinsichtlich der Organisation von Schultriathlons, der Durchführung von Triathlon-AGs und der Teilnahme an Wettkämpfen zur Verfügung und zeigt auch Möglichkeiten auf, wie Triathlon den Sportunterricht, den Schulsport und das Nachmittagsangebot im Rahmen der Ganztagesschule sinnvoll ergänzen kann. Außerdem sind die Teammitglieder als Mitorganisatoren beim Landesfinale „Jugend trainiert für Olympia" im Einsatz.

Die erfolgreichen Teilnehmer des ersten Schülermentoren-Lehrgangs 2010 und ihre Betreuer

Jeder Finisher ist ein Sieger

Lehrerfortbildung findet auch in der Halle statt

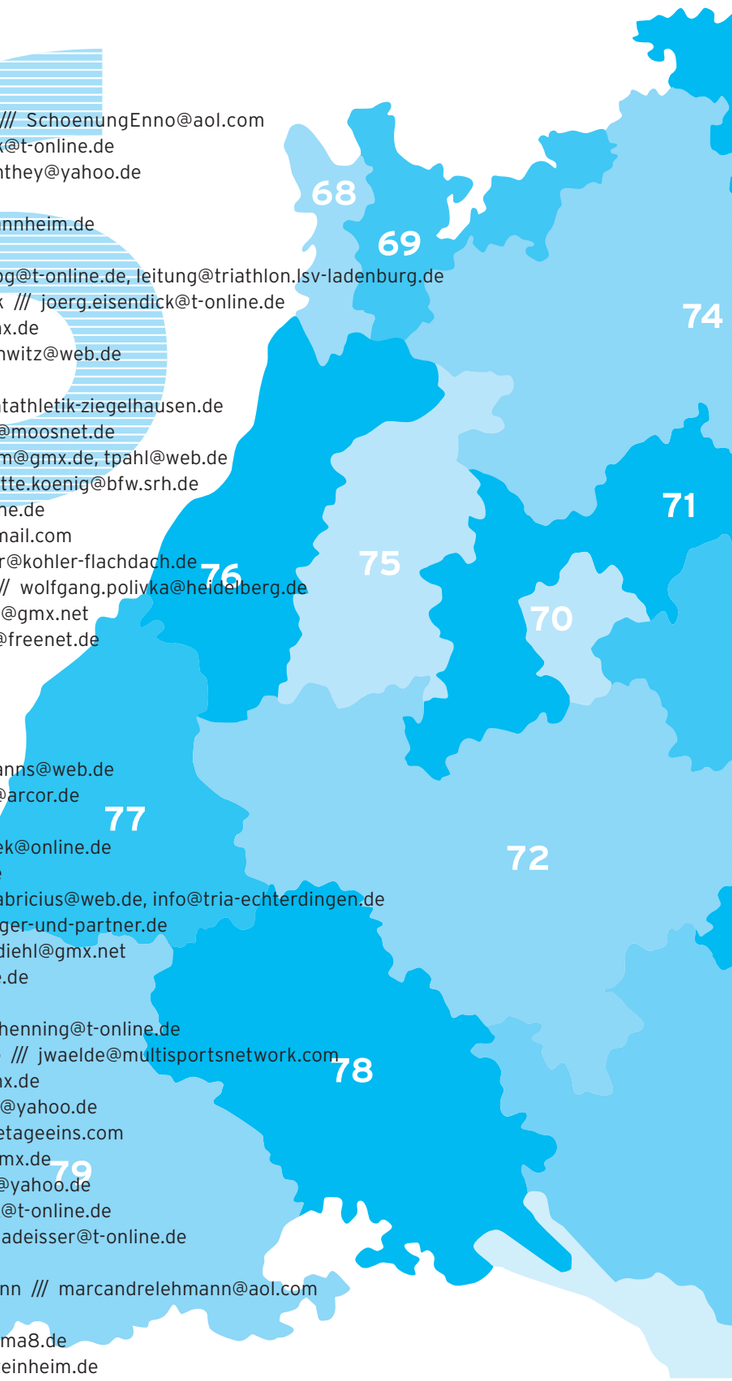
Das kleine Team kann auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit in den letzten Jahren zurückblicken. Um in Zukunft noch etwas breiter aufgestellt zu sein und die wachsenden Aufgaben auf mehrere Schultern zu verteilen, sind wir auf der Suche nach neuen Mitarbeitern.
Über deinen Anruf würde sich Jugendreferent Reimund Mager sehr freuen.

Peter Mayerlen, Christian Bender Peter Mayerlen

VEREINE IN BAWÜ

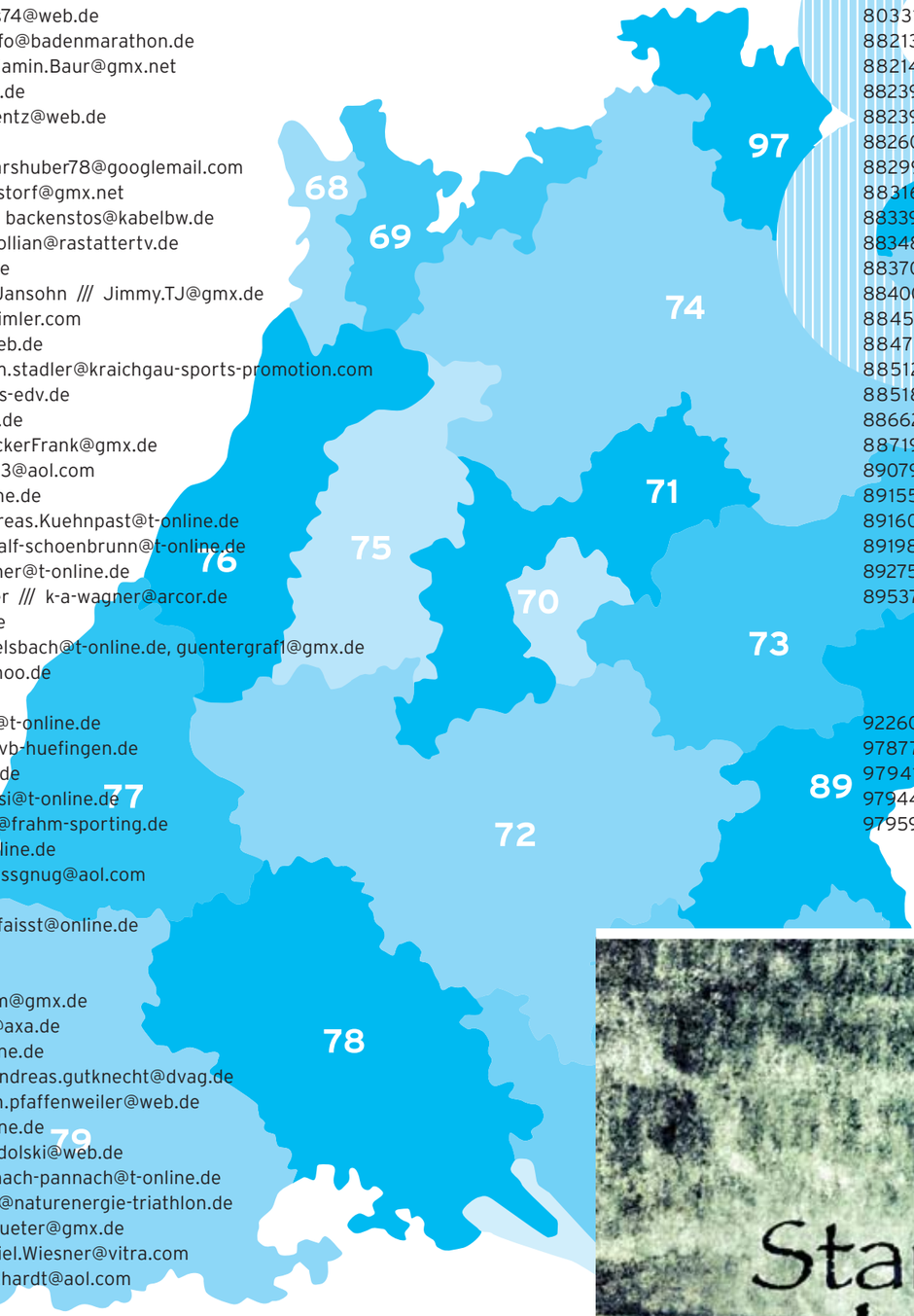
68163 Paddel-Gesellschaft Mannheim /// Enno Schönung /// SchoenungEnno@aol.com
68165 PSV Mannheim /// Roman Janecek /// roman.janecek@t-online.de
68199 DJK MA-Feudenheim /// Ulrike Manthey /// ulrikemanthey@yahoo.de
68199 SV Mannheim /// Winfried Traub /// wtraub@gmx.de
68259 MTG Mannheim /// Karin Falter /// Triathlon@mtg-mannheim.de
68305 LC DJK Mannheim /// Günther Erbsland
68526 LSV 1864 Ladenburg /// Bernhardt Klodt /// klodt.ldbg@t-online.de, leitung@triathlon.lsv-ladenburg.de
68723 Triathlon Oftersheim-Schwetzingen /// Jörg Eisendick /// joerg.eisendick@t-online.de
68753 RSC Kirrlach /// Peter Würges /// Peter.Wuerges@gmx.de
68799 ASG Tria Hockenheim /// Pedro Leischwitz /// p.leischwitz@web.de
69118 Skiclub Heidelberg /// Eike Nicklas /// eike@ephys.de
69118 LAV Ziegelhausen e.V. /// Holger Ochel /// info@leichtathletik-ziegelhausen.de
69120 SV Nikar Heidelberg /// Benjamin Moos /// Benjamin@moosnet.de
69123 SG Poseidon Eppelheim /// Oliver Grimm /// olli.grimm@gmx.de, tpahl@web.de
69123 SRH Campus Sports e.V. /// Nicolette König /// nicolette.koenig@bfw.srh.de
69126 IJM e.V Heidelberg /// Gero Schäfer /// info@ijm-online.de
69231 TSG Wiesloch /// Brigitte Schierloh /// bschierloh@ymail.com
69412 TV 1846 Eberbach e.V. /// Andreas Kohler /// a.kohler@kohler-flachdach.de
69412 SC Grummer Stegge Eberbach /// Wolfgang Polivka /// wolfgang.polivka@heidelberg.de
69437 SV NEPTUN Waldbrunn /// Manuel Zin /// Manuel.Zin@gmx.net
69469 TSG Weinheim /// Udo Pflästerer /// udo.pflaesterer@freenet.de

70195 MTV 1843 Stuttgart /// Steffen Pleßmann /// plessmanns@web.de
70327 TB Untertürkheim /// Marcus Eitler /// marcus.eitler@arcor.de
70435 TF Feuerbach /// joerg.gokeler@gmx.de
70469 CSV Stuttgart /// Regine Schaschinek /// rschaschinek@online.de
70736 TSV Schmiden /// Kai Vetter /// kai_vetter@yahoo.de
70771 Tria Echterdingen e.V. /// Ulrich Fabricius /// Ulrich.Fabricius@web.de, info@tria-echterdingen.de
70794 Spvgg Stetten/Filder /// Helmut Schmidt /// wg@gauger-und-partner.de
70806 SZ Kornwestheim /// Hans Peter Diehl /// hanspeter.diehl@gmx.net
71032 RSG Böblingen /// Günter Becker /// gbfilou@t-online.de
71034 GSV Maichingen /// Daniel Drews
71083 Sportfreunde Kayh /// Christhard Henning /// sonja_henning@t-online.de
71134 Team multisportsnetwork Aidlingen /// Jochen Wälde /// jwaelde@multisportsnetwork.com
71277 VfL Sindelfingen /// Elmar Schneider /// elmarrs@gmx.de
71332 TB Bad Cannstatt /// Michael Flüß /// Michael_Fluess@yahoo.de
71334 Schwimmfreunde Hegnach /// Oliver Weiser /// ow@etageeins.com
71336 TSV Neustadt /// Peter Kunze /// woessner-kunze@gmx.de
71364 VfL Waiblingen /// Dieter Waller /// marianne_dieter@yahoo.de
71522 Triathlon-Club Backnang /// Axel Fritz /// axel.fritz.bk@t-online.de
71665 Team Sport Evolution e.V. Illingen /// Arno Deißer /// adeisser@t-online.de
71665 TV Markgröningen /// Alexander Fink
71672 SV Ludwigsburg Abt. Triathlon /// Marc-André Lehmann /// marcandrelehmann@aol.com
71672 SV Marbach /// Holger Tonn
71711 Team Silla Hopp Murr /// Achim Seiter /// info@3komma8.de
71711 TSG Steinheim e.V. /// Geschäftsstelle /// info@tsg-steinheim.de



71732 SV Bietigheim /// Axel Förste
71934 BSG HP Böblingen /// Robert Hasler
72070 Post SV Tübingen /// Bernd Gugel /// bernd@gugel-tue.de
72116 Spvgg Mössingen /// Dieter Schneider
72186 SG Empfingen Triathlon-Abteilung /// Lothar Hank /// Hank@LGHechingen.justiz.bwl.de
72202 TriAloha e.V. /// Kerstin Bannwolf /// kerstin.bannwolf@trialoha.de
72213 TSV Altensteig Skizunft /// Silke Schattenberg /// silke.schatten1@gmx.de
72280 TV Dornstetten /// Frank Rügner
72355 TG Schömberg /// Walter Schempp /// w.schempp@gmx.de
72461 SC Onstmettingen /// Klaus-Dieter Boss /// klaus-dieter.boss@t-online.de
72488 ALZ Sigmaringen /// Ute Gneiting /// info@alz-sigmaringen.de
72525 SV Auingen /// Henry Pienitzsch /// sportpieni@t-online.de
72581 SG Dettingen/Erms /// Erich Jud /// familiejud@gmx.de
72581 Swim & Go Stuttgart /// Armin Keller
72636 TSV Frickenhausen /// Carola Sigl /// carola.sigl@web.de
72793 TSG Reutlingen /// Stefan Hildenbrand /// shildenbrand@web.de
72793 SSV Reutlingen /// Jürgen Vatter /// christinegehrke@aol.com
72793 VfL Pfullingen /// Bettina Haas /// ah-653682@versanet.de
73072 AST Süßen /// Martin Büchler /// buechler-martin@t-online.de
73079 SSV Salach /// Angelika Röhm /// ajroehm@arcor.de
73098 Sport-Team Rechberghausen /// Ralf Scholz /// RalfScholz1@gmx.de
73117 Tria Team Staufen /// Marko Glassner /// Marko.Glassner@googlemail.com
73249 Triathlon- und Ausdauersport Teck-Neckar-Fils Wernau e.V. /// Bernhard Preuß /// preuss-bernhard@t-online.de
73262 Ausdauersportteam Reichenbach /// Werner Quattlender /// werner.quattlender@web.de
73347 TG Geislingen /// Carina Söll /// Soell@kabelbw.de
73430 MTV Aalen /// Klaus Stelzer /// stelzerk@web.de
73479 DJK Ellwangen /// Andreas Wolpert /// a-wolpi@web.de
73525 DJK Schwäb. Gmünd /// Heiko König /// koenig-mh@t-online.de
73527 SV Schwäb. Gmünd /// Tobias Patzl /// tobias.patzl@arcor.de
73642 TSF Welzheim /// Jochen Schultheiß /// j.u.d.schultheiss@freenet.de, triathlon@tsfwelzheim.de
73655 SC Plüderhausen /// Peter Vatlach /// vatlach@t-online.de
73732 NONPLUSULTRA Esslingen /// bei Rudis Radlshop /// mandyklotz@gmx.de, hilebrand.schmidt@arcor.de
73776 SC Altbach Triathlon /// Bernd Walter /// scaltbach@web.de
74177 LG Schefflenztal /// Matthias Schade /// matthias_schade@gmx.de
74189 NSU Triathlon /// Lothar Edelmann /// lothar.edelmann@nsu-triathlon.de
74193 Tri-Team Heuchelberg /// Stefan Fiebig /// stefan_fiebig@gmx.de
74199 TSV Talheim /// Harry Wurst /// Harry.Wurst@t-online.de
74348 Sportfreunde Lauffen /// Berthold Probts, jun.
74420 SK Fichtenberg /// Uli Vischer /// uli.vischer@web.de
74523 TSG Schwäbisch Hall /// Michael Scholl /// u.m.scholl@t-online.de
74532 TSV Ilshofen 1862 e.V. /// Klaus Stier /// uk.stier@online.de, Klaus.Stier@tsv-ilshofen.de
74564 TSV Crailsheim /// Dirk Beyermann /// dirk.beyermann@gmx.de
74564 Team Magic /// Steffen Mayer /// info@magic-onlinepower.de, info@team-magic.org
74613 TSV Künzelsau /// Christian Hampel /// hampel.christian@gmx.de
74638 TSG Waldenburg /// Karin Bach /// karin.bach@waldenburg-hohenlohe.de
74653 TSV Ingelfingen /// info@tsv-ingelfingen.de
74722 TSV 1863 Buchen /// Michael Peschel /// mmpeschel@web.de
74821 LAZ Mosbach-Elztal e.V. /// Manfred Weigler /// manfred.weigler@laz-mosbach.de
74855 Sportfreunde Haßmersheim e.V. 1924 /// Bruno Ehrenfried /// ehrenfried-hassmersheim@t-online.de
75015 TV Bretten Triathlon /// Daniela Doppler /// Daniela.Doppler@ehs.de
75180 SSV Huchenfeld /// Michael Doll /// michael_doll@gmx.de
75239 FC Germania Singen /// Jörg Frey /// Freytermiten@web.de
75382 TSV Calw /// Daniel Kopp /// triathlon@tsvcalw.de
76131 SSC Karlsruhe /// team@ssc-karlsruhe.de
76131 Karlsruher Lemminge /// Klaus Musch /// klaus.musch@gmx.de

76133 Branddirektion Karlsruhe /// Stefan Schneider /// sts74@web.de
76135 Marathon Karlsruhe e.V. /// Fried-Jürgen Bachl /// info@badenmarathon.de
76187 SG Siemens Karlsruhe e.V. /// Benjamin Baur /// Benjamin.Baur@gmx.net
76227 TS Durlach /// Ingrid Mickley /// ingrid-mickley@gmx.de
76275 Tri-Team SSV Ettlingen /// Karlheinz Rentz /// kallerentz@web.de
76287 Karlsruher TV /// Martin Wilmes
76287 F.V. Sportfreunde Forchheim e.V. /// Lars Huber /// larshuber78@googlemail.com
76297 TSG Blankenloch /// Heinz Beierstorf /// Heinz.Beierstorf@gmx.net
76327 Skiclub Karlsbad 1978 e.V. /// Thomas Backenstos /// backenstos@kabelbw.de
76437 Rastatter Turnverein /// Simone Bollian /// simone.bollian@rastattertv.de
76530 RSV Tria Bühlertal /// Oliver Frank /// iron.oli@web.de
76532 Turn- u.Sportverein Haueneberstein 1903 /// Tomas Jansohn /// Jimmy.TJ@gmx.de
76571 SG Stern Gaggenau /// Saskia Ball /// saskia.ball@daimler.com
76646 DLRG Bruchsal e.V. /// Timo Imhof /// timo.imhof@web.de
76646 Kraichgau Triathlon e.V. /// Björn Steinmetz /// eva-m.stadler@kraichgau-sports-promotion.com
76698 TV Forst Triathlon /// Martin Schmidt /// martin@mas-edv.de
77652 PSV Offenburg e.V. /// Jürgen Müller /// jrmoh@web.de
77654 Powersports Offenburg e.V. /// Frank Bäcker /// BaeckerFrank@gmx.de
77656 SSV Offenburg /// Thomas Czibulinski /// ThomasCz13@aol.com
77694 TV Auenheim /// Harald Kimmer /// hkimmer@t-online.de
77736 TV Unterharmersbach /// Andreas Kühnpast /// Andreas.Kuehnpast@t-online.de
77740 Tria Team SV Bad Peterstal /// Ralf Schönbrunn /// ralf-schoenbrunn@t-online.de
77855 TuS Großweier /// Clemens Leutner /// clemens.leutner@t-online.de
77866 Turnerbund 1894 e.V. Freistett /// Karl-August Wagner /// k-a-wagner@arcor.de
77880 SC Lauf /// Martin Berger /// M-P-Berger@t-online.de
77933 LG Geroldseck Lahr /// Günter Graf /// hubert.himmelsbach@t-online.de, guentergraf1@gmx.de
77963 TUS Ottenheim /// Norbert Weide /// weidenobi@yahoo.de
78083 TRI-ASS Villingen /// Edmund Zantopp
78120 SV 69 Furtwangen /// Volker Eschle /// mavo.eschle@t-online.de
78183 SVB Hüfingen /// Michael Höhn /// michael.hoehn@svb-huefingen.de
78259 DJK Singen /// Bettina Frank /// bettina_frank@web.de
78333 SZ Tria Stockach /// Alexander Kaufmann /// andysusi@t-online.de
78351 FUNactiv Seeend e.V. /// Thorsten Frahm /// t.frahm@frahm-sporting.de
78465 ASC Konstanz /// Andreas Herbe /// andy@herbe-online.de
78532 Tuttlinger Sportfreunde /// Manfred Mußgnug /// mussgnug@aol.com
78652 SV Lauffen /// Robert Grimm
78713 Skiverein Schramberg /// Manfred Faißt /// manfred.faisst@online.de
79005 Freiburger FC /// Abteilung Leichtathletik
79102 FT 1844 Freiburg /// info@ft1844-freiburg.de
79115 TNB Malterdingen /// Martin Tritschler /// tritschler.m@gmx.de
79194 Tri-Team Freiburg /// Michael Bock /// Michael.Bock@axa.de
79199 SV Kirchzarten /// Christoph Molz /// ch.molz@t-online.de
79241 Tri-Team Kaiserstuhl e.V. /// Andreas Gutknecht /// andreas.gutknecht@dvag.de
79292 TV Pfaffenweiler /// Gertrud Wiedemann /// triathlon.pfaffenweiler@web.de
79359 TV Riegel /// Sven Schneider /// sh.schneider@t-online.de
79423 TV Heitersheim /// Andreas Nadolski /// andreas_nadolski@web.de
79589 TSV Rot-Weiss Lörrach /// Andreas Pannach /// pannach-pannach@t-online.de
79618 Triathlon Team Rheinfelden /// Gunter Kunze /// info@naturenergie-triathlon.de
79639 TV Grenzach /// Martina Holzhüter /// Martina.Holzhueter@gmx.de
79639 TT Hochrhein Schopfheim /// Daniel Wiesner /// Daniel.Wiesner@vitra.com
79650 TSCH Langenau /// Markus Gebhardt /// AnnetteGebhardt@ao.com
79859 SV Schluchsee /// Bruno Hug /// info@haus-Hug.de



