



Schleswig-Holsteinische
Triathlon-Union e.V.

Triathlon ganz oben



SHTU-Jahrbuch
2013/2014





Präsident / Sportwart (komm.)
Uwe Euskirchen
Pelzerhakener Str. 15-17, 23730 Neustadt
Tel. 0451 - 397 75 34
uwe.euskirchen@shtu.de



Vizepräsident Finanzen
Günther Schall
Mählsweg 19, 24159 Kiel
Tel. 0431 - 368 97
guenther.schall@shtu.de



Vizepräsident Leistungssport
Michael Schröder
Stralsunder Str. 2b, 23879 Mölln
Tel. 045 42 - 83 56 70
Fax 045 42 - 83 54 54
michael.schroeder@shtu.de



Pressewart
Niels-Peter Binder
Wilhelmshavener Str. 14, 24105 Kiel
Tel. 0431 - 80 25 10
niels-peter.binder@shtu.de



Lehrwart
Sven Schulze
Kolberg-Körllin-Str. 13, 23843 Bad Oldesloe
Tel. 04531 - 670188
sven.schulze@shtu.de



Kampfrichterwart (komm.)
Rüdiger Stamp,
Franckestr. 3, 24118 Kiel
ruediger.stamp@shtu.de



Landestrainer
Josef Dankelmann
Bachstr. 62, 22941 Bargteheide
Tel. 045 32 - 26 06 58
Fax 045 32 - 26 28 27
josef.dankelmann@shtu.de



Vorsitzender Jugendausschuss
Ehrhardt Petter
Fridtjof-Nansen-Weg 28, 24119 Kronshagen
Tel. 0431 - 26 09 96 71
Fax 0431 - 52 92 44
ehrhardt.petter@shtu.de



Regionalligawart
Wolfgang Krawczyk
Achtern Diek 18a, 27619 Bornhöved
Tel. 043 23 - 24 48
Fax 043 23 - 91 96 72
wolfgang.krawczyk@shtu.de



Ehrenpräsident
Bernd Lange
Feuerbachstr. 1, 24107 Kiel
bernd.lange@shtu.de



Geschäftsstelle
Jacqueline Bülow
Zum Forellensee 1a, 24802 Kleinvollstedt
Tel. 043 30 - 99 94 53
Fax 043 30 - 99 94 54
geschaeftsstelle@shtu.de

Carsten Bieler übergab das Präsidentenamt an Uwe Euskirchen

>> Schleswig-Holsteins Triathletinnen und Triathleten haben seit rund einem Jahr einen neuen Präsidenten. Auf dem Verbandstag 2012 der Schleswig-Holsteinischen Triathlon-Union wählten die Delegierten aus den Ausdauersportvereinen Uwe Euskirchen an die Spitze ihres Fachverbandes. Der 61-jährige aus Neustadt/Holstein trat die Nachfolge von Carsten Bieler an, der nach insgesamt 16 Jahren Vorstandsarbeit für die SHTU auf eine erneute Kandidatur verzichtet hatte. In zwei Amtszeiten (1993 bis 1997 und 2009 bis 2012) führte Bieler als Präsident die Geschicke des Verbandes. „Es ist besser aufzuhören, wenn es gut läuft. Der Verband ist jetzt sportlich und finanziell gut aufgestellt“, erklärte der scheidende Präsident den Vereinsvertretern.

Zu Bielers Nachfolger wählten die Vereinsvertreter mit dem bisherigen Sport- und Kampfrichterwart Uwe Euskirchen einstimmig den erfahrensten Funktionär an die Spitze des Verbandes. Seit 2004 ist der pensionierte Marinesoldat bereits im SHTU-Vorstand tätig und kennt die Triathlonwelt im Norden aus unterschiedlichsten Blickwinkeln. Als lizenziertes C-Trainer im Triathlon und als Kampfrichter auf Bundesebene ist Euskirchen auch nach der aktiven Karriere mit viel Elan für den Triathlonsport im Einsatz.



Rolf Ziffer erhält den Kay-Koch-Pokal

>> Als eine seiner letzten Amtshandlungen als Präsident durfte Carsten Bieler die Verleihung des Kay-Koch-Pokals vornehmen. Der zum Gedenken an den 2010 verstorbenen früheren Jugendausschuss-Vorsitzenden ins Leben gerufene Ehrenpreis für besonderes ehrenamtliches Engagement für den Triathlonsport im Norden ging 2012 an den Kieler Rolf Ziffer. Ziffer war von 1989 bis 2002 als Kassenwart und Vizepräsident im SHTU-Vorstand tätig und gehört seit nunmehr einem Vierteljahrhundert zum Organisationsteam des Kieler Förde-Triathlons. Neben Ziffer wurden in Bornhöved auch in bewährter Form wieder die herausragenden Sportler der Saison 2012 geehrt. <<



Oben: SHTU-Präsident Carsten Bieler (links) übergibt den Kay-Koch-Pokal an Rolf Ziffer.

