

## 12. Rodgau - Triathlon 2013 Team Kriegelstein - internationaler den je!

**Sonntag 25. August 2013**, es ist 5:45 Uhr und der Wecker klingelt in Glashütten! Für einen Sonntag ist das ziemlich früh, jedoch steht heute der Triathlon in Rodgau - Dudenhofen auf dem Programm und da will man auf keinen Fall zu spät kommen.

**Jedermann Distanz:**  
400m Schwimmen / 14km Radfahren / 4km Laufen

Am Vorabend wurden bereits die benötigten Sportutensilien gepackt und somit kann es pünktlich um 6:15 Uhr losgehen in Richtung Zeilsheim. Hier treffen sich die Protagonisten Vojo, Rafael und Michael im Frankenthaler Weg. Vojo ist so nett und stellt seinen Bulli als Teambus zur Verfügung! Den Preis des coolsten Teamfahrzeuges gewinnen wir auf jeden Fall! Nachdem die Räder und Taschen im Bus verstaut sind geht es direkt los! Die Stimmung ist gut, das Wetter eher nicht. Aber erhöhte Luftfeuchtigkeit, im Volksmund auch als Regen bezeichnet, kann unsere Vorfreude auf den Wettkampf nicht trüben. Für Vojo und mich ist es der erste Triathlon überhaupt. Mit allen offenen Fragen können wir Rafael löchern, er hat schon einige Triathlons absolviert. Es ist immer von Vorteil, wenn man jemanden dabei hat, der weiß wie es funktioniert! Um 7:45 Uhr erreichen wir den Parkplatz am Veranstaltungsort. Hier treffen wir Gaby und Kurt. Gaby wird mit uns den Wettkampf bestreiten und Kurt macht die Fotos! Vielen Dank dafür. Nachdem wir die Startunterlagen abgeholt haben, schauen wir uns mal alles an. Danach wird das Fahrrad in die Wechselzone gebracht und alles vorbereitet. Jeder richtet sich seinen Platz optimal ein, damit die Wechsel nachher reibungslos funktionieren. Mittlerweile ist es 8:30 Uhr und wir stehen bei der Wettkampfbesprechung. Hier werden allen Teilnehmern nochmals die Regeln und Abläufe mitgeteilt! Nun wird es ernst. Nachdem der Neopren Anzug angezogen ist, geht's langsam an den Start! Um 9:05 Uhr ist es endlich soweit und wir gehen ins Wasser. An der Spitze des Feldes geht's ziemlich heiß her, hier ist es ziemlich eng und hier wird um jeden Meter gekämpft. Aus diesen Querelen halten wir uns raus und schwimmen am Rande des Feldes, somit bekommen wir relativ wenig ab! Nach 8:30 Minuten ist der Spaß auch schon zu Ende und es geht zum ersten Mal in die Wechselzone! (steiler nicht zu verachtender Anstieg) Auf dem Weg zum Rad wird schon der Neopren Anzug aufgemacht und halb ausgezogen. Am Fahrrad wird er komplett ausgezogen, nun schnell Füße abtrocknen und ab in die Radschuhe, Helm auf und verschließen und ab geht's auf die Strecke. Mittlerweile nieselt es aber wir kommen alle ganz gut voran! Jetzt ist



Der coolste TEAM-Bus



Vojo, Gaby, Michael



vor dem Start



Startimpressionen



Weg zum 1. Wechsel

meine Disziplin dran. Ich gebe alles und kann einige die schneller geschwommen sind überholen. Die Strecke ist topfeben und somit kann man richtig Tempo machen. Nach 24 Minuten Fahrzeit, mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 35 km/h, ist auch diese Disziplin vorbei. In der Wechselzone wird das Fahrrad wieder platziert die Schuhe gewechselt und auf geht's auf die 4km lange Laufstrecke. Nun heißt es abermals den Rhythmus finden und so schnell wie möglich rumkommen. Bei Kilometer 2 (Wendepunkt) gibt es Wasser und Iso-Wasser. Kurz hinter mir erreicht auch Vojo den Wendepunkt. Ab hier habe ich einen guten Rhythmus und laufe zügig in Richtung Ziel. Nach **01:01:03,77** Stunden erreiche ich sehr zufrieden, über die eitere Leistung, das Ziel. Nur 30 Sekunden später erreicht mein Trainings-Spezl Vojo das Ziel, ihm dicht auf den Fersen kommen Gaby und Rafael. Jetzt erstmal ein alkoholfreies Bierchen trinken und stolz wie Oskar über das erste Triathlon Finish sprechen. Danach holen wir alle unser Fahrrad und die Klamotten aus der Wechselzone. Jetzt noch schnell trockene und warme Klamotten anziehen und ab geht's an den Bratwurststand! Hier wird direkt bei Hubertus die Teilnahme für 2014 fixiert. Um 12:00 Uhr verlassen wir die Veranstaltung in Richtung Zeilsheim. Mittlerweile schüttet es wie aus Eimern. Noch ein kurzer Abstecher im Radsporthaus Kriegelstein (Verkaufsoffener Sonntag) auf eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen. Der Teamsponsor muss ja auch bescheid wissen!

Fazit: Für Vojo und mich war es ein gelungener Einstand in den Triathlon Sport. Es ist auch auf einer solch kurzen Distanz eine echte Herausforderung, da man auch hier die Belastungswechsel erst einmal gut meistern muss! Danke an Gaby und Rafael fürs einspringen - es war echt cool mit Euch!