80331 Team ERDINGER Alkoholfrei /// Michael Schneider /// schneider@kiecom.de
88213 TSB Ravensburg /// Aytun Narcin /// TSB.Ravensburg@t-online.de
88214 DAV Ravensburg Abt. Triathlon /// info@dav-ravensburg.de
88239 SG Niederwangen /// Thomas Landsbek /// thomas@landsbek.de
88239 Lauf und Triathlon Club Wangen e.V. /// Ralf Fischer /// ralffischer.mail@arcor.de
88260 SV Eglofs /// Alfons Kimmerle /// fonsemaennli@web.de
88299 SV Herlazhofen Abt. Triathlon /// Werner Utz /// triathlon@sv-herlazhofen.de
88316 TV 1846 Isny /// Peter Beham /// peter.beham@t-online.de
88339 TG 1848 Bad Waldsee /// Wolfgang Rentschler /// sport@fit4tri.de
88348 TSV Bad Saulgau Abt. Triathlon /// Geschäftsstelle /// mail@tsv-badsaulgau.de
88370 SV Ebenweiler Abt. Triathlon /// Gerhard Zirn /// gerhard@zirn.de
88400 TG Biberach Abt. Tria /// Jochen Schuhmacher /// joschi-ikarus@gmx.de
88451 TV Dettingen/Iller /// Bernd Kirchenmaier
88471 SV Sulmetingen e.V. /// Reinhold Türr /// reinhold.tuerr@online.de
88512 TV Mengen /// Rita Nörz /// tvmengen@online.de
88518 Tri-Team Bad Saulgau /// Franz Gerhofer /// gerhofer@web.de, info@tri-team-bad-saulgau.de
88662 TV Überlingen /// Andreas Kohler
88719 TSV Fischbach /// Harald Sewcz /// hsewcz@web.de
89079 TSV Einsingen /// Ralph Beranek /// ralph.beranek@t-online.de
89155 TSV Erbach /// Wolfgang Schweikart /// wolfgang.schweikart@web.de
89160 SF Dornstadt /// Siegfried Keller /// Tria-Siggi@t-online.de
89198 TSV Westerstetten /// Michael Engel /// mich.engel@t-online.de
89275 SSV Ulm /// Günter Hammele /// guenter.hammele@t-online.de
89537 TV Hürben /// Klaus Eberhardt /// k.eberhardt@tv-huerben.de

92260 TF Freudenbach /// Jochen Röcker
97877 FC Dörlesberg /// Frieder Weimer
97941 ETSV Lauda /// Thomas Hofmann /// thomas@antoni-hofmann.de
97944 TSV 02 Unterschüpf e.V. /// Richard Frank /// r.frank@vs-moebel.de
97959 TSV Assamstadt /// Heidi Seßner /// heidi.jesberger@t-online.de

KADER CHECK

Mehr geht nicht: Laura Sprißler (2.), Sharon Antoni (1.) und Sarah Wilm (3.) triumphieren bei der DM in Braunschweig in der Jugend A

GEGLÜCKTE RÜCKKEHR AUF DEN PLATZ AN DER SONNE

Nach zwei Jahren (2008 und 2009), in denen wir „nur" den zweiten Platz in der Länderwertung erreicht hatten, und einem „Halbsieg" in 2010 (1. Platz zusammen mit Brandenburg), war das Ziel für die Saison 2011 ganz klar: Der Spitzenplatz, und zwar für uns alleine.

Mit dieser Vorgabe sind wir alle in die Saison eingestiegen. Eine super Motivation half den jungen Triathleten die vielen Wochenendlehrgänge an den Sportschulen in Steinbach und Tailfingen sowie die Trainingslager in Fiesch (Schweiz), Fuerteventura, Cervia (Italien, D-Kader), Heuweiler (E-Kader) und Steinbach gut zu überstehen.
Mit dem Langlauftrainingslager in den Weihnachtsferien in Tschechien waren wir vier Jahre sehr zufrieden, aber es war dann auch an der Zeit, wieder etwas Neues zu suchen. Für viele Athleten, die es bis zur U23 schafften, war es letztlich zu eintönig geworden, die Vielfalt der Strecken vor Ort war doch recht eingeschränkt. Deswegen hatten wir uns nach längerem Suchen für die Schweiz entschieden. Es war die richtige Entscheidung. In Fiesch/Goms hatten wir beste Trainingsmöglichkeiten zum Schwimmen und Langlaufen, sogar eine große Sporthalle und eine Kletterhalle standen uns zur Verfügung. Am „Ruhetag" waren wir acht Stunden Ski- oder Snowboardfahren.
Anfang März sind die Junioren und U23-Kaderathleten nach Fuerteventura geflogen. Dieses Trainingslager ist der Winterhöhepunkt. Schönes Wetter, tolles Hotel, super Trainingsbedingungen. Über Ostern waren wir mit dem D- und U23-Kader in Italien und haben dort nochmal richtig an den Grundlagen gearbeitet. Der E-Kader legte in Heuweiler die Basis für eine erfolgreiche Saison.
Insgesamt ist unsere Wintervorbereitung sehr gut verlaufen und so sind wir optimistisch in die Saison gestartet.
Die Wettkampfhöhepunkte waren klar definiert, die DMJ in Braunschweig und die DM U23 in Grimma. Für unsere Jugend A und Junioren waren als Vorbereitungswettkämpfe drei weitere Rennen im Deutschland Cup und Starts im LBS Cup Triathlon Nachwuchs geplant, die E-Kaderathleten sollten sich beim Ländervergleich in Halle sowie ebenfalls im Nachwuchscup den letzten Schliff holen. Die U23 Kaderathleten hingegen sind entweder in der Landesliga oder Bundesliga gestartet.
Die DMJ in Braunschweig ist für den BWTV dann hervorragend gelaufen. Gleich am Anfang gab es Platz drei für Timo Hackenjos in der Jugend B. Ein toller Triumph ist uns in der Jugend A weiblich gelungen. Alle Podiumsplätze waren mit Baden-Württembergerinnen belegt. Der Sieg ging an Sharon Antoni, Laura Sprißler wurde Zweite und Sarah Wilm komplettierte das Podium auf dem dritten Platz. Es war ein Traumwettkampf für unsere Mädels.
Die letzte Medaille für den BWTV holte Hanna Philippin, die die Konkurrenz bei den Juniorinnen dominierte. Mit fünf Medaillen und weiteren Topplatzierungen haben wir die Länderwertung dominiert und mit 21 Punkten Vorsprung gewonnen.
Noch waren wir aber nicht am Ziel, denn für die Länderwertung nach der LAL-Rahmenkonzeption, die für die Verteilung der staatlichen Mittel entscheidend ist, werden die Erfolge der B-Jugendlichen nicht gewertet, sondern die Ergebnisse der DM U23.

DER BWTV KONNTE EIN SPORTLICH ERFOLGREICHES JAHR ABSCHLIESSEN, DAS ANGESTREBTE SAISONZIEL, NÄMLICH DER ALLEINIGE SIEG IN DER LÄNDERWERTUNG WURDE RECHT DEUTLICH ERREICHT.

Wie in den letzten Jahren auch, mussten also unsere U23-Athletinnen und Athleten die entscheidenden Punkte holen. Große Erwartungen hatten hauptsächlich unsere Jungs Christopher Hettich und Maurice Clavel, die sich beide die Top-3 als Ziel gesetzt hatten. Leider erwischten die Jungs in Grimma keinen guten Tag und landeten nicht in den Top-Ten.
So haben uns Anja Knapp als Deutsche Vizemeisterin und Juniorin Hanna Philippin mit Platz sieben bei den U23-Frauen „gerettet". Hanna hatte 2011 insgesamt die bislang beste Saison ihres Lebens (bis jetzt, wir hoffen, dass in Zukunft noch viele erfolgreiche Jahre auf sie warten). Über ihren Europameisterschaftssieg und Platz drei bei der WM der Juniorinnen berichtet sie selbst auf den Seiten 63 bis 65. Von unserer Seite nochmals herzlichen Glückwunsch!

Der BWTV konnte ein sportlich erfolgreiches Jahr abschließen, das angestrebte Saisonziel, nämlich der alleinige Sieg in der Länderwertung wurde recht deutlich erreicht.

Lubos Bilek Werner Staehr

DM TRIATHLON NACHWUCHS 2011 - LÄNDERWERTUNG (1. PLATZ - 5. PLATZ)
ALLE ALTERSKLASSEN (OHNE U23)

PLATZ	LFV	GES. PUNKTE	JUG B M	JUG B W	JUG A M	JUG A W	JUN M	JUN W
1	Baden-Württemberg	79	19	15	3	32		10
2	Nordrhein-Westfalen	58	3	4	17	7	15	12
3	Mecklenburg-Vorpommern	41		10	4	8	14	5
4	Rheinland-Pfalz	28	10		9	6		3
5	Niedersachsen	26			14	2	10	

DM TRIATHLON NACHWUCHS 2011 - LÄNDERWERTUNG NACH LA-L RAHMENKONZEPTION
ALTERSKLASSEN JUGEND A, JUNIOREN, U23

PLATZ	LFV	GES. PUNKTE	JUG A M	JUG A W	JUN M	JUN W	U23 M	U23 W
1	Baden-Württemberg	70	3	32		12	6	17
2	Nordrhein-Westfalen	59	17	7	19	16		
3	Mecklenburg-Vorpommern	55			1	19	29	6
4	Rheinland-Pfalz	47	4	8	20	7	3	5
5	Niedersachsen	44	14	2	12		9	7

LANDESSTÜTZPUNKT FREIBURG

Die Internatsbewohner (von links): Sarah, Svenja, Lea, Laura und Valentin. Es fehlt Kirsi.

EIN GANZ NORMALER DIENSTAG

... morgens, kurz nach 6 Uhr in Freiburg: Fünf tapfere Mädels und ihr treu ergebener Diener (Valentin) machen sich auf ins Schwimmtraining, um dort ein paar Kacheln zu zählen. Im Hallenbad angekommen, empfängt uns das leuchtende Strahlen unseres Trainers. Nach unzähligen Bahnen und knapp anderthalb Stunden Training ist die erste Einheit für heute geschafft.

Eine kurze Stärkung beim Bäcker und ab die Post in die Schule. Muss auch mal sein...
Hier kann man tatsächlich was lernen und sich mit anderen austauschen. Da das Ganze keine reine Sportlerschule ist, sind wir auch von „normalen" Menschen umgeben, was den Vorteil hat, dass man sich in der Schule manchmal ganz gut vom Sport ablenken kann.

Mittags gibt´s dann Essen im Katholischen Lehrlingsheim, zu dem unser Internat gehört. Vorspeise, Hauptgang und Dessert – was will man mehr!!! Schmeckt, und ausgewogen ist das Ganze auch noch! Hier treffen wir dann auch die anderen Sportler aus dem Internat: Ringer, Fußballerinnen, ein Mountainbiker, eine Tischtennis- und eine Basketballspielerin.

Um halb drei starten wir dann zur zweiten Einheit des Tages: Mountainbiken in den angrenzenden Bergen des Schwarzwaldes. Hoch geht es immer – aber dafür auch umso schöner und lang runter. Mit Vollgas heizen wir bergab zurück zum Internat.

Johannes Gesell

Jetzt bleibt einige Zeit für andere Erledigungen. In die Stadt sind es mit dem Fahrrad nicht ganz fünf Minuten. Wer also zu viel Geld hat, kann es problemlos und schnell loswerden! Zurück im Wohnheim gibt´s das (erste) Abendessen. Am gemeinsamen Vespertisch wird so einiges „gelabert und gelacht".

Um 19 Uhr steht dann noch Hallentraining auf dem Programm, das letzte für heute. Während die eine Hälfte einen „lustigen Kraftzirkel" mit Johannes macht, dürfen die anderen aufs Riesentrampolin. Unter der Aufsicht von Susanne, die auch als Betreuerin im Internat arbeitet, lernen wir hier koordinative und kräftigende Übungen. Nach der Hälfte der Zeit wird gewechselt und die Trampolinspringer können beim Kraftzirkel nochmal ordentlich schwitzen.

Nach dem Training ist Schluss für heute. Zu Hause gibt es für den einen oder anderen noch ein zweites Abendessen – und im Aufenthaltsraum oder in einem der Zimmer findet der Abend einen schönen Ausklang und (fast) alle fallen müde vom langen Trainingstag in ihre Betten.
Morgen ist ja zum Glück kein Frühtraining...

Kirsi, Laura, Lea, Sarah, Svenja und Valentin

D/C-KADER-ERÖFFNUNG IN KIENBAUM

Sarah und Laura nehmen Uli auf den Arm

KRÄFTEMESSEN IM HOHEN NORDOSTEN

Am 30.11.2011 hieß es für Sarah, Laura und Uli Koffer packen und ab in den Flieger – doch nicht wie sonst in den Süden sondern in die entgegengesetzte Richtung. Unser Ziel war das Bundesleistungszentrum Kienbaum östlich von Berlin. Was früher einmal die Athletenschmiede der DDR war, ist heute noch immer Trainingsort vieler Weltklasseathleten. Wer einmal hier war weiß auch warum: völlige Abschottung von jeglicher Zivilisation und hundertprozentige Konzentration auf den Sport hatten beim Bau dieser Trainingsstätte anscheinend höchste Priorität. Kurz gesagt: Kienbaum liegt für uns „Südländer" am A**** der Welt ;-).

Dort fand, wie alle Jahre wieder, der Eröffnungslehrgang für den D/C-Kader statt. Nachdem uns unser neuer Landestrainer Dan Lorang am Flughafen Berlin-Schönefeld abgeholt hatte, ging es, nach einem kurzen Stopp beim goldenen M, mit dem Auto weiter nach Kienbaum. Eine kilometerlange gerade Straße durch den dunklen Wald führte uns schließlich ans Ziel. Abends angekommen hieß es für uns eigentlich nur noch Schlüssel abholen und Zimmer beziehen. Auch der Schlaf kam in dieser Nacht nicht zu kurz, da am nächsten Tag Tests im Schwimmen und Laufen angesagt waren. Das übliche Kienbaum-Programm eben und die Hoffnung sich vielleicht auch in die ewige „Kienbaum-Bestenliste" eintragen zu können.

Die darauf folgenden Tage waren dann eher dazu da, sich etwas besser kennen zu lernen und Theorie vermittelt zu bekommen, wobei das Training keinesfalls zu kurz kam. Man musste schließlich die Top-Trainingsbedingungen nutzen.

DIE STIMMUNG UNTEREINANDER WAR RICHTIG GUT UND WIR VERBRACHTEN EINE TOLLE ZEIT MIT DEN ATHLETEN DER ANDEREN LANDESVERBÄNDE.

Was Kienbaum alles bietet ist enorm. Von Schwimm- und Laufhalle über etliche Turnhallen bis hin zu einer Kältekammer, welche wir leider nicht ausprobieren konnten, gibt es hier alles. Die Stimmung untereinander war richtig gut und wir verbrachten eine tolle Zeit mit den Athleten der anderen Landesverbände.

Einziges Problem: die Zeit ging zu schnell rum. Noch bevor wir uns in dem „Kleinstaat" Kienbaum überhaupt auskannten, mussten wir schon wieder den Flieger zurück nach Basel nehmen.

Jetzt heißt es weiter trainieren, trainieren, trainieren um nächstes Jahr erneut bei dieser Deutschlandreise dabei zu sein – die Konkurrenz schläft nicht!

