



Abteilung Triathlon

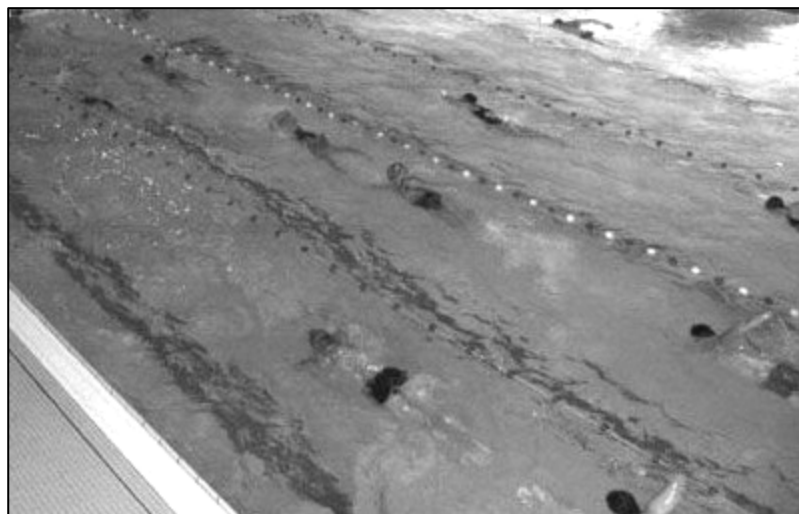
Kai Andres (0 62 06) 15 51 75
E-Mail: triathlon@tv-lampertheim.de

In der vorliegenden Ausgabe des TV-Info möchte die Abteilung einmal den Weg skizzieren, wie man zum Triathlonsport kommen kann. Für viele geht es beim Triathlon immer nur um den Einzelkämpfer, den Ironman, aber es gibt auch viele weitere Fassetten des Sports und auch Teamgeist kommt, zumindest beim Turnverein, nicht zu kurz.

Wie man den Weg zu unserem Sport finden kann, beschreibt folgender Bericht:

..... einfach nur schwimmen lernen:

Dieser Satz wurde bereits von vielen inzwischen aktiven Triathleten der Abteilung verwendet. Am Anfang möchte man lediglich das „Kraulen“ erlernen und da bietet es sich an, den Anfängerkurs „vom Brustschwimmen zum Kraulen“ der Triathlonabteilung zu besuchen. Durch die regelmäßige Teilnahme am Schwimmtraining und den Kontakt zu anderen Mitgliedern bzw. aktiven Triathleten bekommt man langsam einen Einblick in den Triathlonsport. Da auch das Laufen in



der Gruppe wesentlich mehr Spass macht, kommt eine weitere Disziplin hinzu. Rad fahren kann sowieso jeder, sodass langsam der Gedanke an einen Schnuppertriathlon heranreift. Man erfährt von Vereinskollegen wann welche Wettkämpfe stattfinden und das Interesse ist geweckt. Dann ist es nicht mehr weit und die erste Anmeldung für einen

Schnuppertriathlon wird getätigt. Selbstverständlich möchte man den Wettkampf erfolgreich absolvieren und holt sich daher den ein oder anderen Rat bzw. einen Plan von der Trainerin, um sich ja optimal vorzubereiten. Am Tag „X“ ist man sehr aufgeregt aber auch freudig erregt, am ersten Wettkampf teilzunehmen. Wenn der Startschuss fällt ist alle Nervosität vorbei und es wird versucht, das Erlernte so gut wie möglich umzusetzen. Die Zuschauer, darunter auch viele Vereinskollegen/innen, feuern den Neuling an und der Wettkampf geht rasend schnell vorbei. Im Zielbereich kommen Gefühle wie Stolz, Freude,



Erleichterung zum Ausdruck und der Gedanke an den nächsten Wettkampf reift bereits heran. Das Ziel einmal an einer olympischen- oder Mitteldistanz oder gar an einem Ironman teilzunehmen ist nicht mehr nur ein Traum, nein, es kann Realität werden. Man muss sich einfach nur trauen und sich sagen, dass jeder mal klein angefangen hat. Also, einfach nur schwimmen lernen ...

Was hat sich in der Abteilung getan?

Auch zur Weihnachtszeit finden die Triathleten immer wieder einen Grund zu trainieren. Am 22.12.2008 wurde es sich zu einem kleinen Weihnachtsumtrunk nach dem Schwimmtraining gemütlich gemacht.



Am Weihnachtsmorgen traf man sich nochmals zu einem Lauf an der Förster-Braun-Hütte, wobei nach dem Lauf der Körper mit diversen Getränken regeneriert werden konnte.



Der auch im letzten Jahr wieder angebotene Kurs „vom Brustschwimmen zum Kraulen“ wurde auch 2008/2009 wieder gut angenommen und zahlreich besucht. Ebenso der von Oktober bis März stattfindende Laufschulkurs. Selbst die kalten Temperaturen hielten unsere Athleten nicht davon ab ihre sonntäglichen Radausfahrten auf dem Mountainbike abzuhalten.

Die Anzahl der Mitglieder ist einmal mehr gestiegen, was zeigt, dass der Sport weiterhin in Deutschland und

in Lampertheim Einzug hält.

Den Abschluss des erfolgreichen Jahres 2008 feierten die Triathleten mit ihrer Abteilungsfeier am 31.01.2009. Nachdem die Saison beendet wurde und man schon wieder fleißig für die bevorstehenden Wettkämpfe trainierte, lud die Abteilung zum gemütlichen Beisammensein im London Pub ein.