Rafael im Ziel



Platz	Nr.	Name Vorname	Verein	Endzeit	Jg	AK
38	200	TRÜTZSCHLER Felicitas	keine Angabe	01:01:29.50	84	TW25
39	241	SCHMIDT Gaby	Freunde der SG Nied-Trias	01:01:34.22	63	TW50
40	008	SCHULTHEIS Ann-Kathrin	Radteam Neu-Isenburg	01:02:17.68	91	TW20
140	300	KATZENSTEINER Michael	Freunde der SG Nied-Trias	01:01:03.77	70	TM40
141	292	HANF Thomas	keine Angabe	01:01:09.05	71	TM40
142	067	BASALDELLA Fabian	TGS-Jügesheim	01:01:10.00	97	JmA
143	342	KORCZYK Christian	Vfl Münster	01:01:14.55	62	TM50
144	101	WENZEL Rocco	keine Angabe	01:01:32.98	79	TM30
145	325	SURLAN Vojo	Freunde der SG Nied-Trias	01:01:33.27	67	TM45
154	110	WAHLE Wolfgang	keine Angabe	01:02:24.93	74	TM35
155	351	WAHL Rafael	Freunde der SG Nied-Trias	01:02:27.18	61	TM50

...auch die Offenbach Post berichtet..

Montag, 26. August 2013

SPORT



Auftakt zum Triathlon am Nieder-Rodener Badensee. 765 Teilnehmer sprangen ins Wasser. • Foto: Leonhardt

## Mit Frauenpower zum Doppelsieg

Zwölfter Rodgau-Triathlon: Tochter Delphine gewinnt die Olympische, Mutter Angelika die Jedermann-Distanz

von Patrick Leonhardt

**NIEDER-RODEN** • Beim Rodgau-Triathlon feierten Angelika und Delphine Halberstadt aus Dreieich einen Doppelsieg.

Beim Triathlon vor der eigenen Haustür wollten die Teilnehmer aus Rodgau den Heimvorteil nutzen und ganz oben auf dem Siegereichen landen. „Leider hat es nicht ganz geklappt“, stellte Dieter Dackau, Triathlon-Abteilungsleiter des TSV Dudenhofen, nach dem zwölften Rodgau-Triathlon des Turn- und Sportvereins rund um den Badensee in Nieder-Roden

fest. Dennoch durfte er aus Rodgauer Sicht mit den Ergebnissen zufrieden sein.

Über die Olympische Distanz (1,4/40/10) trug sich erstmals Marcel Bischof (Tria Team ASSRC Aschaffenburg) in die Siegerliste ein. In 1:53:06 Stunden unterbot er den Streckenrekord von Enrico Knobloch (RV „Germania“ Jügesheim) aus dem Jahr 2009 um 53 Sekunden. Knobloch belegte gestern mit vier Minuten Rückstand auf den Sieger Rang drei vor Florian Fritsch (1:59:33). Der gebürtige Rodgauer startet für den EOSC Offenbach. Zweiter wurde Pascal Ramali (keine

weiteren Angaben) in 1:55:49 Stunden.

Bei den Frauen triumphierte die erst 18-jährige Delphine Halberstadt (Vfl, Münster) nach ihrem Sieg im vergange-

**op Fotogalerie**  
www.op.online.de

nen Jahr über die Jedermann-Distanz nun auch über die Olympische Distanz und trat in 2:16:25 Stunden die Nachfolge ihre Teamgefährtin Martina Maul an. Zweite wurde die Jügesheimerin Jasmin Rupp (2:21:08), die für den ASC Darmstadt startet, vor Frauke Hübner (ebenfalls aus Rodgau, 2:22:01).

Delphine Halberstadt war früher Schwimmerin und bestreitet seit zwei Jahren Triathlon-Wettkämpfe. „Dieses Jahr durfte ich das erste Mal über die Olympische Distanz starten. Das war im vergangenen Jahr aufgrund meines Alters noch nicht möglich“, erklärt die 18-Jährige. „dieser Wettkampf am Saisonende hat mich sehr gereizt. Es hat viel Spaß gemacht, ich hätte es mir schlimmer vorgestellt.“ Im Ziel angekommen musste sie erst einmal warten, bis alle Ergebnisse ausgewertet waren, „denn wir sind in zwei Gruppen gestartet“, berichtet Delphine Halber-

stadt. Umso größer war die Freude, als ihr Gesamtsieg feststand.

Auch über die Jedermann-Distanz (0,4/14/4) sprang für Rodgau ein zweiter Platz heraus. Hinter Lars Anders (DSW Darmstadt, 42:52 Minuten) belegte der erst 16-jährige Tobias Oed, der allerdings für den Vfl Münster in die Wettkämpfe geht, in 44:31 Minuten den zweiten Platz. Rang drei erreichte Oliver Mernberger von der SKG Sprendlingen, der nach 45:06 Minuten die Ziellinie überquerte.

Bei den Frauen sicherte sich Angelika Halberstadt

(SKG Sprendlingen) in 49:29 Minuten den ersten Platz und machte damit den weiblichen Doppelsieg ihrer Familie in beiden Wettkämpfen perfekt. Hinter Verena Benitin (Sport- und Naturheilpraxis RheinMain) und Gesine Lorenz (SG Nied) belegte die Rödermärkerin Lisa Weidelt (55:27 Minuten) den vierten Platz.

Bei den Staffeln schließlich gab es einen Rodgauer Sieg. Steffen Hartig (Sieger über die Olympische Distanz in den Jahren 2004 bis 2007), Andreas Beseler und Pierre Sasinska (Tria Team 1) ließen die Konkurrenz hinter sich.