Eure Kienbaum-Crew
Laura, Sarah und Uli

Johannes Gesell

ERFOLGSBILANZ BWTV 2011

DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN JUGEND UND JUNIOREN 30./31.07.2011 IN BRAUNSCHWEIG

PODESTPLATZIERUNGEN
5 x 1. Platz
1 x 2. Platz
2 x 3. Platz

TOP-TEN PLATZIERUNGEN DER BWTV-ATHLETEN

Jugend B männlich
3. Timo Hackenjos – SV Kirchzarten
5. Dominik Ehinlanwo – VfL Pfullingen
7. Hannes Lang – TV Bretten Triathlon
10. Daniel Spitzer – TSCH Langenau
1. BWTV Mannschaft Hackenjos, Ehinlanwo, Lang

Jugend B weiblich
4. Katharina Heid – VfL Pfullingen
5. Jana Sterk – TV Mengen
9. Jil Schäfer – Eppelheim
1. BWTV Mannschaft Heid, Sterk, Schäfer

Jugend A männlich
8. Max Fetzer – TV Mengen
4. BWTV Mannschaft Fetzer, Hagmann (TV Mengen), Wernz (Tuttlinger SF)

Jugend A weiblich
1. Sharon Antoni – ETSV Lauda
2. Laura Sprißler – TV Mengen
3. Sarah Wilm – TV Mengen
6. Lea Pröll – TV Bretten
1. BWTV Mannschaft Antoni, Sprißler, Wilm

Junioren
8. BWTV Mannschaft Asmus (ALZ Sigmaringen), Hönle (SV Kirchzarten), Elstner (SSV Huchenfeld)

Juniorinnen
1. Hanna Philippin – VfL Sindelfingen

ASICS TRIATHLON JUGENDCUP 2011 ENDSTAND

PODESTPLATZIERUNGEN
1 x 2. Platz
2 x 3. Platz

TOP-TEN PLATZIERUNGEN DER BWTV-ATHLETEN

Jugend A männlich
5. Uli Hagmann – TV Mengen
9. Max Fetzer – TV Mengen

Jugend A weiblich
2. Laura Sprißler – TV Mengen
3. Sarah Wilm – TV Mengen
9. Lea Pröll – TV Bretten
10. Sharon Antoni – ETSV Lauda

Juniorinnen
6. Julia Röhm – AST Süssen
9. Hanna Philippin – VfL Sindelfingen
10. Victoria Bleicher – TV Mengen

Mannschaft weiblich
3. Team Baden-Württemberg

Mannschaft männlich
4. Team Baden-Württemberg

ANZEIGE

TRAININGSPROBLEM IMMUNSCHWÄCHE

SCHNELLERE REGENERATION DURCH ENZYM-HEFEZELLEN

Viele Ausdauersportler haben das schon einmal erlebt: Sie bereiten sich intensiv auf einen Wettkampf vor und bekommen dann plötzlich eine Erkältung. Das Training muss unterbrochen werden und die Teilnahme am Wettkampf wird unmöglich. Der Grund für diesen ärgerlichen Umstand ist der „Open Window-Effekt", also eine durch starke Belastung hervorgerufene vorübergehende Immunschwäche. Während der anstrengenden Phasen der Wettkampfvorbereitung nimmt die Infektneigung und Anfälligkeit für Sportverletzungen deutlich zu. Hinzu kommt, dass Ausdauersportler bei jedem Wetter raus müssen, um zu trainieren. Und eine kalte und nasse Witterung verstärkt die intensive Belastung des Organismus noch zusätzlich. Die Regenerationsphase während des Trainings wird leider von Leistungssportlern oft unterschätzt. Dabei haben viele Studien gezeigt, dass für Sportler mit ausreichend Schlaf und regelmäßigem Verzehr von Obst und Gemüse das Infektrisiko deutlich gesenkt ist. Zur dopingfreien Maximierung der Leistungsfähigkeit und Belastungsfähigkeit haben sich Nährstoffergänzungen mit biologischen Wirkstoffen bewährt. Exemplarisch seien hier die Enzym-Hefezellen-Präparate genannt (z.B. Sanuzella® ZYM sportsline von Dr. Wolz). Diese unterstützen den Sportler, indem sie eine optimale Sauerstoffverwertung fördern und oxidativen Stress deutlich verringern. Studien bestätigen, dass sich bei Probanden, die Sanuzella® ZYM zu sich nahmen, die Immunwerte verbesserten und sich die Regenerationszeit deutlich verkürzte. Dadurch wurde intensiveres Training und bessere Leistung möglich. So hat eine Studie des Universitätsklinikums Freiburg das Präparat an gesunden Ausdauersportlern über sechs Wochen getestet und festgestellt, dass nach der Einnahme von Sanuzella® ZYM die Muskelzellfunktion und Immunzellfunktion signifikant verbessert und die Zellschäden deutlich geringer waren als bei den Probanden der Vergleichsgruppe, die das Präparat nicht eingenommen hatten. Zwei weitere Studien der Universität Freiburg, die in der Zeitschrift für Sport- und Präventivmedizin veröffentlicht wurden, haben gezeigt, dass Enzym-Hefezellen die Konzentration freier Radikaler im Blut absenken und das Immunsystem modulieren. Deshalb haben mittlerweile viele Sportler Enzym-Hefe-Präparate gezielt in Ihren Trainingsplan eingebaut, wie z.B. die Ruderer des Deutschland Achters und die Berglauf-Europameisterin Sylke Schmitz. Auch die Deutsche Triathlon-Union gehört zu den Bestellern von Sanuzella® ZYM.

schnellere Regeneration = ERFOLG!

wissenschaftlich getestet

Sanuzella® ZYM

Profi-Tipp: www.wolz.de

- *Regeneration verkürzen*
- *Immunsystem stärken*
- *Leistungsfähigkeit verbessern*

ZU IHRER SICHERHEIT GETESTET
frei von anabol-androgenen Steroiden

Noch Fragen? 0800 0935569 (für sie kostenfrei)
Oder unter 0 67 22 - 56 10 0

»SEIT JEHER VERBINDE ICH BADEN-WÜRTTEMBERG MIT EINEM SPORTLICHEN, INNOVATIVEN UND LEBENSWERTEN BUNDESLAND.«

DAN LORANG
DER NEUE LANDESTRAINER

HALLO LIEBE SPORTLERINNEN UND SPORTLER,

als neuer Landestrainer am Stützpunkt Freiburg möchte ich mich euch gerne vorstellen.
Mein Name ist Dan Lorang und ich komme aus Luxemburg. Mein Sportlerleben begann, wie bei so vielen Jungs, im Fußball, dem ich dann acht Jahre lang treu geblieben bin. Über Umwege ging es schließlich zum Radsport, durch den ich meine Vorliebe für Ausdauersportarten entdeckte. Nach dem Abitur kam der erste große Einschnitt in meinem Leben, der Auszug von zuhause in Richtung München.

Nach einem kurzen Ausflug ins Bauingenieurwesen mit Vordiplom bin ich dann meiner Leidenschaft gefolgt und habe mich für das Diplomsportstudium entschieden. Schon während meiner aktiven Zeit als Radsportler wurde mir sehr schnell klar, dass meine „Berufung" eher in der Athletenbetreuung als in der Verfolgung eigener sportlicher Erfolge liegt. So habe ich mit 21 Jahren die ersten Athleten gecoacht und versucht ihnen meine Erfahrungen und mein angelesenes Wissen zu vermitteln. Wichtig war mir dabei stets, mich nicht zu früh zu spezialisieren sondern für alle möglichen Sportarten offen zu sein und die physiologischen Hintergründe zu verstehen. So reichte die Palette der betreuten Sportler von Radfahrern über Triathleten, Läufer, Motocrossfahrer,..., bis hin zu Skifahrern. Die größte Passion bei mir entwickelte sich aber für den Triathlon, da die hohe Komplexität und die Vielfältigkeit der Sportart eine große Herausforderung sowohl an den Sportler als auch an den Trainer stellt. Daher entschied ich mich meine Trainerkarriere auch weiter in diese Richtung zu verfolgen und die entsprechenden Trainerscheine zu machen.

Meine Erfahrungen über die letzten Jahre habe ich als Mitarbeiter und sportwissenschaftlicher Berater der Sportmedizin in München, als selbstständiger Trainer in den Sportarten Triathlon, Laufen, Radcross, Mountainbike und Straßenradsport sowie als Trainingswissenschaftler beim Radprofiteam „Cervélo Testteam" gesammelt. Die Faszination für die Sportart und die Begeisterung darüber, Athleten dabei zu helfen sich weiterzuentwickeln und mit ihnen tagtäglich an den Details zu arbeiten, treibt mich voran. Weltmeistertitel, deutsche Meisterschaften oder andere gute Platzierungen sind die Bestätigung für eine gute Zusammenarbeit zwischen Trainer und Athleten und Antriebskräfte für weitere Erfolge.

Seit jeher verbinde ich Baden-Württemberg mit einem sportlichen, innovativen und lebenswerten Bundesland und die Region Freiburg mit optimalen Trainingsbedingungen für zahlreiche Sportarten und einer hohen Lebensqualität. Daher fiel es mir nicht ganz so schwer nach zwölf Jahren in München den Wohnort zu wechseln und für eine neue Herausforderung nach Freiburg zu ziehen. Gemeinsam mit Johannes Gesell werde ich versuchen die erfolgreiche Arbeit im BWTV fortzusetzen und die weiteren Grundsteine für unser großes Ziel, einen Bundesnachwuchsstützpunkt in Freiburg zu installieren, zu legen.

Dan Lorang

QUALITÄT IN DEN VEREINEN ALS BASIS FÜR DEN STÜTZPUNKT

Es hat sich einiges verändert seit der letzten Saison. Nach mehreren erfolgreichen Jahren verließ Lubos Bilek den BWTV als Landestrainer. Ab Dezember übernahmen Johannes Gesell und Dan Lorang die Landestrainertätigkeiten und werden den BWTV weiter auf Erfolgskurs halten. Neu an der Konstellation ist auch, dass beide Landestrainer sich um den Landesstützpunkt in Freiburg kümmern.

Einige fragen sich sicherlich, ob es wirklich notwendig ist, dass beide Landestrainer in Freiburg sind und was jetzt aus dem Rest Baden-Württembergs wird? Jetzt wo beide Trainer im südwestlichsten Zipfel des „Ländle" sitzen und vom Rest nichts mehr mitbekommen. Auf diese Frage gibt es nur eine richtige Antwort: ja, es ist gut, dass beide Trainer in Freiburg sind! Das hat mehrere Gründe. Der wichtigste Grund ist das Ziel als Bundesnachwuchsstützpunkt anerkannt zu werden. Dafür müssen wir alle Ressourcen vor Ort in Freiburg bündeln, um ein perfektes Trainingsumfeld zu schaffen und so den Athleten beste Bedingungen bieten zu können. Daher wurde auch die Leistungsdiagnostik, die jahrelang an der Sportmedizin der Uniklinik Ulm stattfand (ein Dankeschön an dieser Stelle an Professor Steinacker für die tolle Unterstützung), nach Freiburg verlegt, um so alles vor Ort und in einer Hand zu wissen.

Ein erfolgreicher Stützpunkt Freiburg ist auf die hohe Qualität der Arbeit der Vereine und auf eine gute Kommunikation mit den Heimtrainern in ganz Baden-Württemberg angewiesen. Daher werden beide Trainer in den regelmäßigen Austausch mit den Talentfördergruppen und Nachwuchsvereinen treten, um so den Leistungssport in ganz Baden-Württemberg voran zu bringen. Dies soll vor allem durch regelmäßige Treffen aller TFG-Leiter und Nachwuchstrainer bei den Jugendveranstaltungen des BWTV umgesetzt werden. Dort sind alle Trainer vor Ort und gleichzeitig zeigen die Nachwuchshoffnungen ihr Können – wir schlagen also zwei Fliegen mit einer Klappe! Und wo hat man eine bessere Plattform als bei den Nachwuchscups, um direkt mit den Trainern zu diskutieren und ins Gespräch zu kommen?

In Zukunft werden sich also beide Landestrainer um den Stützpunkt Freiburg und um die Kaderathleten kümmern. Für die großen Trainingslager bedeutet dies, dass Dan Lorang mit dem D-Kader und Johannes Gesell mit dem E-Kader unterwegs sein werden. Während der Saison wollen aber beide Trainer für beide Kader da sein, um allen Athleten auch die bestmögliche Förderung zukommen zu lassen und das Ziel für die Saison 2012, den ersten Platz in der Länderwertung, wieder zu erreichen.

Dan Lorang, Johannes Gesell

DER BWTV KADER 2012 / TERMINE

BUNDESKADER
Svenja Bazlen (VfL Waiblingen)
Ann-Cathrin Frick (TV Mengen)
Anja Knapp (SG Dettingen/Erms)
Hanna Philippin (VfL Sindelfingen)
Daniel Unger (TV Mengen)

LANDESKADER D-U23
Johannes Hitzler (TV Mengen)
Veit Hönle (TV Mengen)
Yves Zilian (AST Süßen)

LANDESKADER D/C
Uli Hagmann (TV Mengen)
Laura Sprißler (TV Mengen)
Sarah Wilm (TV Mengen)

LANDESKADER D
Dominic Ehinlanwo (VfL Pfullingen)
Max Fetzer (TV Mengen)
Timo Hackenjos (SV Kirchzarten)
Katharina Heid (VfL Pfullingen)
Hannes Lang (TV Bretten)
Mathias Niekrenz (NSU Triathlon)
Lea Pröll (TV Bretten)
Kirsi Schmidt (Nonplusultra Esslingen)
Daniel Schneider (DAV Ravensburg)
Daniel Spitzer (TSCH Langenau)
Svenja Staehr (TV Mengen)
Valentin Wernz (Tuttlinger Sportfreunde)

LANDESKADER E
Isabell Bleile (TV Mengen)
Laura Briemle (TV Mengen)
Maren Brodbeck (SG Dettingen/Erms)
Moritz Engenhart (TV Mengen)
Lennart Faller (Tri-Team Freiburg)
Anja Fischer (TV Mengen)
Bente Fischer (NSU Triathlon)
Michael Haas (VfL Pfullingen)
Lena Hackenjos (SV Kirchzarten)
Marcel Langjahr (Tri-Team Heuchelberg)
Olga Männer (TSCH Langenau)
Lara Riegger (TV Mengen)
Jil Schäfer (SG Poseidon Eppelheim)
Jannik Schaufler (DAV Ravensburg)
Fabian Schneider (TV Mengen)
Jakob Urbez (AST Süßen)

KADER SAISONPLANUNG 2011 / 2012			
2011			
Eröffnungslehrgang	Tailfingen	28. – 30.10.	alle
Leistungsdiagnostik	Freiburg	06. – 15.12.	alle
Wochenendlehrgang	Tailfingen	02. – 04.12.	E-Kader
Wochenendlehrgang	Tailfingen	09. – 11.12.	D-Kader
2012			
Trainingslager	Fiesch (CH)	02. – 09.01.	D-Kader
Wochenendlehrgang	Steinbach	27. – 29.01.	E-Kader
Trainingslager	Fuerteventura	16. – 25.02.	Jun + U23-Kader
Wochenendlehrgang	Feuchtwangen	17. – 20.02.	Jug A + Jug B (Kader)
EM Quali	Saarbrücken	17.03.	D-Kader
Leistungsdiagnostik	Freiburg	20. – 22.03.	D-Kader
Ostertrainingslager	Mallorca	01. – 13.04.	D + U23-Kader
Ostertrainingslager	Heuweiler	01.-08.04.	E-Kader
JLV / DTU CUP	Halle	19.05.	E + D-Kader
Pfingsttrainingslager	Steinbach	28.05. – 03.06.	E + D-Kader
DTU Cup	Kraichgau	09.06.	D-Kader
DTU Cup	Düsseldorf	08.07.	D-Kader
DMJ	Grimma	14. + 15.07.	E + D Kader

VERBANDSSPONSOREN

„Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause“

Marktführer rund um die Wohnimmobilie und Ihr kompetenter Partner in allen Fragen zum Thema Modernisieren, Bausparen und Baufinanzierung sowie Altersvorsorge – die Landesbausparkasse steht Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite. Gemeinsam mit der Sparkasse bringt die LBS die meisten Menschen in die eigenen vier Wände und erfüllt so vielen Miethaushalten den Traum vom eigenen Heim.

Als öffentlich-rechtliches Unternehmen unterstützt die LBS Baden-Württemberg gerne seit über 30 Jahren den Jugend- und Breitensport. Unter dem Dach des LBS Cup wurden in enger Kooperation mit den baden-württembergischen Sportfachverbänden erfolgreiche Wettkampfkonzepte entwickelt, die jungen Talenten den Sprung in den Spitzensport und Freizeitsportlern den Spaß am Sport ermöglichen. In 9 Sportarten kämpfen jedes Jahr 70.000 Sportlerinnen und Sportler in 400 Veranstaltungen um den Titel.

1,5 Kilometer Schwimmer, 40 Kilometer Radfahren und 10 Kilometer Laufen – das sind die Anforderungen der Kurzstrecke bei Olympia und auch bei der LBS Cup Triathlon Liga. Damit gehört die LBS Cup Triathlon Liga zu einer der anspruchsvollsten Disziplinen rund um den LBS Cup und spricht nicht nur Einsteiger und Nachwuchstalente, sondern auch Spitzensportler an.

Haben Sie weitere Fragen zur Sportförderung der LBS Baden-Württemberg?

Wir freuen uns von Ihnen zu hören:

LBS Baden-Württemberg
Tel. 0711. 183 2109 /// LBS-Cup@LBS-BW.de
www.LBS-Cup.de /// Nadine.Kruemmel@LBS-BW.de
Jägerstraße 36 /// 70174 Stuttgart
Postfach 10 60 28 /// 70049 Stuttgart

magic-sportfood.de – Spezialist für Sporternährung im Ausdauerbereich

Wer im Triathlon die optimale Leistung bringen möchte, muss sich richtig ernähren. Das gilt im Wettkampf und auch in der Vorbereitung – bis zu 15 % Leistungssteigerung sind bei richtiger Ernährung möglich.

magic-sportfood.de engagiert sich sehr stark und europaweit im Triathlon. Steffen Mayer, Geschäftsführer von magic-sportfood.de, ist mit Leib und Seele Triathlet. Sein Motto „Vom Sportler, für den Sportler“. So gehören nicht nur Profi-Athleten wie Timo Bracht, Daniel Unger, Sandra Wallenhorst oder Luke Dragstra zu seinen Referenzen, sondern auch das Sponsoring großer Triathlons. Bei den Challenges Roth, Kraichgau, France, Copenhagen und Walchsee übernimmt er in Kooperation mit High5 die Verpflegung. Desweiteren ist magic-sportfood.de Partner-Shop von triathlonszene.de.

Langjährige Erfahrungen sorgen für ein umfangreiches Angebot im Ausdauerbereich. Über 2.000 Produkte vieler Marken (PowerBar, High5, Sponser, Ultra Sports, Squeezy uvm.) gehören zum großen Bestell-Sortiment. Der Shop bietet Sportlern die Möglichkeit sich individuell im Bereich Ernährung, Bekleidung und Equipment optimal zu versorgen und vorzubereiten.

Profi-Athleten hautnah im News-Blog www.magicsport-blog.de! Timo Bracht, Sebastian Kienle oder Thomas Hellriegel uvm. berichten aus ihrem Sportler-Alltag.
www.magic-sportfood.de

Magic OnlinePower
Wilhelmstraße 23 /// 74564 Crailsheim
Tel. 07951. 942850 /// Fax 07951. 942851
info@magic-sportfood.de

Schneller schwimmen mit blueseventy

blueseventy ist seit 20 Jahren ein fester Bestandteil des Triathlonsports. Wir verstehen sehr gut, was einem Athleten durch den Kopf geht, wenn er den Strand entlang geht und den Horizont und das Wasser vor sich sieht. Ein Gefühl, das einen ehrfurchtsvoll erschaudern lässt.
Genau diese Leidenschaft ist der Kern von blueseventy. Wir unterstützen Events auf der ganzen Welt, von kleinen lokalen Schwimmveranstaltungen bis hin zu den „großen" IRONMAN-Rennen. Außerdem werden zahlreiche Sportler von uns gesponsert – Weltklasse-Athleten, Schwimmtrainer, Vereine, und „Jedermänner". Nicht nur die sportliche Leistung zählt dabei, sondern auch die Einstellung zum Triathlonsport im Allgemeinen, und zum Schwimmen im Speziellen. Auch die meisten unserer Mitarbeiter sind in irgendeiner Form mit dem Sport verbunden.
Dabei bleibt unsere Produkt-Philosophie einfach. Wir wollen dem Schwimmer ermöglichen, sein Potenzial möglichst komplett auszuschöpfen, und das erreichen wir, indem wir da innovativ sind, wo es kein anderer ist. Mit dem pointzero3 und dem Nachfolger, dem pz3TX, haben wir seit 2006 bei unzähligen Einsätzen eindrucksvoll gezeigt, was beim Schwimmen noch möglich ist.
Die Weiterentwicklungen, erst der nero und dann der neroTX, beweisen unsere Kompetenz im Pool- und Open Water-Schwimmen. Die bisher einzige Schwimmbrille der Welt, die aus Carbon gefertigt wird, kommt von blueseventy. Das alles sind Gründe, warum die besten Schwimmer der Welt, aber auch unzählige Altersklassenathleten, blueseventy-Produkte nutzen.

The world is swimming faster in blueseventy.
Mehr Infos, inklusive Blog und Händlerlisten:
www.becker-distribution.com
facebook.com/blueseventy.de

Vertrieb Europa:
Becker Distributions GmbH
Innstraße 16 /// 68199 Mannheim
Tel. +49(0)621. 8325489 /// Fax +49(0)621. 8325493
info@becker-distribution.com

me2-sports.de – hochwertige Funktionsbekleidung für Ausdauersportler

Seit zwei Jahren starten die Kaderathletinnen und –athleten des Baden-Württembergischen Triathlonverbands erfolgreich in Bekleidung von me2 sports. Als junge, aufstrebende Marke war dieses Engagement eine echte Herausforderung, die wir gerne angenommen haben.
Mit dem Jahr 2012 werden wir einen weiteren großen Schritt tun: die zweite Kollektion von me2 sports mit Namen „ROTONDO" kommt auf dem Markt.
Weiterhin setzen wir auf hochwertige Qualitätsprodukte zu maßvollen Preisen – Gutes muss also nicht immer teuer sein. Neben dem hohen Qualitätsstandard wird aber auch das Sortiment erweitert. Wie immer bei me2 sports orientieren wir uns an den Wünschen unserer Kunden, die uns in den vergangenen zwei Jahren viele Anregungen zukommen ließen. Mit der Kollektion ROTONDO konnten wir vieles davon umsetzen.
Die me2-Kollektion wird auch weiterhin an ihrem frischen Design erkennbar sein, ebenso die Art und Weise des Vertriebs. Wir setzen auf Direktvertrieb, d.h. sie können unsere Produkte an unseren Verkaufsständen bei zahlreichen Veranstaltungen beziehen oder direkt über unseren Online-Shop „take-me2.de". So können wir auch in Zukunft attraktive Preise für unsere hochwertigen Produkte sicherstellen. Besonderen Wert legen wir auf höchste Flexibilität. Im Rahmen unseres Vereinsservice sind individuelle Aufdrucke von Vereinslogos und Sponsoren möglich bis hin zu einer individuellen Farbwahl.
Wer gerne über die Aktivitäten von me2 sports auf dem Laufenden sein möchte, laden wir gerne ein, Fan auf unserer Facebook-Seite me2 sports zu werden.