Links: SHTU-Vizepräsident Michael Schröder (dritter von links) mit den geehrten Sportlern.

>> Grußwort des Präsidenten



Liebe Triathlonfreundinnen und Triathlonfreunde!

>> Beim Verbandstag 2012 in Börnhöved wurde ich als Nachfolger des nicht mehr für das Präsidentenamt zur Verfügung stehenden Carsten Bieler gewählt. Ich danke Carsten Bieler für die jahrelange (16 Jahre) Arbeit im Vorstand der SHTU in den unterschiedlichsten Positionen.

Nach meiner Wahl zum Präsidenten konnten die Posten des Sportwartes und des Kampfrichterwartes erst einmal nicht neu besetzt werden. Im Laufe des Jahres hat sich mit Rüdiger Stamp ein Kandidat für den Posten des Kampfrichterwartes zur Verfügung gestellt, so dass wir ihn wieder nachbesetzen können. Sven Schulze hat nach einiger Überlegungszeit im Frühjahr dann die Aufgaben des Lehrwartes übernommen.

Mit der neuen Startpassbeantragung gab es am Anfang viele Schwierigkeiten, die wir aber im Laufe der Saison abgearbeitet haben.

Mit dem Verbandstag 2013 tritt Michael Schröder als Vizepräsident Leistungssport zurück. Ich danke auch ihm für die fünf Jahre Mitarbeit im Vorstand. Er hat unser ganzes Sponsoring, besonders für den Leistungssport, erneuert.

In der DTU ist so langsam wieder Ruhe eingeleitet. Der im Herbst 2012 von der DTU ausgeschlossene Bayerische Triathlonverband wurde im Januar wieder in den Verband aufgenommen, nachdem alle Differenzen beseitigt waren.

Es gab bei uns in Schleswig-Holstein dieses Jahr 32 Triathlon-/Duathlon- sowie Swim-and-Run-Veranstaltungen. Die Teilnehmerzahlen sind in den letzten Jahren stabil geblieben.

Leider gab es beim Ostseeman einen schweren Unfall eines Athleten bei einer Kollision auf der Radstrecke mit einem Passanten. Dieser erlag später seinen schweren Verletzungen. Unser Mitgefühl gehört den Angehörigen.

Zwei Veranstaltungen sind im wahrsten Sinne des Wortes ins Wasser gefallen. Der Hachhede-Triathlon in Geesthacht ist wegen des Elbehochwassers ausgefallen und der Midsummer-Triathlon musste wegen eines Unwetters beim Radfahren abgebrochen werden.

Lasse Priester von den Wasserratten Norderstedt hat die SHTU bei der Junioren-Europameisterschaft in Alanya mit Platz 9 und bei der Weltmeisterschaft in London mit einem tollen 10. Platz hochklassig vertreten.

Aber auch unsere Athleten der Altersklassen haben gute Ergebnisse erzielt. Ich möchte da stellvertretend für viele Udo van Stevendaal nennen, der in London Weltmeister seiner Altersklasse wurde, sowie Margit Bartsch und Anke Lakies, die jeweils einen tollen 4. Platz errangen, und auch Birger Jörgensen, der den 7. Platz belegte.

Im zweiten Jahr der Landesliga nahmen neun Damen-Teams (50% mehr als im ersten Jahr) und 16 Herren-Mannschaften teil.

Die Landesmeisterschaft über die Sprintdistanz, die in diesem Jahr das erste Mal durchgeführt wurde, konnte sich über zahlreiche Teilnehmer freuen und wird auch eine Wiederholung finden.

Beim Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ war neben der Schulmannschaft aus Itzehoe auch einer unserer Landeskampfrichter (Ehrhardt Petter) dort vertreten.

Insgesamt können wir auf ein erfolgreiches Jahr zurückblicken und ich wünsche allen Athleten auch für das Jahr 2014 faire Wettkämpfe.



Uwe Euskirchen, Präsident



>> SHTU-Athleten on Tour



Anke Lakies

Duathlon-EM in Horst (Niederlande)

Voller Medaillensatz für SHTU-AgeGrouper

Gold, Silber, Bronze – mit einem kompletten Medaillen-Satz kehrten die SHTU-AgeGrouper von den Europameisterschaften aus dem niederländischen Horst in den Norden zurück. Als amtierender Deutscher Langdistanz-Meister steigerte sich der 49-jährige Michael Krüger (USC Kiel) im Wettkampf über 15 Kilometer Laufen, 60 Kilometer Radfahren und

erneut 7,5 km Laufen in 3:05:44 Stunden zum EM-Titel seiner Altersklasse M45. Seine Partnerin Daniela Hafner (3. AK W 30, 3:31:09) ergatterte ebenfalls glänzendes Edelmetall. Im Sprint-Rennen lief es für Anke Lakies (VfL Oldesloe, 1:06:43) fast perfekt. Sie wurde Vize-Europameisterin der Klasse W 45. Diana Mull (TSV Bornhöved, 1:10:59) finishte auf Rang 4 dieser Altersklasse und verpasste so die drei Stufen des Sieger-Treppchens denkbar knapp. Monika Suhrbier (SG Wasserratten Norderstedt, 6. W 50, 1:27:00) lieferte eine weitere Top-Ten-Leistung ab.

