

## Triathlonvorbereitung für Einsteiger und Aufsteiger

Im Rahmen des „Einsteinmarathonvorbereitungsprogrammes“ wurde in diesem Jahr erstmalig eine Triathlonvorbereitung angeboten. Tom und Ich hatten auf Anfrage der Organisatoren zugesagt, falls sich jemand traut, die Gruppe auf den Erbacher Triathlon vorzubereiten. Tatsächlich wagten 8 mutige Frauen und Männer die Anmeldung und so begann im März die Vorbereitung.

Wir als „Trainier“ hatten uns überlegt, alle 3 Disziplinen je Woche anzubieten, sozusagen als Auswahl.

Ok, beim ersten Schwimmtraining kamen alle, und wir dachten das wird sich schon noch etwas verteilen.

Ups, wieder alle da.

Ups, die wollen auch alle mitradeln.

Und so kam es dass unser Trainingsangebot mehr als rege angenommen wurde und wir richtig Spaß dabei hatten.

Doch das war den Einsteigern nicht genug! Es wurden unter den Teilnehmern auch noch weitere gemeinsame Trainingstermine vereinbart.

Hier hatten sich 8 + 2 fremde Menschen zufällig zusammengefunden, die menschlich zueinander passten, einem gemeinsamen Ziel entgegenstrebten und sich hierbei gegenseitig unterstützten.

Es entstand ein TEAM!

Eigentlich erstaunlich, wenn so etwas geschieht während man sich auf einen Einzelwettkampf vorbereitet, bei dem Teamwork (beim Radln) sogar verboten ist!

Das Ziel, den Erbacher Triathlon erfolgreich zu beenden, gelang trotz allem Einsatz nicht allen. Aber weit gefehlt wer da denkt es hätte jemand gekniffen.

Beate hatte sich im Büro einen Hexenschuß zugezogen und Amrei hatte bereits vor ihrer Anmeldung für eine zeitgleich stattfindendes einwöchiges Lafevent zugesagt. Bei Stefan war leider im Wettkampf die Luft raus – aber natürlich nur aus dem Reifen – und er musste mit technischem Defekt aufgeben. Er hat sich mit seinem Sieg eine Woche später bei der Ulmer Laufnacht auf der 50km-Strecke mehr als ein Trostpflaster verpasst!

Sabrina, Sandy, Thomas und Michael haben uns als Trainier voll überzeugt und perfekte Wettkämpfe gezeigt. Ein kleiner Höhepunkt lieferte natürlich Wolfgang ab, der tatsächlich seine Altersklasse gewinnen konnte.

Mittlerweile hat Amrei nicht nur einen Sprinttriathlon sondern auch die Olympische Distanz erfolgreich gefinisht.

Und die neuen Ziele?

Die Gruppe versucht komplett in Eberbach im September an den Start zu gehen.

Amrei hat sich in Zell am See beim Ironman 70.3 im August angemeldet und Stefan hat einen Startplatz beim Ironman in Roth für 2012 ergattert. WOW!

Abschließend bleibt mir und Tom nur zu sagen:

Es war Spaß pur und immer super mit Euch - Danke

Toni