Wir freuen uns auf ein erfolgreiches, gemeinsames Jahr 2012.

Infos & Vertrieb:
multisportsnetwork GmbH
me2 sports
Hinterhagstraße 50 /// 71134 Aidlingen
Tel. 07034-649951 /// Fax 07034-649955
info@me2-sports.de /// www.me2-sports.de

CASCO Schutzhelme GmbH – wir über uns

Die CASCO Schutzhelme GmbH ist Europas führender Hersteller von Schutzhelmen.
Das in Bretnig, 20 Kilometer vom Dresdner Flughafen ansässige Unternehmen verfügt über modernste Entwicklungs- und Fertigungseinrichtungen mit einer jährlichen Ausbringung von knapp 900.000 Helmen. Das Produktprogramm des Unternehmens umfasst Schutzhelme für die Einsatzbereiche Rad- und Skatesport, Reitsport, Arbeitsschutz, Feuerwehr, Polizei und Technische Hilfsdienste sowie Wildwasser-, Berg-, und Flugsport. Qualifizierte Mitarbeiter, innovative Fertigungstechniken und eine Überwachung durch das hauseigene Prüflabor sichern die gleichbleibend hohe Qualität der Produkte.
Natürlich steht bei Schutzhelmen die Sicherheit im Vordergrund. Deshalb hat CASCO eine eigene, über 100.000 Euro teure Prüfanlage installiert, die Sicherheitsprüfungen nach allen bestehenden Normen durchführen kann.
Sicherheit, Funktionalität, Komfort und Design werden im Hause CASCO perfekt vereint. Daran haben die „Anwender" großen Anteil, denn zu denen gehören so erfahrene Sportler wie die Reiterlegende Hugo Simon und der zweifache Rad-Olympiasieger Jens Fiedler, die ihr gesamtes Know-how einbringen.

CASCO Schutzhelme GmbH
Gewerbering Süd 11 /// 01900 Bretnig
www.casco-helme.de

SKINS – Sportkompression für höchste Ansprüche

Was im Leistungssport längst zur Grundausstattung gehört überzeugt auch immer mehr Freizeitsportler: Kompressionsbekleidung im Training und zur Regeneration.
SKINS, Pioneer in Sachen Kompressionsbekleidung, nutzt die Vorteile medizinischer Kompression, angepasst an die speziellen Anforderungen von Ausdauersportlern.
Ob Triathlet, Läufer oder Radfahrer, Einzel- oder Teamsportler, Freizeitsportler oder Spitzenathlet: Die gradiente Kompression sorgt für das richtige Maß an Druck an der richtigen Körperstelle. Das Resultat: eine erhöhte Blutzirkulation und die damit verbesserte Sauerstoffversorgung der aktiven Muskeln ermöglicht längeres, härteres und damit effektiveres Training. Ein zusätzliches Plus ist der schnellere Laktatabbau und damit eine verbesserte Regeneration – gemäß dem Motto „nach dem Wettkampf ist vor dem Wettkampf".
Speziell auf die Anforderungen von Triathleten abgestimmt ist die SKINS TRI400-Linie: Minimaler Wasserwiderstand, perfekter Sitz und kaum Reibung in allen Disziplinen. Dynamisch, gradiente Kompression – mit der innovativen TRI400-Serie setzt SKINS neue Maßstäbe in Sachen Kompression für Triathleten: 400 präzise, erstmals an aktiven Athleten bestimmte Schlüsselpunkte für die optimale Kompressionswirkung, bis zu fünf verschiedene hochwertige Materialien, einzigartige Verwebung und eine optimierte Schnittführung machen diese Serie zum „Nonplusultra" für ambitionierte Triathleten. SKINS stützt sich auf zahlreiche unabhängige Studien medizinischer Fachmagazine.
Für Frauen bietet SKINS 2012 eine völlig neuartige TRI400-Linie: hochwertigste Materialien, besonderer Tragekomfort, integrierter BH. Der neue TRI400-Suit für Männer überzeugt mit einem Reißverschluss am Rücken.
Auch die Athleten des Baden-Württembergischen Triathlonverbandes tragen SKINS. Uli Hagmann, Kadersprecher des BWTV, über Skins: „Wir profitieren seit drei Jahren von den Vorzügen der SKINS-Produkte. SKINS Recovery ist sehr beliebt in der Regenerationsphase und SKINS Shorts Sleeve top und half Tights sind für uns ideal zum Trainieren."

Weitere Infos: www.skins.net

Die Kaderathleten des BWTV bedanken sich bei allen Sponsoren für die Unterstützung

FASZINATION TRIATHLON

Platz 1: Marco Müller – Splash

Platz 2: Marco Müller – Sundance

Fotowettbewerb TRIATHLONSOMMER 2011

Da es in 2011 keine Gala gab, wählten die Teilnehmer des BWTV Verbandstages die schönsten Fotos des Wettbewerbs „Triathlonsommer 2011". Die meisten Stimmen erhielt das Foto **„Splash" von Marco Müller**. Auf den zweiten Platz kam ein weiteres Foto von Marco, **„Sundance"**, auf Platz drei wählten die Verbandstagsteilnehmer das Foto **„Auf geht's" von Werner Staehr**.

Die Sieger des wie jedes Jahr von Reimund Mager initiierten Wettbewerbs erhielten tolle Preise: Drei hochwertige Produktpakete von Ultrasports, eine Reisetasche von blueseventy, ein Compression-Shirt von Skins und eine Radbrille von Casco.

Platz 3: Werner Staehr – Auf geht's

Platz 4: Ka Lam Lee – Schwimmen

Platz 5: Marco Müller – Vom Jubel getragen

Platz 6: Bernd Walter – Ganz konzentriert

TRIATHLON LIVE ERLEBEN

TRADITIONELLE WETTKÄMPFE UND AUSSERGEWÖHNLICHE HIGHLIGHTS

BaWü Meisterschaften und besondere Wettkämpfe

Im Jahr 2012 stehen aus Triathletensicht neben dem Ironman auf Hawaii am 13.10. die Rennen in London um die Olympischen Medaillen (04.08. Frauen, 07.08. Männer) im Mittelpunkt des Interesses.

Aber auch in Baden-Württemberg gibt es wieder über 50 interessante und spannende Wettkämpfe. Die Landesmeister im Triathlon über die olympische Distanz werden dieses Jahr am 14.07. im Rahmen des Schluchsee-Triathlons gemeinsam mit der Liga ermittelt. Wer es länger mag kann am 19.08. an den Meisterschaften über die Mitteldistanz in Malterdingen im Breisgau teilnehmen. Kurz vor Saisonschluss werden am 08.09. die schnellsten Baden-Württemberger im Swim&Run im Winnender Wunnebad ermittelt. Und beim Eichelbergman am 06.10. messen sich nicht nur die besten Crosstriathleten aus dem Land sondern aus ganz Deutschland, da dort auch die Deutschen Meisterschaften stattfinden. Eine weitere nationale Meisterschaft findet gleich zu Beginn der Saison in Murr statt, wenn dort am 22.04. die besten Nachwuchsduathleten aus Deutschland antreten.

Auf drei Wettkampfpremieren dürfen sich die Triathletinnen und Triathleten im Land freuen. In **Donaueschingen** wird am 15.07. ein klassischer Triathlon veranstaltet, im Angebot sind olympische Distanz, Volksdistanz sowie ein Staffelwettbewerb und Rennen für Schüler und Jugendliche. Der **1. Backnanger Citytriathlon** am 02.09. wartet mit einem besonderen Rennkonzept auf: nach dem Schwimmen im Freibad ist eine Pause, danach werden mittels Jagdstart-Rennen in der Innenstadt Sieger und Platzierte ermittelt. Die **5Star-Challenge** findet vom 28. bis 30.09. statt, was schon von der Dauer auf einen außergewöhnlichen Wettkampf schließen lässt. Ganz in der Tradition der Top4Tour, die in den 90er-Jahren für Furore sorgte, veranstalten die Organisatoren der 5Star-Challenge ein Etappenrennen für Teams, bestehend aus unterschiedlichen Schwimm-, Radfahr- und Laufwettbewerben.

Schließlich gilt es 2012 noch zwei Veranstaltungsjubilare zu feiern: sowohl der **Calwer ENCW Triathlon** am 05.05. als auch der **Sägetriathlon** in Bad Saulgau am 25. und 26.08. finden zum 25. Mal statt. Der BWTV gratuliert ganz herzlich und wünscht diesen und allen anderen Wettbewerben einen guten und unfallfreien Verlauf sowie nicht zuletzt schönes Wetter.

Peter Mayerlen Bernd Fischer, Marco Müller

LembergRace

09. September 2012

Mountain-Bike-Rennen
Jugend - Einzel - Teams
www.lembergrace.de

COBBLE HOPPEL
KURIOS · HERB · FRÖHLICH
Bergsprint-Radrennen
Schillerstadt Marbach

03. Oktober 2012

www.cobblehoppel.de

FLEXIBILITÄT UND KREATIVITÄT ALS ERFOLGSGEHEIMNIS

Cool Down nach dem Rennen

Kurz vor dem Ziel

Wettkampfbesprechung anno 1987

MEHR ALS 120 EHRENAMTLICHE HELFER MACHEN EINEN REIBUNGSLOSEN ABLAUF ÜBERHAUPT ERST MÖGLICH. ALLE ABLÄUFE BEI START UND ZIEL SIND PERFEKT SYNCHRONISIERT, UND ÜBERHAUPT KÖNNTE DIE ORGANISATION NICHT BESSER SEIN.

Der Triathlon des TuS Großweier feierte 2011 sein 25-jähriges Jubiläum. Nur zwei andere Veranstaltungen in ganz Baden-Württemberg können auf mehr als 25 Jahre Tradition zurück blicken. Wie schafft es ein 1400-Seelen Dorf, ein mittlerweile auch überregional so bedeutendes Sportevent zu etablieren?

Die Macher sind Clemens Leutner, Achim Bartz und Hans Fuchs. Leutner war es, der 1987 den ersten Wettbewerb organisierte. Seine Begeisterung übertrug sich schnell auf andere Mitglieder, Freunde und Bekannte. 1989 gab es bereits genau vermessene Strecken, Verpflegungsstationen und die ersten Radständer. Die Tageszeitung berichtete von dem Event. Um die lange Winterzeit überbrücken zu können, rief der Verein 1993 den „Dreikönigslauf" (10 km) ins Leben. Eine perfekte Gelegenheit, die immer größer werdende Laufgemeinschaft an sich zu binden und für die eigene Sache Werbung zu betreiben. Neue Triathleten waren gewonnen.
Als der Verein 1996 sein 75-jähriges Bestehen feierte, verdoppelten die Initiatoren ihre Bemühungen. Es wurden Finisher-Shirts gedruckt. Die zahllosen Helfer auf und entlang der Strecke waren jetzt einheitlich ausgestattet. Man intensivierte die Öffentlichkeitsarbeit, so dass sich nun der Andrang von außerhalb auch in den Teilnehmerzahlen widerspiegelte (125).

Mit der Etablierung der neuen Medien ging dann noch einmal ein Ruck durch die Teilnehmerzahl, die mit mittlerweile 330 Triathleten alle Kapazitäten voll ausschöpft. Die Sportler werden in drei Startgruppen zu je 110 ins Rennen geschickt, um das Event logistisch stemmen zu können. Mehr als 120 ehrenamtliche Helfer machen einen reibungslosen Ablauf überhaupt erst möglich. Alle Abläufe bei Start und Ziel sind perfekt synchronisiert, und überhaupt könnte die Organisation nicht besser sein. Neben dem Zugpferd Triathlon mit seinen unzähligen Altersgruppen hat sich seit 2007 auch ein Team-Wettbewerb etabliert. Gerade diese Staffel-Wertung brachte einen zusätzlichen Schub an Teilnehmern und Zuschauern entlang der Rennstrecke. Ein absolutes „Schmankerl" des Events ist übrigens die Kombinationswertung aus Triathlon und Dreikönigslauf, der sogenannte „Großweierer Hero", der seit drei Jahren vergeben wird und die Kreativität der Veranstalter untermalt, die immerzu nach neuen Ideen suchen.

Es ist diese Flexibilität und die Bereitschaft für Neuerungen, die das Event weiter boomen lassen. Für kommendes Jahr ist ein „Bike & Run" geplant. Die Streckenführung beim Triathlon wird fortwährend optimiert. Die Idee, den Laufparcours in zwei Runden an der Schlossfeldhalle vorbei zu führen, war ein Geniestreich, wie der Zuschaueransturm im letzten Jahr bestätigt. Die Kooperation mit LeWantzenau im Rahmen des Eurodistrikts Straßburg-Ortenau und mit anderen Triathlon-Vereinen in der Region sorgt Jahr für Jahr für eine sportlich hochkarätige Veranstaltung. Die Tatsache, dass die Startgebühren minimal geblieben sind und sich Großweier die gewohnt familiäre Atmosphäre bewahrt hat, macht den Erfolg dieser Triathlon-Veranstaltung in einer Zeit zunehmender Kommerzialisierung umso bemerkenswerter.

Infos zum Triathlon in Großweier im Web:
www.tus-grossweier.de/triathlon.html

Sebastian Dumitru TuS Großweier

DATUM	NAME	VERANSTALTUNGSORT	WEBSEITE	ANSPRECHPARTNER / MAIL	TYP	DISTANZEN
28.01.2012	**Dirty Race**	Murr	www.dirtyrace.de	info@3komma8.de	Duathlon	
24.03.2012	**Swim&Run Neckarsulm** LBS NC	Neckarsulm	www.nsu-triathlon.de	lothar.edelmann@nsu-triathlon.de	Swim&Run	VD /// Schüler/Jugend
22.04.2012	**19. Pfaffenweiler Crossduathlon**	Pfaffenweiler	www.werde-waldmeister.de	info@werde-waldmeister.de	Duathlon	Staffel /// VD
22.04.2012	**Murr Duathlon** LBS NC DM + BaWü	Murr	www.3komma8.de	achim@3komma8.de	Duathlon	Schüler/Jugend
28.04.2012	**Sport Dietsche Swim&Run** LBS NC	Mengen	www.mengens-triathleten.de	stefanwaltraud.vollmer@t-online.de	Swim&Run	Schüler/Jugend /// VD
05.05.2012	**25. Calwer ENCW Triathlon**	Calw	www.tsv-calw.de	raceoffice@triathlon-calw.de	Triathlon	Sprint /// Staffel /// Schüler/Jugend
06.05.2012	**4. Remchinger Crosstriathlon**	Remchingen	www.trt-remchingen.de	trtinfo@gmx.de	Crosstriathlon	VD /// Staffel /// Schüler/Jugend
12.05.2012	**6. Kinder und Jugendtriathlon** LBS NC	Buchen	www.TSV-Buchen.de	mmpeschel@web.de	Triathlon	VD /// Schüler/Jugend
13.05.2012	**MZ3athlon**	Steinheim	www.mz3athlon.de	info@3komma8.de	Triathlon	VD /// Schüler/Jugend
13.05.2012	**Waiblinger Triathlon** Liga	Waiblingen	www.waiblinger-triathlon.de	triathlon@vfl-waiblingen.de	Triathlon	VD /// Schüler/Jugend
13.05.2012	**18. Nachwuchs-Crosstriathlon**	Kirchzarten	www.nachwuchs-crosstriathlon.de	ch.molz@t-online.de	Crosstriathlon	Schüler/Jugend
20.05.2012	**Heideseetriathlon** Liga	Forst	www.tvforst-triathlon.de	andrea.prestel@t-online.de	Triathlon	VD /// OD
19. + 20.05.2012	**Sparkassen Triathlon**	Rheinfelden	www.rheinfelden-triathlon.de	info@naturenergie-triathlon.de	Triathlon	VD /// OD /// MD /// Schüler/Jugend
9. + 10.06.2012	**Challenge Kraichgau**	Kraichgau	www.challenge-kraichgau.com	info@challenge-kraichgau.com	Triathlon	OD /// MD /// Schüler/Jugend
10.06.2012	**Rigolator**	Riegel	www.tvriegel.com	sh.schneider@t-online.de	Triathlon	VD
17.06.2012	**24. Stausee Triathlon** Liga	Schömberg	www.leichtathletik.tgschoemberg.de	w.schempp@gmx.de	Triathlon	OD
16.06.2012	**Dupli-Color-Neckarfährle-Triathlon**	Haßmersheim	www.dupli-color-triathlon.de	info@dupli-color-triathlon.de	Triathlon	VD
23.06.2012	**Schopfheimer Triathlon** LBS NC	Schopfheim	www.tsch-langenau.de	klemmtriathleten@aol.com	Triathlon	VD /// Schüler/Jugend
24.06.2012	**Team-Sprint-Triathlon**	Heitersheim	www.triteam-tvheitersheim.de		Triathlon	Teamstaffel
24.06.2012	**3. Sparkassen City-Triathlon Heilbronn**	Heilbronn	www.citytriathlon-heilbronn.de	info@citytriathlon-heilbronn.de	Triathlon	VD /// OD /// MD
24.06.2012	**26. Großweierer Volkstriathlon**	Großweier	www.tusgroßweier.de	clemens.leutner@t-online.de	Triathlon	VD
29.06.2012	**2. Dettinger Ermstal Swim&Run**	Dettingen/E.	www.sg-dettingen.de	za@dralber.de	Triathlon	VD /// Schüler/Jugend
01.07.2012	**16. Erbacher Triathlon** Liga	Erbach	www.erbacher-triathlon.de	Erbacher-Triathlon@arcor.de	Triathlon	VD /// OD
01.07.2012	**26. Eglofser Moorbad-Triathlon**	Eglofs	www.sv-eglofs.de	triathlon@sv-eglofs.de	Triathlon	VD /// Staffel /// Schüler/Jugend
01.07.2012	**Mannheimer L&S Junior Triathlon 2012**	Mannheim	www.soprema-team-svm.de	wtraub@gmx.de	Triathlon	Schüler/Jugend
07.07.2012	**28. Welzheimer Triathlon**	Welzheim	www.welzheimer-triathlon.de	j.u.d.schultheiss@freenet.de	Triathlon	VD
07.07.2012	**8. Künzelsauer Jedermann S&R**	Künzelsau	www.tsv-kuenzelsau.de	joerg.hofacker@googlemail.com	Swim&Run	VD
07.07.2012	**Zaberfeld Triathlon** LBS NC	Zaberfeld	www.triteamheuchelberg.de	hermann.utz@triteamheuchelberg.de	Triathlon	VD /// OD /// Schüler/Jugend
08.07.2012	**20. Stutensee Triathlon**	Blankenloch	www.tsg-blankenloch.de	heinz.beierstdorf@gmx.net	Triathlon	VD
14.07.2012	**Schluchsee-Triathlon** Liga + BaWü	Schluchsee	www.triathlon-schluchsee.de	info@haus-hug.de	Triathlon	OD
14.07.2012	**8. Waldenburger Kinder-Cross-Duathlon**	Waldenburg	www.tsg-waldenburg.de	christa.leipersberger@t-online.de	Crossduathlon	Schüler/Jugend
15.07.2012	**23. Waldenburger Ziehl-Abegg-Triathlon**	Waldenburg	www.tsg-waldenburg.de	oberst-bach@web.de	Triathlon	VD
15.07.2012	**23. Ebenweiler Volkstriathlon**	Ebenweiler	www.ironmanli.de	gerhard@zirn.de	Triathlon	VD /// OD
15.07.2012	**Triathlon Donaueschingen**	Donaueschingen	www.first-wave.info	claudius.pyrlik@first-wave.info	Triathlon	VD /// OD /// Staffel /// Schüler/Jugend
21.07.2012	**Römerman**	Ladenburg	www.roemerman.de	jhilberath@tycoint.com	Triathlon	Fitness /// VD /// OD /// Schüler/Jugend
22.07.2012	**11. Mannheimer Swim And Run**	Mannheim	www.mannheimer-swimandrun.de	soeren.laub@mannheimer-swimandrun.de	Swim&Run	VD /// Staffel
22.07.2012	**17. Freiburger Triathlon**	Freiburg	www.triteamfreiburg.de	michael.bock@axa.de	Triathlon	VD /// OD
22.07.2012	**Schramberger Kinder- und Jugendtriathlon**	Schramberger	www.tria-schramberg.de	jochen.hutt@web.de	Triathlon	Schüler/Jugend
29.07.2012	**Heidelbergman**	Heidelberg	www.heidelbergman.de	thomas.moellers@znf.uni-heidelberg.de	Triathlon	OD /// Staffel
29.07.2012	**28. Jedermann-Triathlon**	Ilshofen	www.tsv-ilshofen.de	klaus.stier@tsv-ilshofen.de	Triathlon	VD
04.08.2012	**27. Ravensburger Triathlon**	Ravensburg	www.ravensburger-triathlon.de	TSB.Ravensburg@t-online.de	Triathlon	VD /// OD /// Schüler/Jugend
05.08.2012	**Summertime Triathlon**	Karlsdorf-Neuth.	www.summertime-triathlon.de	info@summertime-triathlon.de	Triathlon	VD /// OD
19.08.2012	**22. Breisgau-Triathlon** BaWü	Malterdingen	www.Breisgau-Triathlon.de	triathlonreichert@gmx.de	Triathlon	VD /// MD
25. + 26.08.2012	**25. Sägetriathlon**	Bad Saulgau	www.triathlon-badsaulgau.de			VD /// Schnupper /// Staffel /// Schüler/Jugend
26.08.2012	**Kaiserstuhl Triathlon**	Ihringen	www.Tri-team-kaiserstuhl.de	andreas.gutknecht@triteam-kaiserstuhl.de	Triathlon	VD
02.09.2012	**1. Backnanger City Triathlon**	Backnang	www.triaclubbacknang.de	simon-schlichenmaier@arcor.de	Triathlon	VD
02.09.2012	**19. Eberbacher Sprint- und Jedermanntriathlon**	Eberbach	www.triathlon-eberbach.de		Triathlon	VD
08.09.2012	**27. Stockacher Triathlon**	Stockach	www.skizunft-stockach.de		Triathlon	VD /// OD /// Staffel /// Schülerstaffel
08.09.2012	**Wunnebad Swim&Run** BaWü	Winnenden	www.wunnebad-swim-run.de	triathlon@vfl-waiblingen.de	Swim&Run	VD /// KD /// Staffel /// Schüler/Jugend
16.09.2012	**20. Kornwestheimer Triathlon**	Kornwestheim	www.szk-triathlon.de	abteilung@szk-triathlon.de	Triathlon	VD /// Staffel /// Schüler/Jugend
28. + 29. + 30.09.2012	**5star-Challenge**	Bad Dürrheim	www.5star-challenge.de	event@funactiv.de	Etappenevent	Etappenrennen
29.09.2012	**Maulburger Swim&Run Tag**	Maulburg	www.tsch-langenau.de	klemmtriathleten@aol.com	Swim&Run	VD /// Staffel /// Schüler/Jugend
06.10.2012	**Eichelbergman Cross-Duathlon**	Östringen	www.eichelbergman.com	rotbrador@web.de	Crossduathlon	VD
06.10.2012	**10. Hürbener Cross Duathlon**	Hürben	www.TV-Huerben.de	Huerbenduathlon@TV-Huerben.de	Crossduathlon	VD

