

Triathlon – Jedes Training zählt

Das Triathlon-Projekt wird von Herrn Lindemeyer geleitet. An den ersten beiden Tagen waren die Triathleten viel unterwegs: Sie haben die drei Disziplinen Schwimmen, Laufen und Fahrrad fahren einzeln geübt, ohne den Wechsel zwischen den Sportarten. Dabei waren sie im Freibad Brauweg und im Stadion des SVG auf der Radrennbahn. Die Durchführung der einzelnen Sachen wurde dabei so weit wie in der kurzen Zeit möglich optimiert und wir konnten bei unserem Besuch dort schon starke sportliche Leistungen beobachten. Für den dritten Tag hat sich die Gruppe viel vorgenommen: Sie wollen einen Iron-Man Triathlon durchführen. Natürlich nicht jeder für sich, das ist nicht zu schaffen in der kurzen Zeit. Sie haben sich überlegt, dass sie die Kilometer, die man bei den jeweiligen Sportarten machen muss, auf alle Teilnehmer aufteilen. Das heißt, die 3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Fahrradfahren und die 42 Kilometer Laufen werden in kleinere Teile zerlegt, so dass beim Radfahren jeder etwa 15 Kilometer fahren muss. Wie viel dann jeder genau machen muss hängt von der eigenen Leistungsfähigkeit ab, die in den beiden Tagen vorher ermittelt wurde. Bei unserem Besuch am dritten Tag waren sie gerade dabei, die Kilometer beim Radfahren zu bewältigen, nachdem sie vorher bereits Schwimmen waren. Sehr positiv aufgefallen ist uns dabei, dass andere Radfahrer auf der Radrennbahn, „alteingesessene Profis“, den Triathleten helfen und technische und taktische Tipps geben, obwohl sie ihnen vollkommen fremd sind. Für die Präsentation am Freitag hat sich die Gruppe auch etwas Schönes ausgedacht: Es wird ein Spaß-Triathlon stattfinden, der in Alltagsachen absolviert werden kann und aus ausgedachten, witzigen Disziplinen besteht.



Der Name „Jedes Training zählt!“ ist der Name einer Organisation, die Spenden sammelt um gegen Krebs zu helfen. Dabei kann sich jeder Sportler ein Sparschwein der Organisation holen und jedes Mal, wenn er Sport macht, tut er ein wenig Geld dort hinein. Ein solches Sparschwein wird auch am Freitag da sein. Dort kann dann jeder ein wenig Geld als „Startgeld“ hineintun.

