

Karsten Hoffmann stellte sich der olympischen Distanz

Nachtsheim-Duo beim Indeland-Mitteldistanz-Triathlon am Start

SINZIG. 1650 Teilnehmer starteten beim Wettkampf über 1,8 km Schwimmen, 88 km Rad und 21,1 km Laufen. Mit dabei Vater Frank und Sohn Christoph Nachtsheim vom Tri-Team Sinzig.

Im Blausteinsee, einem ehemaligen Braunkohletagebau, startete mit dem Schwimmen die

erste Disziplin und nach 36:17 min konnte Frank das Wasser verlassen, gefolgt von Sohn Christoph, mit 38:07 min.

Beim Radfahren liefen die ersten 20 km noch mit einem 37er Schnitt, bevor es dann für die nächsten 20 km gegen den heftig aus Westen heran stürmenden Windböen mit Geschwin-

digkeiten bis zu 60 km/Std. ging. Da es in der Region um Aldenhofen nicht sehr bergig ist, hatte der Veranstalter noch einen Abstecher in den Tagebau vorgesehen, so dass zusätzlich zum Wind auch noch Rampen von 10 Prozent zu bewältigen waren. Christoph konnte dann auf der zweiten Radrunde bei km 68 Frank überholen und so den Rückstand aus dem Schwimmen wett machen. Mit einer Radzeit von 2:37 Std. stieg dann Christoph gefolgt von Frank mit 2:40 Std. vom Rad und wechselte zum Halbmarathon. Die Laufstrecke ging über 4 Runden zunächst durch die Stadt Aldenho-

fen, bevor es dann durch die Umliegenden Felder ging. Im Laufen konnte Christoph seinen Vorsprung weiter ausbauen und lief nach 1:48:27 durchs Ziel, was mit 5:09:53 Std. den 11. Platz in der Altersklasse M20 bedeutete. Frank erreichte das Ziel mit einer Laufleistung von 1:51:58 Std. und des ges. Zeit von 5:15:18 Std. - 13 Platz in der AK50.

Karsten Hoffmann hatte ebenfalls mit dem Starken Gegenwind auf der Olympischen Distanz (1,5-40-10 km) zu kämpfen und finishte seinen Wettkampf nach 2:56:54 Std. auf dem 16 Platz M45.



Christoph und Frank Nachtsheim.

Foto: Wilfried Schneider

1. Platz für Karl-Heinz Seer in Zell beim Mosel-Triathlon

Mosel-Triathlon in Zell



Karl-Heinz Seer auf der Zielgerade in Zell. Foto: Wilfried Schneider

SINZIG. Karl-Heinz Seer bewies erneut seine Qualitäten auf der Olympischen Triathlon-Distanz in Zell an der Mosel. Obwohl der Senior sich eher auf den längeren Distanzen wohlfühlt, gelang ihm an der Mosel der Klassensieg in der M55. Mit einer Zeit von 2:42:14 Std. über 1,5 km Schwimmen - 60 km Rad und 10 km Laufen - bedeutete dies auch der 59. Platz insgesamt.

Ein tolles Ergebnis und eine Werbung für den Triathlon-Sport. Wer diesen einmal live in unserer Region erleben möchte, ist herzlich eingeladen am 10. September beim 25. Rhein-Ahr-Triathlon in Remagen zuzuschauen oder auch selbst an den Start zu gehen. Starplätze für Einzelstarter und Staffeln sind noch verfügbar. Weitere Infos auf www.triteam-sinzig.de.