TERMINE 2012

BaWü Baden-Württembergische Meisterschaften

NC LBS Cup Triathlon Nachwuchs

KD = Kurzdistanz /// MD = Mitteldistanz /// OD = Olympische Distanz /// VD = Volksdistanz

5STAR-CHALLENGE: NEUES MEGA-EVENT ZUM SAISONENDE

ÜBER 12.000,- EURO PREISGELD UND HOCHKARÄTIGE SACHPREISE

Ein Ort, drei Tage, sechs Etappen – die 5Star-Challenge in Bad Dürrheim vom 28. bis 30. September 2012 wartet zum Saisonende mit im Triathlon einzigartigen Highlights auf, wie zum Beispiel einem Zeitfahren im Stile der großen Radklassiker mit Start von einer Rampe. Neben dem Einzelzeitfahren setzt sich die 5Star-Challenge, powered by Profile Design, noch aus einem Einzel- und einem Team-Verfolgungslauf, einem Schwimmen sowie zwei Rad-Etappen des Jedermann-Radsport-Klassikers RiderMan zusammen. Im Mittelpunkt des Events steht die Teamwertung resultierend aus der Addition der Etappen-Einzelzeiten der Teammitglieder. Und als Bonbon winken in verschiedenen Kategorien insgesamt über 12.000,– Euro Preisgeld sowie Sachpreise mit einem Wert von über 10.000,– Euro.
Das von einem Team, bestehend aus drei Agenturen, ins Leben gerufene Event beginnt am Freitag, 28. September 2012, mit einem Einzelzeitfahren über 16 km gegen die Uhr ohne Windschattenfahren. Gestartet wird wie bei den Zeitfahren der großen Radklassiker von einer Startrampe. Beim Nightrun-Einzelverfolgungslauf über fünf Kilometer am gleichen Abend wird entsprechend den Zeitabständen aus dem Zeitfahren ebenfalls von der Rampe gestartet. Den Auftakt macht der schnellste Radfahrer, gefolgt von den weiteren Platzierten nach dem Zeitfahren (Gundersen-Methode).

Der Samstag beginnt mit einem Schwimmen über 750 Meter im Becken. Nach einer kurzen Pause wartet auf die Teilnehmer eine hügelige und abwechslungsreiche Radstrecke über 81,5 Kilometer mit 1000 Höhenmetern, die zweite Etappe des RiderMan. Gefahren wird diese wie eine Etappe bei den großen Radklassikern. Den Abschluss des zweiten Wettkampftages bildet ein Team-Lauf über fünf Kilometer. Zu guter Letzt steht am Sonntag noch eine 86 Kilometer lange Radschleife mit 1050 Höhenmetern auf dem Programm, die geschlossen im Team zu meistern ist.

Melden können nur 5er-Teams (Frauen oder Männer, Mix-Teams fallen in die Männer-Wertung). In die Teamwertungen fließen bei allen sechs Etappen nur die Ergebnisse der besten Vier eines Teams ein. Für die Einzelwertungen, in denen auch Leadertrikots vergeben werden, wird das Ergebnis des/der Fünften aber berücksichtigt.

Die Teilnahmegebühr pro Team beträgt 750,– Euro. Neben den gesetzten Sponsorenteams werden insgesamt 20 Männer- und 10 Frauen-Teams zugelassen! Wer also bei der neuen und einzigartigen 5Star-Challenge in Bad Dürrheim dabei sein will, sollte sich schnell unter www.5star-challenge.de anmelden.

Harald Gehring

5 STAR CHALLENGE
5star-challenge.de

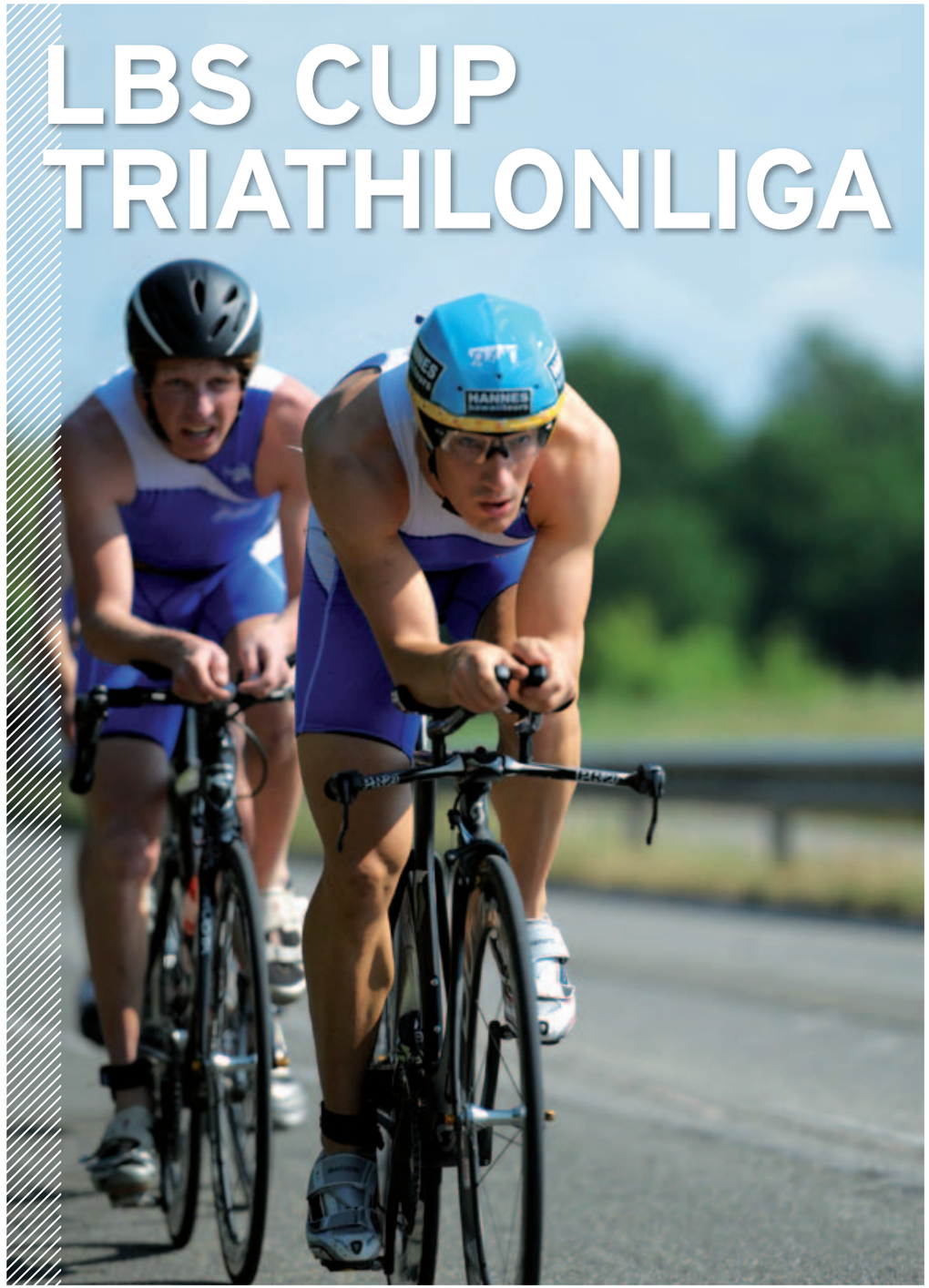
1 Ort
3 Tage
6 Etappen
5er Teams

28./29./30. September 2012, Bad Dürrheim

Einzel-, Disziplinen- und Tageswertung
Teamwertungen
über € 12.000,- Preisgeld + über € 10.000,- Sachpreise

powered by PROFILE DESIGN

LBS CUP TRIATHLONLIGA



SPANNUNG BIS ZUM LIGAFINALE

Die LBS Cup Triathlonliga gehörte auch 2011 ohne Zweifel wieder zu den attraktivsten Landesligen in Deutschland. Abwechslungsreiche und hochklassige Wettkämpfe mit Spitzentriathleten wie Sebastian Kienle, James Lewin, Stephan Vuckovic, Anja Knapp und Julia Wagner machen die Liga zum Erfolgsgaranten und Triathlonfest für Teilnehmer und Veranstalter.
Probleme machte lediglich das erneut kalte Wetter in Schömberg, für 2012 wird dafür ein Notfallplan erarbeitet. Die Entscheidung über den Gesamtsieg fiel in allen Ligen erst beim Ligafinale am Schluchsee. Ein Beleg dafür, dass die LBS Cup Triathlonliga auch 2011 wieder äußerst spannend und auf hohem sportlichen Niveau war.

Die „coolen Typen" vom Magic-Sportfood Team TSV Crailsheim verteidigen ihren Titel in der Liga

Anja Knapp, Julia Seibt und Julia Knapp sichern sich in Minimalbesetzung Platz eins in der Frauenliga

1. LIGA

In der 1. Liga konnte das Magic Sportfood Team aus Crailsheim seinen Titel knapp vor dem Vorjahresdritten, dem Tri-Team Heuchelberg verteidigen. Dritter wurde die Mannschaft vom ALZ Sigmaringen, die den Tagessieg beim Ligafinale am Schluchsee erkämpfte.
In der Gesamteinzelwertung gewann der Australier James Lewin (Magic Sportfood Team) vor Helge Mütschard (Tri-Team Heuchelberg).

2. LIGA

Den spannenden Zweikampf um den Gesamtsieg in der 2. Liga entschied der VfL Waiblingen durch den Tagessieg am Schluchsee knapp für sich. Zweiter wurde NSU Triathlon aus Neckarsulm vor dem VfL Sindelfingen. Auf Platz eins und zwei der Gesamteinzelwertung landeten die beiden ehemaligen Landeskaderathleten Tom Mager und Lukas Pfeifer (beide VfL Waiblingen).

3. LIGA

In der 3. Liga dominierten die Mannschaften vom ALZ Sigmaringen 2 und Tria Echterdingen. Diesen Zweikampf entschied das ALZ Sigmaringen durch den Tagessieg am Schluchsee für sich. Den dritten Platz belegte der TC Backnang. Gesamtsieger der Einzelwertung wurde Florian Dunst (TC Backnang) vor Peter Vester (ALZ Sigmaringen).

FRAUENLIGA

Bei den Frauen setzte sich das junge Team der SG Dettingen/Erms vor dem TNB Malterdingen durch. Auch hier war der Tagessieg am Schluchsee ausschlaggebend. Den dritten Rang belegten die Frauen des ALZ Sigmaringen. Souveräne Gesamtsiegerin im Einzel wurde Anja Knapp (SG Dettingen/Erms) vor Stefanie Kuhnert (VfL Pfullingen).

SENIORENLIGA

Die spannendste Entscheidung fiel in der Seniorenliga. Der Vorjahressieger DJK Schwäbisch Gmünd wurde lediglich aufgrund des Tagessieges am Schluchsee punktgleich mit dem TSV Crailsheim Gesamtsieger. Den dritten Platz sicherte sich das Sparda-Team Rechberghausen. Wie bereits 2010 gewann David Zipf (TNB Malterdingen) die Gesamteinzelwertung vor Andreas Bidlingmaier (TSV Crailsheim).

Oliver Schotte Marco Müller, Peter Mayerlen

LBS CUP TRIATHLONLIGA

Momente 2011

Marco Müller, Peter Mayerlen

LBS CUP TRIATHLONLIGA 2012

Die LBS Cup Triathlonliga startet 2012 bereits in die 18. Saison und setzt dabei auf bewährte Wettkampfformate und -orte. Trotzdem gibt es eine wichtige Neuerung: Erstmals ist es allen Teams möglich, Athleten mit Zweitstartrecht einzusetzen.

Der Auftakt der LBS Cup Triathlonliga findet am 13. Mai in Waiblingen statt. Hier werden die Sieger mit Einzel-Jagdstart und Windschattenverbot über die Sprintdistanz ermittelt.
Eine Woche später ist dann beim Teamwettkampf in Forst der Mannschaftsgedanke gefordert. Es zählt die Zeit des schwächsten Teammitglieds, gegenseitige Unterstützung wie Schieben auf der Laufstrecke ist erlaubt.
In Schömberg folgt Mitte Juni mit einer verkürzten Kurzdistanz auf anspruchsvollem Kurs der erste Wettkampf mit Windschattenfreigabe. Hoffentlich meint es der Wettergott in diesem Jahr gut mit den Athleten und Organisatoren.

Am Wochenende darauf folgt der äußerst beliebte Wettkampf in Erbach in gewohnter Form mit Windschattenfreigabe. Hier kann auf welligem Terrain mit dem Rad und flacher Laufstrecke ordentlich Tempo gebolzt werden.
Das Ligafinale findet am 14. Juli traditionell am Schluchsee statt. Im Hochschwarzwald werden nicht nur die Gesamtsieger der LBS Cup Triathlonliga 2012 ermittelt, sondern auch die Landesmeister über die olympische Distanz gekürt. Das Windschattenfahren ist hier verboten, damit auch die Einzelstarter in die Wertung kommen können.
Auch 2012 werden im Rahmen der Veranstaltungen der LBS Cup Triathlonliga unangekündigte Dopingkontrollen durchgeführt.

2012 bietet Wiebke Klein, Sportphysiotherapeutin bei allen Ligawettkämpfen ihren Service an.

Die Betreuung beinhaltet Physiotherapie, Massage und Tapeing (K-Tape, Stabilisationstape), Salbenverbände bei Prellungen.
Die Betreuung am Wettkampfort wird in der Regel ab Anmeldung bis ca. eine Stunde nach Siegerehrung angeboten. Im Ligareport werden der Standort und eventuell Veränderungen bekanntgegeben. Am Wettkampfort hängen zudem Schilder aus. Vorheriges Duschen ist nicht zwingend, eine kleine Reinigung der Beine aber willkommen.
Der Service ist kostenlos, für den der möchte steht ein Dankeskästchen bereit.

Kontakt Wiebke Klein: www.physio-neuffen.de, Tel. 07025. 911846, Handy 0151. 17222653

WETTKAMPFÜBERSICHT 2012

DATUM	ORT	STRECKE	MODUS
13.05.	Waiblingen	0,5-20-5,4	Sprintwettkampf, Einzel-Jagdstart, Windschattenverbot
20.05.	Forst	1,0-22-7,5	Teamwettkampf analog 2011
17.06.	Schömberg	1,0-30-7,2	Verlängerter Sprint, Windschattenfreigabe für alle Ligen
01.07.	Erbach	1,5-40-10	Kurztriathlon, Windschattenfreigabe für alle Ligen
14.07.	Schluchsee	1,5-38-10	Kurztriathlon, Windschattenverbot für alle Ligen

ANMERKUNG
Starterlaubnis jüngerer Juniorenjahrgang in Waiblingen und Forst

Oliver Schotte

2012: EIN SPORTLICHES JAHR – AUCH DER LBS CUP TRIATHLON STARTET WIEDER

Nicht nur in London werden in diesem Jahr auf der Kurzstrecke 1,5 Kilometer geschwommen, 40 Kilometer Rad gefahren und 10 Kilometer gelaufen, auch die Athleten in der baden-württembergischen LBS Cup Triathlon Liga stehen in den Startlöchern. Die Blicke sind „im Ländle" wieder auf die Ligarennen in Waiblingen, Forst, Schömberg, Erbach und Schluchsee gerichtet, die Nachwuchstalente und Schüler gehen im LBS Cup Triathlon Nachwuchs in Neckarsulm, Murr, Mengen, Buchen, Schopfheim und Zaberfeld an den Start.

Damit geht das erfolgreiche Konzept auch in dieser Saison weiter. Tolle Veranstaltungen und spannende Wettkämpfe sind vorprogrammiert wenn knapp 7.000 Sportler wieder ihr Bestes im Kampf um den Titel beim LBS Cup Triathlon geben.

LBS CUP TRIATHLON NACHWUCHS

VON MENGEN BIS WAIBLINGEN

MENGEN – vorsommerliches Wetter machte den Auftakt in die Jubiläumssaison 2011 zu einem Fest. Ein kompakt angelegter Wettkampfkurs und die hervorragende Organisation des TV Mengen gaben eine tolle Visitenkarte ab. Dazu kamen beste äußere Wettkampfbedingungen bei 20 Grad Celsius. Eine extra errichtete Tribüne vor der gläsernen Südfront des runderneuerten Hallenbades brachte die Zuschauer noch näher an die Athleten heran. Von dort aus konnte der Blick sowohl ins Bad als auch auf die Wechselzone gerichtet werden. Die Landesmeisterschaften im Swim&Run für Schüler zeigten sich als erste Kostprobe, die die noch junge Saison schmackhaft machte.

NECKARSULM – Für knapp 300 gemeldete junge Triathleten wurde schon eine Woche später die zweite Runde im LBS Cup Triathlon Nachwuchs eingeläutet. Dabei waren auch viele Athleten aus anderen Bundesländern fürs „Saison-warm-up" nach Neckarsulm gekommen. Für den Ausrichter NSU Triathlon ein zusätzlicher Ansporn eine Topp-Veranstaltung zu bieten. Die Ausrichtung der Landesmeisterschaften im Swim&Run war für die Jugend und Junioren dazu eine Riesenmotivation mit hervorragenden Leistungen zu glänzen.

BUCHEN – ein neues Mitglied im Reigen der Austragungsorte. Im Odenwald, ganz weit im Norden des Landes, war das im idyllischen Waldzwickel gelegene Freibad Zentrum des Geschehens. Einen Triathlon für Nachwuchssportler mit insgesamt zehn Wettkampfklassen auszurichten ist eine ziemlich knifflige Angelegenheit. Dass das beim ersten Mal in Buchen schon so gut geklappt hat, lässt sich mit Mut und Ausdauer der Organisatoren des TSV Buchen erklären. Etwas anpacken und es mit Herzblut zum Erfolg führen, ist dort das Motto.

RHEINFELDEN – geradewegs in den südlichsten Zipfel des Landes führte die vierte Station die jugendlichen Sportler. Ein Hauch von „Landesliga trifft Nachwuchscup" lag über dem deutsch-schweizerischen Grenzort am Hochrhein. Der eine oder andere hat sicher auch mal daran gedacht, sich eines Tages so einer Herausforderung zu stellen und im Rhein für Furore zu sorgen. Für den Wettkampftag blieben die Athleten jedoch im wohl temperierten 50-Meter-Becken und konnten ihren Reisepass getrost zur Seite legen. Die Turnerschaft Langenau behielt bei den hochsommerlichen Temperaturen mit ihrem gut organisierten Helferteam den Überblick im Wettkampfgebiet rund ums Europastadion und sorgte für die notwendigen Erfrischungen für Athleten und Zuschauer.

ZABERFELD – hier im See an der Ehmetsklinge ging es endlich mal richtig zur Sache. Ein Massenstart im Freigewässer, was gibt es schöneres für den Zuschauer? Wenn aus der ruhigen Wasseroberfläche eine Waschmaschine auf höchsten Touren wird, dann ist Triathlon. Alle Altersklassen sind am Start und bereit für die Herausforderung: „Wer wird diesjähriger Landesmeister?". Das TriTeam Heuchelberg hat mit der neu definierten Radstrecke den Joker gezogen, denn spannender ist es allemal die Radler auf kürzeren Runden anfeuern zu können. Und was war eigentlich mit dem obligatorischen Gewitter? Ausgefallen!

WAIBLINGEN – aufgefallen ist in der Stauferstadt neben der bewährten Organisation des VfL Waiblingen auf jeden Fall ein neues Wettkampfformat – der „Jugend-Supersprint". Darunter versteht man die Halbierung der Wettkampfstrecken. Also Jugend B macht dieselbe Distanz wie die Schüler A, Jugend A die Distanz der Jugend B und so weiter. Wozu war das eigentlich gut? Nun, erstens sollte man immer beweglich bleiben und zweitens wollten wir für alle Teilnehmer der eine Woche später in Braunschweig stattfindenden Deutschen Jugend- und Juniorenmeisterschaften die Möglichkeit schaffen am LBS Cup Finale teilzunehmen.

DANKE AN ALLE, DIE IM BWTV JUBILÄUMSJAHR AM START WAREN UND MIT DAFÜR GESORGT HABEN, DASS SICH DER LBS CUP TRIATHLON NACHWUCHS AUCH IM ZWANZIGSTEN JAHR SEINES BESTEHENS IMMER NOCH SO JUNG UND FRISCH PRÄSENTIERTE.

Reimund Mager

LBS CUP TRIATHLON NACHWUCHS

Momente 2011

Marco Müller, Reimund Mager, Werner Staehr

VORSCHAU 2012 – DER LBS CUP TRIATHLON NACHWUCHS IM OLYMPIAJAHR

Swim&Run, Duathlon und Triathlon – mit allen Spielarten in die neue Saison

Am 24. März 2012 eröffnen in Neckarsulm die Nachwuchssportler beim LBS Cup Triathlon Nachwuchs die Wettkampfserie 2012. Jetzt sind es noch gut fünf Monate bis zur Eröffnung der Olympischen Sommerspiele in London. Triathlon steht am 4. und 7. August 2012 auf dem olympischen Kalender, mit dabei sind auch dieses Mal baden-württembergische Triathleten. Und wenn am Wettkampftag alles passt, dann, ja dann ist alles möglich. Gedankensprung – ebenso gut möglich ist es, dass dieses Jahr beim Bundesfinale des Schulwettbewerbes "Jugend trainiert für Olympia" Mitte September 2012 in Berlin eine sehr sportliche Schulklasse aus Baden-Württemberg ganz vorne mitmischt.

Was hat das alles mit unserem Nachwuchswettbewerb „LBS Cup Triathlon 2012“ zu tun? Nun, viele unserer Spitzensportler sind in ihren Kinder- und Jugendtagen in der Nachwuchsserie des BWTV an den Start gegangen und haben dort ihre ersten Erfahrungen gesammelt. Aus Erfahrungen werden Siege, manchmal zwar auch bittere Niederlagen, aber wer daraus positive Schlüsse ziehen kann, weiß, Niederlagen machen einen ambitionierten Triathleten nur stärker. Dazu dienen neben einem regelmäßigen Training auch die Wettbewerbe des LBS Cup Triathlon Nachwuchs. Dass der noch junge Triathlonsport an der Schwelle zur Aufnahme ins Programm für „Jugend trainiert für Olympia“steht, zeigt einmal mehr wie attraktiv diese Sportart auch für Schulen geworden ist. Denn Schwimmen, Rad fahren und Laufen sollte jedes (Schul-) Kind beherrschen.

Aber weiter in der Saisonvorschau. Eine Woche nach den Osterferien geht es zum zweiten Wettbewerb nach Murr an der Murr. Am 22. April stehen die Landesmeisterschaften im Duathlon im Kalender, parallel dazu werden die Deutschen Jugend- und Juniorenmeisterschaften ausgerichtet. Dann, schon eine Woche später, trifft sich der Nachwuchs zum Swim&Run am 28. Mai in Mengen, hier werden in diesem Jahr die Schülermeisterschaften ausgetragen. Nach einem Wochenende Pause muss ans andere Ende des Landes gefahren werden. Im Odenwaldstädtchen Buchen wird beim vierten Wettkampf der Saison für die Jugend- und Junioren am 12. Mai ein „Supersprint“ ausgerichtet. Mit dieser Wettkampfform soll den Kaderathleten eine Teilnahme an der LBS Cup-Wertung möglich gemacht werden, denn schon eine Woche danach müssen sie nach Halle zum Deutschland Cup. Und zu viele Wettkämpfe sind ja auch nicht gut. Zwei Wochen nach den Pfingstferien führt der Weg ganz in den Süden des Landes, nach Schopfheim. Beim fünften Wettkampf des LBS Cup Triathlon Nachwuchs stehen die Landesmeisterschaften für Jugend A und Junioren auf dem Plan. In Zaberfeld findet am 7. Juli bereits die die Schlussveranstaltung der Nachwuchsserie statt, in diesem Jahr werden dort die Landesmeisterschaften der Schüler und der Jugend B ausgetragen.

Allen Teilnehmern beim diesjährigen LBS Cup Triathlon Nachwuchs wünsche ich eine erfolgreiche und vor allem unfallfreie Teilnahme. Frei nach dem olympischen Motto „dabei sein ist alles“, ist bei uns jeder Finisher ein Sieger.

VERANSTALTUNGSÜBERSICHT LBS CUP TRIATHLON NACHWUCHS 2012

DATUM	ORT	MODUS	BESONDERHEITEN
24.03.	Neckarsulm	Swim&Run	Jugend- und Juniorenmeisterschaften
22.04.	Murr a.d. Murr	Duathlon	Landesmeisterschaften Deutsche Jugend- und Juniorenmeisterschaften
28.04.	Mengen	Swim&Run	Landesmeisterschaften Schüler
12.05.	Buchen	Triathlon	„SuperSprint“ für Jugend und Junioren
23.06.	Schopfheim	Triathlon	Landesmeisterschaften Jugend A und Junioren
07.07.	Zaberfeld	Triathlon	Landesmeisterschaften Schüler und Jugend B

Reimund Mager

Wolfgang Rudnick, Kathrin und Martina Rumschick präsentieren stolz die Auszeichnungen

MENGENS TRIATHLETEN

GLEICH MEHRFACH AUSGEZEICHNET

Zum siebten Mal wurden die Lotto Sportjugend-Förderpreise vergeben und jedes Mal waren Mengens Triathleten unter den Preisträgern! Bei der festlichen Preisverleihung im Europapark Rust wurden in Anwesenheit von LSV Präsident Dieter Schmidt-Volkmar gleich drei BWTV Vereine geehrt.

Neben Mengens Triathleten, die in der Region Bodensee den Preis für den dritten Platz erhielten, konnten sich die Vertreter der SG Dettingen/Erms über Platz zwei in der Region Neckar-Alb und das Tri-Team Heuchelberg über Rang drei in der Region Franken freuen.

Eine weitere Ehrung erhielten Mengens Triathleten dann ein halbes Jahr später, und zwar das von der Commerzbank und dem Deutschen Olympischen Sportbund ausgeschriebene Grüne Band für vorbildliche Talentförderung im Verein. Der Direktor der Filiale Sigmaringen, Achim Scheck, überreichte den mit 5.000 Euro dotierten Preis an Jugendleiter Wolfgang Rudnick und Abteilungsleiter Stefan Vollmer, die die Ehrung stellvertretend für das Trainerteam und den Abteilungsausschuss in Empfang nahmen. Bereits zum zweiten Mal nach 2005 erhielten Mengens Triathleten diesen wertvollen Preis.

Peter Mayerlen TV Mengen

TRIATHLON STARS AUS BAWÜ

Hanna Philippin mit der Bronzemedaille bei der WM in Peking

SAISONRÜCKBLICK HANNA PHILIPPIN

FREUDENTRÄNEN BEI DER NATIONALHYMNE

Was für ein Jahr! Vielleicht kann man die Saison sogar unter dem Motto „Golden Year" betrachten, obwohl so ganz stimmt das dann auch wieder nicht, aber dazu später mehr.

Ich werde mal mit der ersten freudigen Nachricht in dieser Saison 2010/2011 beginnen: der Berufung in den C-Kader der Deutschen Triathlon Union! Schon lange war es mein Ziel gewesen, der Nationalmannschaft im Triathlon anzugehören und dies hat sich im Herbst 2010 endlich erfüllt. Somit gehöre ich der deutschen Spitze der Junioren an! Schon ein tolles Gefühl, doch dies alleine reichte mir noch nicht. Ich hatte Träume und Ziele für das Jahr 2011. Dies sollte mein Jahr werden, denn es war mein letztes in der sogenannten Sprintdistanz, mein letztes Jahr als Juniorin.

Die Vorbereitungen über den Winter liefen super. Im Januar ging es bereits in das erste Trainingslager ins schöne Allgäu, nach Burgberg zum Skilanglaufen. Der nächste Aufenthalt war im Februar auf Mallorca, wo wir zum ersten Mal in diesem Jahr Rennrad fahren wollten. Leider machte uns dort das Wetter ab und zu einen Strich durch die Rechnung, im Großen und Ganzen konnten wir das Training jedoch durchziehen. Ich fühlte mich daher gut gerüstet für die Saison.
Dann kam auch schon das erste Highlight des Jahres. Die Qualifikation für die Europameisterschaft der Junioren. Dazu hatte die Deutsche Triathlon Union (DTU) Ende März in Potsdam einen Testwettkampf im Schwimmen und Laufen angesetzt. Ich unterbot beide Zeiten die es zu erreichen galt und hatte mir damit das Ticket für die EM schon so gut wie gesichert. Jetzt musste ich nur noch vier Wochen später beim Deutschlandcup in Halle eine Top-4 Platzierung ergattern, was in meinem Leistungszustand kein großes Problem darstellen durfte. Leider wurde ich zwei Tage vor diesem wichtigen Wettkampf krank. Ich selbst wollte an den Start gehen, da ich unbedingt zur EM fahren wollte. Doch die sportliche Leitung der DTU beschloss, mir ein Startverbot zu geben, mich aber dennoch zu den Europameisterschaften mitzunehmen, da ich meine Leistungsfähigkeit schon bestätigt hatte.

Einerseits war ich sehr froh über die Entscheidung, dennoch war es schwierig dies so zu akzeptieren, da ich eigentlich nicht bevorzugt werden und ohne reguläre Erfüllung der Quali-Kriterien nach Spanien fahren wollte. Außerdem war es schwer bei dem Wettkampf in Halle nicht als Teilnehmer beim Wettkampf dabei zu sein, sondern als Zuschauer die Konkurrenz anzufeuern. Doch so habe ich erfahren, dass zuschauen auch sehr anstrengend sein kann – fast genauso wie der Wettkampf für die Athleten!

Nachdem ich mich nach ein paar Tagen wieder von meiner Erkältung erholt hatte, wurde mir von der DTU mitgeteilt, dass ich noch einen Testwettkampf absolvieren sollte, und zwar den Europacup der Elite in Cremona, Italien. Dies sollte mein erster großer internationaler Wettkampf werden – und dann gleich bei den Elitestarterinnen. Doch war alles halb so schlimm wie erwartet. Nach einer recht guten Schwimmleistung konnte ich mich auf dem Rad von der zweiten Radgruppe in die erste vorarbeiten. Beim Laufen hatte ich mich zu Beginn etwas überschätzt und musste dies dann auf dem letzten Kilometer büßen. Dennoch hat es für einen hervorragenden achten Platz gereicht, womit ich sogar zweitbeste Deutsche war! Das gab mir natürlich reichlich Motivation für die bevorstehenden Junioreneuropameisterschaften, die zwei Wochen später, am 24. Juni, stattfinden sollten.
Als ich dann endlich in Pontevedra am Start stand war ich schon sehr aufgeregt, denn es stand viel für mich auf dem Spiel. Nicht nur, dass ich mich bei der EM gut präsentieren wollte, ich musste unbedingt unter die ersten Acht kommen, denn das würde das Ticket nach Peking zu den Weltmeisterschaften bedeuten. Andererseits war ich froh, es überhaupt bis hierhin geschafft zu haben und fühlte mich gut in Form. Als es dann hieß: „On your marks", hatte ich eh keine Zeit mehr über die Aufregung nachzudenken. Jetzt galt die Devise: Vollgas!
Gleich beim Schwimmen merkte ich den Unterschied zwischen den nationalen Wettkämpfen und dieser Europameisterschaft. Die Athletinnen waren sehr viel aggressiver und es war außerdem eine viel höhere Leistungsdichte. Doch ich konnte mich beim Schwimmen recht gut behaupten und war nach dem ersten Wechsel knapp hinter der ersten Radgruppe, wobei ich schon nach wenigen Kilometern zu dieser aufschließen konnte. Nun war klar, dass es eine Laufentscheidung geben würde. Mir war bewusst, dass ich selbst eine starke Läuferin bin, doch auf internationaler Ebene konnte ich mich noch nicht einschätzen und somit war alles offen.

Die Radstrecke in Peking war gefährlich nass

Nach einem guten zweiten Wechsel lag ich auf der Laufstrecke in der Führungsgruppe. Schon am ersten Berg reduzierte sich unsere Spitzengruppe auf drei Mädels. Eine Medaille war mir damit sicher, die Frage war nur: welche Farbe? Die Anfeuerung durch die Zuschauer und meine Trainer gab mir zusätzliche Motivation, so dass ich mich am letzten Anstieg als Führende leicht absetzen konnte. Und dann habe ich es tatsächlich geschafft diese Führung bis ins Ziel zu halten. Dieses Gefühl, als Siegerin über die Ziellinie zu laufen ist einfach unbeschreiblich und das kann mir auch keiner mehr nehmen. Da ist dann schon auch die eine oder andere Freudenträne geflossen, besonders als dann bei der Siegerehrung die Nationalhymne für mich gespielt wurde. Ich konnte das alles einfach in dem Moment noch gar nicht wirklich verarbeiten, jedoch fühlte es sich toll an. Dazu gab es viele neue Erfahrungen wie zum Beispiel Interviews auf Englisch zu geben.

EINE MEDAILLE WAR MIR DAMIT SICHER, DIE FRAGE WAR NUR: WELCHE FARBE?

Natürlich war auch die Freude über die erreichte Qualifikation für die Weltmeisterschaft und die Qualifikation für den B-Kader riesig. Dazu kam noch, dass der deutsche Junior Justus Nieschlag sich ebenfalls über den Europameisterschaftstitel freuen konnte!
Lange konnte ich mich auf meinen Lorbeeren allerdings nicht ausruhen, denn nach einem tollen Empfang am Flughafen ging es direkt mit der Vorbereitung auf die WM in Peking im September los. Während dieser Vorbereitung nahm ich noch einige Wettkämpfe mit, wie zum Beispiel Ende Juli die Deutschen Meisterschaften der Junioren in Braunschweig. Dort konnte ich einen weiteren Titel gewinnen und somit meine Leistungen bestätigen. Außerdem konnte ich an den Deutschen Meisterschaften der Elite in Grimma zwei Wochen vor der WM teilnehmen und somit ein weiteres mal Luft bei den „Großen" schnuppern. Dort ergatterte ich einen tollen sechsten Platz und konnte in der U23-Wertung sogar die Bronzemedaille gewinnen.

ES WIRD EIN UNVERGESSLICHER MOMENT IN MEINEM LEBEN BLEIBEN. SO VIEL QUAL UND FREUDE IN EINEM HATTE ICH NOCH NIE ERLEBT.

Diese ganzen Erfahrungen und Erfolge nahm ich positiv mit auf die lange Reise nach China. Für mich ging es das erste Mal nach Asien und somit war die Anspannung vor dem Wettkampf groß, gemischt mit Vorfreude auf neue Erfahrungen, Land und Leute.
Wir reisten Anfang September bereits neun Tage vor dem Wettkampftag an, um uns an das Klima und die Zeitumstellung zu gewöhnen. Es war eine Zeit voller neuer Eindrücke. Schon beim Essen fing es an, und oftmals wusste man gar nicht was der Koch da zubereitete. Aber der Fokus lag ja auf der WM und der große Tag kam schneller und auch unter anderen Bedingungen als erwartet.
Die gesamte Zeit über hatten wir circa 20 Grad und sehr schwüles Klima aber genau an meinem Wettkampftag hatte es plötzlich 14 Grad und Dauerregen. Doch im Triathlon muss man ja immer auf alles gefasst sein und somit versuchte ich mich mit dem Wetter anzufreunden. Das sollte mir ja nicht besonders schwerfallen, da das Sommerwetter in Deutschland ähnlich war, und beim Vorbereitungswettkampf in Braunschweig hatte ich die gleichen Bedingungen gehabt. Somit machten mir persönlich die schwierigen Bedingungen nicht allzu viel Sorgen.
Ja, und nun war es soweit. Es ging Richtung Ponton zum Start des so heißersehnten ersten WM-Rennens! Natürlich war die Aufregung groß, war es doch ein komplett ungewohntes Feld in dem ich mich da befand. Aber gleich nach dem Startschuss war die Aufregung wie weggeblasen. Meine Schwimmleistung war diesmal nicht ganz zufriedenstellend, denn ich kam mit einem recht großen Abstand zur Spitze aus dem Wasser. Doch da wir uns in der Radgruppe super einig waren, konnten wir die Lücke zur Führung auf dem sehr anspruchsvollen Radkurs immer weiter verkleinern. Es gab mehrere Stürze aufgrund des nassen Asphalts und dadurch gab es viele beunruhigte Mädels. Bei Kilometer zehn holten wir die Führungsgruppe ein und es hieß mal wieder: Die Entscheidung fällt beim Laufen.
Nach einem hervorragenden Wechsel verließ ich als Erste die Wechselzone, doch es lagen noch fünf lange Kilometer vor mir und es gab einige Super-Läuferinnen in diesem Feld! Von Beginn an schlug die Neuseeländerin Mika Nielsen ein sehr hohes Tempo an, das ich leider nicht mitgehen konnte. Ich fand mich mit der Australierin Ashlee Bailie knapp dahinter. Auch sie wurde mir auf dem letzten Kilometer leider zu schnell und ich musste abreißen lassen. Auf der Zielgeraden jedoch war mir klar, ich konnte mich darauf freuen als Bronzemedaillengewinnerin die Ziellinie zu überqueren!

Es wird ein unvergesslicher Moment in meinem Leben bleiben. So viel Qual und Freude in einem hatte ich noch nie erlebt. Es war eines der härtesten Rennen, das ich je absolviert hatte und es wurde am Ende mit einer Medaille belohnt. Da kann man im Ziel dann auch vergessen, dass es nur 14 Grad hatte und der Dauerregen anhielt.
Zwei Stunden später konnte ich mich dann auch noch über den Erfolg von Justus Nieschlag freuen, der sich den Vizetitel der Junioren sichern konnte. Zusammen gehörten wir zu den erfolgreichsten DTU Athleten bei der WM in Peking 2011. Und dies durfte dann zum Abschluss der Saison natürlich auch gefeiert werden, bevor die vierwöchige Saisonpause begann, die ich mir nach einer langen, harten und erfolgreichen Saison reichlich verdient hatte.

Hiermit möchte ich mich auch noch bei allen Menschen bedanken, die mit zu diesem Erfolg beigetragen haben, denn ohne die Unterstützung meiner Familie und der Trainer wäre ich nie soweit gekommen!

HANNA PHILIPPIN
*** 03.08.1992**

Verein	VfL Sindelfingen
Erfolge	(Auszug)
3. Platz	WM Juniorinnen Peking, 2011
1. Platz	EM Juniorinnen Pontevedra, 2011
1. Platz	DM Juniorinnen Braunschweig, 2011
2. Platz	DM Jugend A Merzig, 2009
1. Platz	DM Jugend B München, 2007

Hanna Philippin Felix Rüdiger – letsmakeaplan.de, Frank Wechsel

ANN-CATHRIN FRICK, LAURA SPRISSLER, JOHANNES HITZLER, MAX FETZER UND ULI HAGMANN GEHÖRTEN ZU DEN „STARTING FIVE“ DES TEAMS UND WAREN VON BEGINN AN HOCHMOTIVIERT BEI DER SACHE.

„WE DO IT CAUSE WE LOVE IT“ DAS DANIEL UNGER NACHWUCHSTEAM

„We do it cause we love it“, so lautet das Motto des „Daniel Unger Team – The new generation powered by Hansgrohe“, welches sich aus jungen und hoffnungsvollen Triathleten aus Baden-Württemberg zusammensetzt. Ziel des Teams ist es, junge Triathleten auf ihrem sportlichen Weg zu begleiten und sie mit Rat und Tat zu unterstützen. Dabei geht es nicht allein um sportliche Erfolge, sondern auch um eine engagierte Mitarbeit im kommunikativen Bereich.

Ann-Cathrin Frick, Laura Sprißler, Johannes Hitzler, Max Fetzer und Uli Hagmann gehörten zu den „Starting Five“ des Teams und waren von Beginn an hochmotiviert bei der Sache.

Der Grundstein wurde im Frühjahr im Trainingslager in Cervia gelegt. Hier wurden Foto- und Filmaufnahmen gemacht um die neu gestaltete Homepage des Teams www.danielungerteam.de mit Inhalt zu füllen. Die Juniors konnten hier erstmals erleben, wie es sich als „Profi“ anfühlt, und dass neben dem Training noch andere Fähigkeiten als die sportlichen gefordert sind. Auf Kommando lächeln oder ein Interview vor laufender Kamera waren neue Situationen, die aber von den Juniors toll gemeistert wurden.

Am 1. Juni war es dann soweit. Das Team wurde offiziell bekannt gegeben. Gleichzeitig ging die Homepage www.danielungerteam.de online und auf Facebook wurde ebenfalls eine Plattform eingerichtet.

Neben ihrem Training und ihren Wettkämpfen waren die Juniors jetzt zusätzlich gefordert und berichteten regelmäßig auf der Homepage aus ihrem Alltag. Natürlich steht hier ihre große Liebe Triathlon im Mittelpunkt, aber auch zahlreiche Alltagserlebnisse sind hier nachzulesen. Ob Abistress, Schulausflug oder Urlaub – nichts wurde ausgelassen. Wettkampfresultate- und Einschätzungen wurden veröffentlicht und die Plattform mit Leben gefüllt. Neben den kommunikativen Leistungen stimmten aber auch die sportlichen Leistungen der Teammitglieder und alle können auf eine erfolgreiche Sommersaison zurückblicken. Es gab Triumphe aber auch Niederlagen. Eben alles was zum Sport dazu gehört und da wären wir wieder beim Teammotto „We do it cause we love it“.

Ein herzliches Dankeschön geht an alle, die dieses Team möglich gemacht haben und weiterhin möglich machen.

Daniel Unger und Jochen Habermaier
Teammanager

Daniel Unger Team

SEBASTIAN KIENLE

LICHT UND SCHATTEN

Sebastian Kienle und sein „bestes Stück“

Wenn es für einen immer weiter noch oben geht, heißt das, dass man nicht von ganz oben gekommen ist.

Es war sicher kein Nachteil, dass ich schon recht früh in meiner Triathlon-Karriere das Verlieren gelernt habe. „Ein guter Verlierer“ – für mich hörte sich das trotzdem immer wie eine Beleidigung an. Ein guter Verlierer war für mich jemand, der sich an Niederlagen gewöhnt hat.

Richtig verlieren zu können, ist aber eine Kunst. Damit meine ich nicht nur, in der Niederlage Respekt zu zeigen vor einem stärkeren Gegner oder den richtigen Umgang mit einer Niederlage in der Öffentlichkeit. Sondern vor allem nicht daran zu zerbrechen, sondern daran zu wachsen. Oft sagen Sportler sie nehmen aus einer Niederlage mehr mit als aus einem Sieg. Wenn man richtig verlieren kann, schöpft man aus einer Niederlage tatsächlich oft mehr Motivation als aus einem Sieg. Häufig führen Fehler zu einer Niederlage. Nur wer sich seiner Fehler bewusst ist, kann sie analysieren und daraus Schlüsse ziehen zur Vermeidung weiterer Fehler und damit weiterer Niederlagen.

Die Saison 2011 hatte für mich alles zu bieten was der Sport in der Lage ist zu geben und auch zu nehmen. Da waren die Siege in Buschhütten, New Orleans und Miami (gegen einen für unschlagbar geltenden Michael Raelert), sowie der zweite Platz in Roth in abermals unter acht Stunden. Andererseits gab es den Defekt in Galveston, den Sturz in Wiesbaden, die Absage der 70.3 WM und den Platten beim Ironman Arizona. Licht und Schatten eben.

Sebastian Kienle geht vor Andreas Raelert nach dessen Weltbestzeit in Roth in die Knie

Natürlich tun die Niederlagen weh. Ich habe in den letzten zwei Jahren mein Leben immer mehr auf den Sport ausgerichtet und mich damit letztlich vom sportlichen Erfolg abhängig gemacht. In kaum einem anderen Beruf ist die Bezahlung so leistungsabhängig wie im Profisport. Doch im Rennen spielt das Geld keine Rolle. Das breite Feld der „mentalen Verfassung“ spielt dagegen gerade im Langdistanz-Triathlon eine sehr große Rolle. Diese mentale Verfassung ist ein sehr komplexes Gebilde. Sie hängt von vielen Dingen ab. Sehr allgemein kann man sagen, wenn es einem gut geht und man glücklich ist, wird man auch ein gutes Rennen machen.

Der körperlichen Leistungsfähigkeit ist es sicher zuträglich, wenn man das Leben möglichst gut auf den Sport ausrichtet. Damit steigt aber auch der Erfolgsdruck und der bringt gerne mal die „mentale Verfassung“ durcheinander. Immer wieder sieht man talentierte Amateursportler, die sich nach dem Wechsel ins Profi-Lager nicht weiter verbessern oder sich sogar verschlechtern. Wenn man die Zeit zum Training hat, fühlt man sich schnell dazu gezwungen mehr zu machen. Was vorher noch Lust war, ist auf einmal Last. Ohne Lust ist aber kaum eine gute Leistung möglich. Jedenfalls nicht über einen längeren Zeitraum. Es gehört jedoch Mut dazu diesen Fakt nicht nur zu erkennen, sondern auch danach zu handeln. So ist es mir nicht leicht gefallen die 70.3 WM trotz einer relativ guten Form abzusagen. Das Feedback, das ich von meinem Kopf und Körper erhalten habe, hat mich aber darin bestätigt. So habe ich trotz des späten Saisonzeitpunktes für die Rennen in Miami und Arizona „gebrannt“ wie bei meinem ersten Triathlon. Das habe ich auch in den Rennen gemerkt. Und so gibt einem der Sport sehr viel. Mit der entsprechenden mentalen Frische kann man auch die Reisen und das ganze Drumherum erst richtig genießen. Sonst ist man viel zu verkrampft und kann sich an den „Begleiterscheinungen“ nicht wirklich erfreuen. So hatte ich in Arizona einen meiner besten Tage, leider konnte ich durch den Platten diese Form nicht in das entsprechende Ergebnis eintauschen. Die Niederlage überhaupt zuzulassen, gehört eben auch zum richtigen Verlieren dazu. Nicht aufzugeben, auch wenn klar ist, dass man das Rennen nicht mehr gewinnen kann. Wenn man sich an das Gewinnen gewöhnt hat, gerät man schnell mal in Versuchung einer Niederlage auszuweichen, wenn sich die entsprechenden Möglichkeiten für eine Ausrede bieten.

So gesehen war ich mit mir und der Saison 2011 zufrieden. Ich habe ein paar Fehler gemacht, ob ich daraus gelernt habe, werden die folgenden Jahre zeigen. Doch auch ohne Fehler verliert man mal ein Rennen und das ist auch nicht schlimm. Schließlich kann man nur dann die Sonne wirklich genießen, wenn man auch den Regen gespürt hat.

Ich möchte mich bei allen Menschen bedanken, die mich in 2011 so super unterstützt haben und Euch allen eine schöne Saison 2012 wünschen.

SEBASTIAN KIENLE
*** 06.07.1984**

Verein	Tri-Team Heuchelberg
Erfolge	(Auszug)
2. Platz	Challenge Roth, 2011 (7:57:06 h)
2. Platz	Challenge Roth, 2010 (7:59:06 h)
1. Platz	Challenge Kraichgau, 2009
1. Platz	Ironman 70.3 Wiesbaden, 2009
1. Platz	DM Olymp. Distanz U23, 2006
Web	www.sebastiankienle.de

Sebastian Kienle Kerstin Winterkamp, Scott

DIETER WALLER

DA LIEF ES MIR EISKALT DEN BUCKEL RUNTER

Bei der Triathlon-WM in Peking hat sich Dieter Waller vom VfL Waiblingen zum fünften Mal den Titel in seiner Altersklasse geholt. Der eigene sportliche Erfolg indes ist nicht die einzige Motivation des 63-Jährigen: Als „Spielertrainer", wie er sich selbst bezeichnet, kümmert er sich um den Triathlon-Nachwuchs. Seit drei Jahren hat er dazu mehr Zeit: Waller ist im Ruhestand. Das Wort mag er aber nicht so sehr. „Ich sag' immer, ich bin Privatier."

Laut Wikipedia ist ein Privatier eine Person, die finanziell so gut gestellt ist, dass sie nicht darauf angewiesen ist, zur Deckung ihrer materiellen Bedürfnisse einer Erwerbstätigkeit nachzugehen. Zu diesem Personenkreis rechnet man Personen, die zum Beispiel durch eigene Erwerbstätigkeit, Erbschaft, Gewinne an der Börse, Schenkung, Glücksspiel oder Heirat zu Vermögen kamen. Der Privatier hat keinerlei Einkommen oder Unterstützung vom Staat, bezahlt aber sämtliche Steuern und sonstige Abgaben selbst.
Auf Dieter Waller bezogen, passt die Definition nicht ganz. Eines stimmt jedoch: Für seinen Sport und die Nachwuchsarbeit, der sich Waller seit rund 20 Jahren verschrieben hat, gibt's kein Geld. Im Gegenteil: In der Regel muss Waller einen erheblichen Batzen aus eigener Tasche beisteuern. Deshalb wär's auch beinahe nichts geworden mit dem fünften Weltmeistertitel, den der Winnender in Peking geholt hat.
„Eigentlich wollte ich gar nicht nach China fliegen", sagt Waller. Normalerweise verbindet er seine sportlichen Termine mit einem kleinen Urlaub. „China aber sagt mir als Land nicht so sehr zu." Zudem ist die Reise nicht ganz billig. Nachdem Waller zum ersten Mal einen privaten Sponsor gefunden hatte, entschied er sich doch zu einem Start – und reiste sogar ein paar Tage vor dem Wettbewerb an. So blieb noch Zeit, den Jetlag zu besiegen, zu trainieren und die Chinesische Mauer zu besichtigen.
Die Skepsis blieb – bis zum Rennen. Dann machte Waller das, was er meistens tut, wenn er an den Start geht: Er gewinnt. Seinen fünften Weltmeistertitel holte er – in der Altersklasse 60 – mit fast vier Minuten Vorsprung. 2:09:06 Stunden hätten Waller übrigens selbst in der Altersklasse 55 zum Sieg gereicht. Wie stark Waller vor allem auf der Radstrecke war, das bekam sein härtester Konkurrent zu spüren. Der Zweitplatzierte Gordon Mc Laughlin, mit zwei Minuten Vorsprung vor Waller aus dem Wasser gestiegen,

Dieter Waller jubelt über seinen fünften WM-Titel 2011 in Peking

brauchte für die 39 Kilometer auf dem Rad fast sechs Minuten länger. „Dieter, du bist wie eine Maschine an mir vorbeigefahren", sagte der unterlegene Kanadier hernach.
So schnell wird Waller Peking nicht vergessen. Nicht nur des sportlichen Erfolges wegen: Die Athleten bekamen das olympische Feeling gratis dazu. Der Wettkampf fand auf der Original-Olympiastrecke von 2008 statt. Im August jenes Jahres hatte Waller vor dem Fernseher im heimischen VfL-Vereinsheim frühmorgens um vier Uhr mit Ricarda Lisk und Dirk Bockel gezittert, jetzt lief's dem 63-Jährigen selbst vor Ort „eiskalt den Buckel runter". Während des Rennens seien ihm immer wieder die Fernsehbilder von 2008 durch den Kopf gegangen, „ich muss zugeben, das war schon gigantisch." Auch die Zeremonie bei der Siegerehrung, bei der die Sportler von Hostessen begleitet wurden, hat Dieter Waller beeindruckt.
Für die zehn Kilometer lange Laufstrecke in Peking brauchte Waller 42:23 Minuten und war hier ebenfalls der schnellste aller 45 Starter. Das verwundert kaum, schließlich kommt Waller aus der Leichtathletik. 1973 trat er der Abteilung des VfL Waiblingen bei, Wallers Bestzeiten über 1000 und 5000 Meter stehen bei 2:27 und 15:01 Minuten. Irgendwann machten Waller die Achillessehnen Probleme, später musste er mehrmals operiert werden. Um mit dem Sport nicht vollständig auszusetzen, hat Waller mit den sehnenschonenden Sportarten Schwimmen und Radfahren begonnen.
Wallers Wechsel zum Triathlon war mehr oder weniger die logische Konsequenz. 1991 gründeten die Triathleten im VfL Waiblingen eine eigene Abteilung – mit Dieter Waller als Sportlichem Leiter. Früh feierten die Waiblinger in der Jugend die ersten Erfolge. Zeitweise kam die halbe Nachwuchs-Nationalmannschaft aus dem VfL. Joachim Franzmann, Dirk Bockel sowie Wallers Kinder Beatrice und Christian trugen den Namen der Stadt ins Land hinaus. Dieter Waller hatte als Trainer einen großen Anteil daran.
Auch heute noch hat der VfL Spitzentriathleten in seinen Reihen, Ricarda Lisk und Svenja Bazlen zählen zur Weltelite. Mit dem Training der beiden hat Waller zwar nichts zu tun, aber „Ricarda und Svenja genießen das Umfeld, wenn sie hier sind, und wir schauen danach, dass sie ordentliche Trainingsmöglichkeiten haben", erklärt Waller die Vereinszugehörigkeit der beiden.
Vor rund zehn Jahren begann Waller, seine eigene Karriere ein bisschen voranzutreiben. Mittlerweile hat der 63-Jährige unzählige nationale Titel geholt, wurde je fünfmal Welt- und Europameister. Für dieses Jahr hat Waller die EM in Israel und die WM in Neuseeland im Blick. Beides reizvolle (Reise-) Ziele, deren Finanzierung noch längst nicht gesichert ist. Waller wird sich auf jeden Fall vorbereiten – nach demselben Rhythmus wie jedes Jahr: zwei Wochen Langlaufen im Winter, und im Frühjahr stehen 14 Tage Radtraining auf Mallorca an.
Normalerweise plant Waller nur ein Jahr voraus, diesmal ist's ein bisschen anders. 2013 findet die Weltmeisterschaft in London statt. Auf der Original-Olympiastrecke. Wie in Peking. Noch einmal so eine olympische Gänsehaut bekommen, das könnte Waller schon gefallen. „Außerdem bin ich dann im ersten Jahr in der Altersklasse 65", sagt er. „Vielleicht wäre das ein guter Zeitpunkt, auch mal etwas anderes zu machen."
Was allerdings nicht bedeutet, dass sich Waller auf dem heimischen Sofa langmachen will. Er wird sich weiter viel bewegen. „Ich fühle mich einfach superwohl, wenn ich Sport mache", sagt er. „Viele sagen, sie müssten sich quälen. Ich habe das nie so empfunden."

Thomas Wagner Peter Zoller

DIE SKEPSIS BLIEB – BIS ZUM RENNEN.
DANN MACHTE WALLER DAS,
WAS ER MEISTENS TUT, WENN ER AN
DEN START GEHT: ER GEWINNT.

DIETER WALLER
*** 03.09.1948**

Verein	VfL Waiblingen
Erfolge	(Auszug)
1. Platz	WM AK 60 Olymp. Distanz, 2011 + 2010
1. Platz	WM AK 60 Ironman 70.3, 2008
1. Platz	WM AK 55 Sprint 2007
1. Platz	WM AK 55 Olymp. Distanz 2004

ANDI BÖCHERER

EINE TADELLOSE SAISON ODER RÜCKWÄRTS NACH GANZ VORNE

A. Böcherer als Sieger beim Citytriathlon Heilbronn 2011

... auf dem Weg zu Platz acht auf Hawaii

2011 habe ich mir fast alle Träume erfüllt, die ich hatte oder mir sogar nicht einmal getraut hatte zu träumen. Drei Ironman 70.3 Titel inklusive einem EM-Titel, eine Top10-Platzierung auf Hawaii und eine neue persönliche Bestzeit beim Ironman Südafrika standen am Ende der Saison auf der Habenseite.

Gut kann ich mich noch an die vielleicht wichtigste Situation des Jahres erinnern. Beim Ironman Südafrika fahre ich bei Kilometer 100 in einer Dreiergruppe mit Marino van Hoennacker und Raynard Tissink, als Ersterer das Tempo verschärft. Zum ersten Mal in meiner Karriere versuche ich nicht auf jeden Fall dranzubleiben, sondern lasse die beiden Athleten ziehen und vertraue darauf, auch alleine den Radpart in einer guten Zeit zu beenden. 20 Kilometer später dann die scheinbare Ernüchterung: zwei Minuten Rückstand. Ich rechne also mit einer Minute Rückstand pro zehn Radkilometer, macht „Pi mal Daumen" acht Minuten Rückstand in der zweiten Wechselzone. Nicht gerade das, was ich mir vor dem Rennen vorgenommen hatte. Aber es sollte doch ganz anders kommen...

Ich glaube an mich und versuche ein gleichmäßiges Tempo weiterzufahren. Ich vertraue einfach meinem Gefühl. Keine Watt, keine Geschwindigkeitsanzeige, kein Puls, keine Gegner als Schrittmacher. Vom Rad runter, Laufbeutel nehmen, ins Wechselzelt. Da die erste positive Überraschung an dem Tag: Ich treffe Raynard Tissink im Wechselzelt wieder. Nach wenigen Laufmetern kann ich ihn überholen und bald ist auch Marino in Sichtweite.

Am Ende des Tages schlägt mich Raynard Tissink denkbar knapp und ich erreiche in neuer persönlicher Bestzeit von 8:08:33 Stunden als Zweiter das Ziel in Port Elisabeth. Wichtiger jedoch ist für mich die Erkenntnis, dass Glaube und Selbstvertrauen doch Berge versetzen kann, und dass ein Schritt rückwärts auch manchmal ein Schritt in die richtige Richtung sein kann.

In den folgenden Rennen surfe ich auf einer Welle des Erfolgs. Nach einem ordentlichen zweiten Platz in Sebastian Kienles Wohnzimmer von Buschhütten folgen Siege in Heilbronn und beim Ironman 70.3 in der Schweiz.
Nach dem Rennen in der Schweiz dann die nächste scheinbare Ernüchterung: eine Zerrung im Gesäßmuskel und zirka vier Wochen Rad- und Laufpause. Als der erste Frust verflogen ist, nutze ich die Zwangspause zur körperlichen und mentalen Regeneration. Keine Rennen, kein Training, auch der Computer bleibt aus.

Voll regeneriert steige ich Mitte Juli wieder ins Training ein. Es bleiben keine vier Wochen Training bis zum Ironman 70.3 in Wiesbaden und meine letzte Chance, mir noch fehlende Punkte für das Kona ProRanking zu sichern. Zwar steht hinter meiner Form ein großes Fragezeichen, doch mental bin ich ausgeruht und scharre mit den Hufen wie ein junger Stier im Frühling. Und tatsächlich kann ich das Regenrennen für mich entscheiden, auch weil ich genug Selbstvertrauen habe, die nassen und rutschigen Kurven sehr langsam zu fahren und so sturzfrei zu bleiben.

Nach einem intensiven Trainingslager in Südfrankreich geht es auf dem Weg zum Ironman Hawaii nach Cancun / Mexiko zu einem weiteren 70.3 Rennen. Die Bedingungen sind äußerst brutal. Fast 40 Grad im Schatten und 90% Luftfeuchtigkeit. Selbst das Wasser hat eine Temperatur von fast 30 Grad und auf den Straßen sind noch Wasserpfützen vom allabendlichen Regenschauer.

Eigentlich wollte ich schon im Wasser und auf dem Rad das Rennen für mich entscheiden. Aber dann steige ich doch mit einer ganzen Gruppe Athleten vom Rad. Was zunächst einmal mehr für Frust sorgt, stellt sich bald als Glücksfall heraus: mit Laufstreckenrekord und sieben Minuten Vorsprung gewinne ich meinen dritten 70.3 Titel in Folge. Fast mehr noch zählt für mich die Gewissheit, dass die Laufform wieder stimmt und ich sie auch bei großer Hitze und Feuchtigkeit abrufen kann. Das letzte Puzzleteil für ein erfolgreiches Hawaiirennen war gefunden.
Nach weiteren drei Wochen Vorbereitung steigt dann das Rennen des Jahres: der Ironman Hawaii. Vom Ergebnis her mache ich das Rennen meines Lebens, die Leistung war vom Gefühl her eher durchschnittlich. Und schade auch, dass ich die letzten Meter auf dem Alii-Drive nicht genießen konnte. Zu sehr hatte mir das Rennen zugesetzt. Aber ich komme wieder! Und dann auch so fit, dass ich die letzten Meter genießen kann – denn es wäre schön, wenn ich mich das nächste Mal an sie erinnern könnte...

In diesem Sinne wünsche ich allen Lesern gutes Training und falls es mal nicht so läuft: Manchmal ist ein Schritt zurück auch ein Schritt in Richtung Erfolg!

ANDI BÖCHERER
*** 06.04.1983**

Verein	Tri-Team Kaiserstuhl (FELT racxtract Triathlon Team)
Erfolge	(Auszug)
1. Platz	EM Ironman 70.3 Wiesbaden, 2011
1. Platz	Ironman Südafrika, 2011 (8:08:33 h)
1. Platz	Ironman 70.3 Rapperswil, 2011
1. Platz	Ironman Regensburg, 2010
Web	www.andi-boecherer.de

Andi Böcherer Andi Böcherer, Citytriathlon Heilbronn

ALZ-TEAMS LASSEN SICH BEIM FINALE DIE BUTTER VOM BROT NEHMEN

Das Jahr 2011 hätte das mit Abstand erfolgreichste Jahr des ALZ Sigmaringen werden können, was die fünf gestarteten Liga-Mannschaften angeht. Nach dem Gewinn und dem Aufstieg aus der 3. Liga des Nachwuchsteams, sowie den beiden dritten Rängen der Damen und der Herren in der LBS Cup Triathlonliga Baden-Württemberg, hätten die beiden Bundesligateams das Sahnehäubchen liefern können.

Premiere und Auftakt in Paderborn am 28. Mai. Die zweigeteilte Veranstaltung in Paderborn war ein voller Erfolg. Nach einem Grand Prix-Rennen am Samstagabend starteten die Athleten und Athletinnen am Sonntag in der Reihenfolge des Vortages. Jedoch nicht als Team, sondern einzeln. Erst am Ende wurden die besten vier Einzelergebnisse der Mannschaften addiert. Erwartungsgemäß gewann bei den Männern das EJOT Team Buschhütten. Dies sollte sich auch bei allen weiteren Wettkämpfen nicht ändern. Beide ALZ-Teams schufen mit dem vierten Platz eine gute Ausgangsposition für die folgenden Wettkämpfe. Beste Athletin des ALZ war Danne Boterenbrood auf Rang Drei, bei den Männern erkämpften Voitech Dedek und Christian Löhner die besten Platzierungen.

Der 2. Juli in Schliersee geht in die Annalen des ALZ ein. Zwei Mal auf Platz Zwei war das von niemand erwartete Ergebnis der Teams aus Oberschwaben. Damit rückten die Sigmaringer in der Tabelle jeweils auf den dritten Platz vor. Tim George, Tom Davison und Per Bittner landeten unter den Top Zwölf, ebenso Gaby Manser, Tanja Dromgool und Jennifer Zenker bei den Damen.

Deutsche Meisterschaften mit Bundesliga in Grimma am 28. August. Highlight bei der dritten Veranstaltung im sächsischen Grimma war eine weitere Ausnahmeleistung eines ALZ-Athleten. Richard Murray düpierte einen großen Teil der Weltelite und gewann erstmals eine Einzelwertung für Sigmaringen in der Bundesliga. Er wurde gleichzeitig Internationaler Deutscher Meister. Dies gelang nicht einmal Olympiasieger Jan Frodeno während seiner Zeit am ALZ. Mit einer Laufzeit von 14:47 Minuten auf den abschließenden fünf Kilometern ließ der junge Südafrikaner die Konkurrenz hinter sich. In seinem Fahrwasser erkämpfte sich das Team Rang Vier, was in der Tabelle Platz Zwei bedeutete. Eine Ausgangsposition wie noch nie vor einem Finale, zumal der Dritte zwei Punkte hinter Sigmaringen lag. Auch die Damen konnten erneut punkten und schoben sich mit dem dritten Platz von Grimma auch auf Platz Zwei der Tabelle. Allerdings punktgleich mit Vorjahresmeister Witten und Griesheim. Schnellste Starterin war die erstmals in der Bundesliga eingesetzte Jutta Schäfer auf Rang Sieben.

Richard Murray düpiert die Konkurrenz bei der DM in Grimma

Maschsee, Hannover, am 4. September 2011. Finale der Triathlon Bundesliga. Zwei Sigmaringer Teams nahmen Anlauf zum Sprung auf Podiumsplätze und landeten auf dem Bauch. Die Damen verloren wegen einer einzigen Platzziffer einen fast sicheren Platz unter den Top-Drei. Viel Pech war dabei, weil etwa Jitka Simakova ein Sprintduell verliert oder weil Jutta Schäfer, wiederum schnellste Sigmaringerin, knapp an Rang Vier vorbeischrammt oder weil Hana Kolarova ausgerechnet den Zweikampf mit einer Wittener Athletin verliert … Ein geflügeltes Wort fand hier eine Umkehrung: Das Pech der Tüchtigen.
Kollektives Versagen dagegen prägte das Rennen der Männer. In keiner Phase fanden die ALZ-Starter Normalform und landeten abgeschlagen auf dem zehnten Rang. Damit rutschte das Team von Rang Zwei auf Rang Fünf der Tabelle ab. Kurios, dass damit das vor der Saison ausgegeben Soll erreicht wurde. Enttäuschung allenthalben? Könnte man sagen, aber positiv stimmt, dass das ALZ das Zeug hat, ganz vorne mitzumischen, wenn nur das nötige Glück etwas mehr hold wäre.

Elmer Gneiting Elmer Gneiting

WMF BKK-TEAM AST SÜSSEN SO GUT WIE NIE

WMF BKK-Team AST Süßen blickt auf die beste Bundesliga-Saison der Vereinsgeschichte zurück und nimmt Platz acht als Basis für 2012.

Die vorolympische Bundesliga-Saison, geprägt von den Verbands-Streitigkeiten im Vorfeld und auch deshalb in diesem Jahr verkürzt auf vier Rennen in Paderborn, Schliersee, Grimma und Hannover, ließ den AST-Verantwortlichen trotzdem Platz für eine Umstrukturierung des Kaders mit vielen neuen Gesichtern im Vorfeld der Saison. Mit Martin Sommer (vom ALZ Sigmaringen), Yves Zilian (vom Hansgrohe-Team), den beiden jungen Österreichern Erik Bildstein und Martin Bader, sowie dem belgischen Kaderathleten Pieter Heemeryck gab es viele neue Gesichter im AST-Dress in der Bundesliga-Saison 2011 zu bewundern, welche das Team verjüngten und verstärkten.

Paderborn als erste Station am 20. Mai bot den Bundesligisten einen zweitägigen Grand-Prix Sprint, welcher vom AST in der Besetzung Veith-Zilian-Bildstein-Sommer-Clavel auf Platz acht beendet wurde.

Das Highlight jeder Bundesliga-Saison liefert der jährliche Alpen-Triathlon am Schliersee. Am 2. Juli waren es Maurice Clavel, Félix Duchampt, Martin Sommer, Michael Wetzel und Sebastian Veith, welche mit Platz fünf der Tageswertung für das beste Tagesergebnis der AST-Bundesligahistorie rund um den Spitzingsee sorgten. Herauszuheben sind ebenfalls Platz sechs in der Tageswertung für Maurice Clavel, sowie die beste Laufleistung der gesamten Bundesliga durch Félix Duchampt.

Gestärkt durch das historische Ergebnis in Schliersee fuhr der AST-Express dann in Bestbesetzung bei den im Rahmen des Bundesliga-Rennen in Grimma stattfindenden, Deutschen Meisterschaften wiederum Platz fünf in der Tageswertung ein. Paul Reitmayr, Luis Knabl, Yves Zilian, Maurice Clavel und Pieter Heemeryck bestätigten im ostdeutschen Triathlon-Mekka somit die hervorragende Leistung von Schliersee im Topfeld der DM.

Es gab 2011 viele neue Gesichter im AST-Dress zu bewundern

DAS HIGHLIGHT JEDER BUNDESLIGA-SAISON LIEFERT DER JÄHRLICHE ALPEN-TRIATHLON AM SCHLIERSEE.

Hoch in den Norden ging es dann zum Bundesliga-Finale nach Hannover Anfang September. Erik Bildstein, Paul Reitmayr, Maurice Clavel, Yves Zilian und Pieter Heemeryck lieferten rund um den Hannoveraner Maschsee ein wiederum tolles Rennen und beendeten mit Platz acht in der Tages- sowie in der Teamwertung eine tolle AST-Saison in der Bundesliga.

Die Saison 2011 hat für die Bundesligisten aus Süßen gezeigt, dass eine weitere Entwicklung nach vorne für den AST in der Bundesliga möglich und machbar ist. Gestärkt von den Leistungen in 2011 ist eine weitere tabellarische Verbesserung in 2012 das Ziel der AST-Verantwortlichen.

Simon Weißenfels AST Süßen

ERFOLGREICHE BWTV ATHLETEN 2011

27.02.2011 // DM WINTERTRIATHLON OBERSTAUFEN			
Brodbeck, Robin	SG Dettingen Erms	JUG M	3
Denzinger, Tobias	DAV Ravensburg	JUN M	3
Göhner, Michael	TSG Reutlingen	AK3 M	1
Göhringer, Robin	AST Süßen	JUN M	2
Hagmann, Uli	TV Mengen	JUG M	1
Kaltenmaier, Rebecca	TNB Malterdingen	AK 2 W	2
Käshammer, Roland	SC Lauf	MK 55 M	2
Kaupp, Rainer	TC Backnang	MK 55 M	3
Lehnen, Jens	SG Dettingen Erms	MK40 M	2
Lehnen, Jens / Holder, Steffen / Wolfer, Andreas	SG Dettingen Erms		3
Lingk, Otto	TSV Frickenhausen	MK 60 M	3
Maihöfer, Edgar	DJK Schwäbisch Gmünd	MK 45 M	2
Räuber, Mill Magrit	ASC Konstanz	MK 45 W	1
Sauter, Fabian	SF Dornstadt	AK2 M	2
Sauter, Bernd	SF Dornstadt	MK 50 M	3
Trebing, Immo	ENCW Team TSV Calw	MK 50 M	1
Wilm, Sarah	TV Mengen	JUG W	1
Wolter, Reinhold	TV Pfaffenweiler	MK 75 M	1
26.03.2011 // WM WINTERTRIATHLON JÄMIJÄRVI (FIN)			
Wolter, Reinhold	TV Pfaffenweiler	AK 75	2
01.05.2011 // DM DUATHLON OBERURSEL			
Alt, Gerhard	SC Plüderhausen	M 70	1
Beil, Peter	Karlsruhe Lemminge	M 60	1
Haas, Bettina	VfL Pfullingen	W 45	1
Jahncke, Cornelia	Tria Echterdingen	W 55	1
Lörsch, Claudia	LSV Ladenburg Triathlon	W 60	1
Moldan, Johannes	FC Dörlesberg	M 20	1
Rahn, Fabian	SSC Karlsruhe	Elite	2
12.06.2011 // DM MITTELDISTANZ KULMBACH			
Dietrich, Johannes	DAV Ravensburg	SEN 4	2
Haak, Steffen	TNB Malterdingen	AK 2	3
Kömpf, Rahel	ENCW Team TSV Calw	AK 3	3
Kuhnert, Stefanie	VfL Pfullingen	AK 1	1
Luft, Andrea	TNB Malterdingen	Ak 3	1
Mayer, Simone	Soprema Team SV Mannheim	Ak 4	2
Müller, Wolfgang	SV Tria Schramberg	SEN 2	1
Preusch, Sigrid	VfL Pfullingen	SEN 3	1
Profaska, Detlef	DAV Ravensburg	SEN 4	1
Rudolph, Kati	Soprema Team SV Mannheim	AK 4	1
Schmidt, Stefan	Sparda Team Rechberghausen	Elite	1
Wiesner, Daniel	Schopfheim	AK 4	3
Wolff, Hartmut	Tri-Team Heuchelberg	SEN 4	3
25./26.06.2011 // EM PONTEVEDRA (ESP)			
Philippin, Hanna	VfL Sindelfingen	Juniorinnen	1
Zoller, Peter	VfL Waiblingen	M 55	2
Waller, Dieter	VfL Waiblingen	M 60	1

02./03.07.2011 // DM TRIATHLON DÜSSELDORF			
Baumgartner, Stefan	TV Dettingen/iller	AK 1	3
Bock, Michael	TRI-TEAM Freiburg	SEN 2	1
Fleck, Franziska	Soprema Team SV Mannheim	AK 3	1
König, Johannes	Soprema Team SV Mannheim	AK 2	2
Lörsch, Claudia	Soprema Team SV Mannheim	SEN 5	3
Rudolph, Kati	Soprema Team SV Mannheim	AK 4	1
Schmidt, Stefan	Sparda Team Rechberghausen	AK 3	1
30.07.2011 // DM JUGEND BRAUNSCHWEIG			
Antoni, Sharon	ETSV Lauda	Jugend A	1
Antoni, Sharon / Sprißler, Laura / Wilm, Sarah	Team BWTV	Jugend A	1
Hackenjos, Timo	SV Kirchzarten	Jugend B	3
Hackenjos, Timo / Ehinlanwo, Dominc / Hannes, Lang	Team BWTV	Jugend B	1
Heid, Katharina / Sterk, Jana / Schäfer, Jill	Team BWTV	Jugend B	1
Philippin, Hanna	VfL Sindelfingen	Juniorinnen	1
Sprißler, Laura	TV Mengen	Jugend A	2
Wilm, Sarah	TV Mengen	Jugend A	3
20.08.2011 // DM CROSS TRIATHLON ZITTAU			
Blood, Rainer	SF Dornstadt	AK 45-49	2
Kienle, Sebastian	Tri-Team Heuchelberg		2
Mauch, Robert	SF Dornstadt	AK 55-59	3
Müller, Sven	TF Feuerbach	AK 30-34	3
Rapp, Sonja	TF Feuerbach		3
Sauter, Bernd	SF Dornstadt	AK 50-54	1
Sauter, Dorothea	SF Dornstadt	AK 50-54	2
Schneider, Jörg	TSG Reutlingen	AK 40-44	1
Steininger, Marcel	TG Bad Waldsee	AK 18-19	3
Steininger, Heike	TG Bad Waldsee	AK 45-49	3
Weber, Clemens	SC Lauf	AK 50-54	2
Weber, Brigitte	SC Lauf	AK 50-54	1
Zoberbier, Thilo	SF Dornstadt	AK 25-29	2
Zoberbier, Manfred	SF Dornstadt	AK 60-64	1
28.08.2011 // DM U23 GRIMMA			
Knapp, Anja	SG Dettingen Erms	U 23	2
Philippin, Hanna	VfL Sindelfingen	U 23	3
04.09.2011 // DM LANGDISTANZ KÖLN			
Crnjak, Simone	VfL Sindelfingen	W 30	3
Grüber, Almuth	MTG Mannheim	W 30	1
Hebding, Marion	Soprema Team SV Mannheim	W 40	1
Kolatschek, Julian	TG Schömberg	M 25	3
Ruff, Eugen	Post SV Tübingen	M 20	2
Schmid, Stefan	TSV Crailsheim	M 30	3
Weinmann, Markus	Tria Echterdingen	M 45	1
04.09.2011 // WM DUATHLON ZOFINGEN			
Müller, Jochen	SV Kirchzarten	M 35-39	3
Schneider, Brigitte	SF Dornstadt	W 50-54	1
Walli, Bernhard	SC Karlsbad	M 55-59	1
10.09.2011 // WM PEKING OLYMP.			
Waller, Dieter	VfL Waiblingen	M 60-64	1
10.09.2011 // WM PEKING SPRINT			
Zoller, Peter	VfL Waiblingen	M 55-59	2
08.10.2011 // IRONMAN HAWAII			
Angst, Wolfgang	TG Schömberg	AK 40-44	3
Dülsen, Marc	Team Silla Hopp	AK 25-29	3
Haak, Steffen	TNB Malterdingen	AK 25-29	2
05.11.2011 // WM LANGDISTANZ HENDERSON (USA)			
Horlacher, Frank	SV Nikar Heidelberg	AK 40	2

IMPRESSUM

TRIATHLON BADEN-WÜRTTEMBERG 2012

Herausgeber BWTV /// Baden-Württembergischer Triathlonverband e. V. /// Fritz-Walter-Weg 19 /// 70372 Stuttgart
Tel. 0711. 28077-350 /// Fax 0711. 28077-353 /// info@bwtv.de /// www.bwtv.de

Chefredaktion V.i.S.d.P. Peter Mayerlen /// info@bwtv.de

Autoren und Mitarbeiter* Tobias Ködel /// Lubos Bilek /// Johannes Gesell /// Dan Lorang /// Reimund Mager
Oliver Schotte /// Petra Masching /// Ulrike Manthey /// Sebastian Dumitru /// Harald Gehring /// Hanna Philippin
Sebastian Kienle /// Thomas Wagner /// Andi Böcherer /// Elmer Gneiting /// Simon Weißenfels

Fotografen* Marco Müller /// Werner Staehr /// Reimund Mager /// Peter Mayerlen /// Johannes Gesell
Kerstin Winterkamp /// Frank Wechsel /// Felix Rüdiger /// Bernd Fischer /// Jens-Peter Becker /// Christian Bender
Peter Zoller /// Ricarda Lisk /// Elmer Gneiting

Gestaltung & Satz siegel konzeption gestaltung, www.jochen-siegel.de

Druck Offizin Scheufele, Druck und Medien GmbH & Co. KG Stuttgart

Anzeigen Peter Mayerlen c/o, BWTV Geschäftsstelle /// Iris Förch EL&KA, Heilbronn

* Für etwaige Unvollständigkeit wird um Nachsicht und Entschuldigung gebeten.
Aus Gründen der Vereinfachung wird in manchen Texten die männliche Schreibform für beide Geschlechter verwendet. Die gewerbliche Nutzung des Adress-, Bild- und Namenmaterials ist nicht gestattet. Gemäß dem Bundesdatenschutzgesetz sind personenbezogene Daten besonders geschützt.
Eine Übernahme der in dieser Broschüre enthaltenen Informationen auf Datenträger ist nicht zulässig.

Europcar

GEMEINSAM FAHREN. GEMEINSAM SIEGEN.

Falls Sie gleich das ganze Team mitnehmen möchten, günstige Mehrsitzer gibt's bei:

Europcar Autovermietung GmbH
Devizesstraße 18
71332 Waiblingen
Tel. 07151 / 9 53 60