Triathlon-Langdistanz-WM in Belfort (Frankreich)

Lars Hansen Vize-Weltmeister bei Extrembedingungen

Mit einem Riesenerfolg nach dem bislang härtesten Wettkampf seiner Karriere feierte Lars Hansen einen bärenstarken Einstieg in die Triathlonsaison 2013. Der 32-jährige Para-Triathlet vom TSV Schleswig wurde im französischen Belfort Vize-Weltmeister auf der Triathlon-Langdistanz. Bei äußerst widrigen Witterungsbedingungen im Elsass gelang dem Ausdauer-Ass von der Schlei damit sein bislang größter internationaler Erfolg. Bei Dauerregen und Lufttemperaturen von nur rund zehn Grad Celsius sahen sich die Veranstalter gezwungen, aus dem Triathlon einen Duathlon zu machen. Das 4 km lange Schwimmen entfiel damit. Die Radstrecke wurde von 120 km auf 87 km verkürzt und der abschließende Lauf von 30 km auf 20 km reduziert. Anstatt des Schwimmens stand zu Beginn des Wettkampf ein 9,5 km langer Lauf an. Hansen konnte damit mit seiner Paradeisziplin in den Wettkampf starten und nutzte hier auch sein Potenzial. Mit fünf Minuten Rückstand auf den Weltmeister erreichte Lars Hansen nach 5:44:08 Stunden das Ziel als Vize-Weltmeister der Para-Triathlonklasse Tri 4. „Unterm Strich bin ich mit dem Ergebnis natürlich sehr zufrieden, aber die Langstrecke ist schon ein echte Herausforderung“, bilanzierte Hansen seinen WM-Auftritt.

Sprint-DM in Darmstadt

Helmut Schimmer nach Spurt-Finish Deutscher Meister

Triathlon-Oldie Helmut Schimmer zeigte kurz vor der EM gegen die nationale Konkurrenz bereits seine Klasse. Bei den Deutschen Meisterschaften über die Sprint-Distanz (0,75 – 20 – 5) in Darmstadt sicherte sich der 66-jährige Triathlon-Oldie vom TSV Fährdorf den Meistertitel der Klasse Senioren AK 6 (über 65 Jahre). In 1:18:00 Stunden erkämpfte Schimmer den Titel nach einem harten und spannenden Rennen. Erst auf der Zielgeraden konnte sich Schimmer in einer Spurtsentscheidung gegen seinen Konkurrenten Manfred Heide vom TSV Korbach durchsetzen.



Sprint-EM in Alanya (Türkei)

Lakies und Schimmer auf dem Treppchen

Anke Lakies und Helmut Schimmer bleiben für die Deutsche Triathlon-Union weiter Medaillengaranten bei internationalen Titelkämpfen. Bei den Triathlon-Europameisterschaften über die Sprint-Distanz im türkischen Alanya landeten beide SHTU-Oldies auf Medaillenrängen.

Nach 1:06:19 Stunden trennten die Triathletin vom VfL Oldesloe am Ende nur 23 Sekunden von der britischen Europameisterin Jacqui Philips. Ähnlich gut lief es in der Türkei für Helmut Schimmer. Der 66-jährige zeigte sich einmal mehr auf den Punkt genau fit und lieferte einen für ihn nahezu perfekten Wettkampf ab. Die Sprintdistanz bewältigte der erfahrene Crack in 1:13:43 Stunden und erkämpfte sich damit den Bronzerang bei den AgeGroupern zwischen 65 und 69 Jahren.

Während sich die beiden SHTU-AgeGrouper an der türkischen Riviera über ihre Topplatzierungen freuen durften, lief es für Para-Triathlet Lars Hansen nicht ganz so optimal. Von einer sich anbahnenden Grippe offenbar schon etwas beeinträchtigt war für den Medaillenaspiranten vom TSV Schleswig dieses Mal nicht mehr als der zehnte Platz machbar. Die in Alanya beginnende Grippe ließ Hansen auch in den Folgewochen nicht mehr los und zwang ihn sogar, die WM-Teilnahme abzusagen.

DM über die Olympische Distanz in Düsseldorf

Vier Titel für SHTU-Oldies – Bettina Lange schnellste Frau

Vor großer Kulisse mit über 40.000 Zuschauern wurde beim T3-Triathlon in Düsseldorf in mehreren Wettbewerben Triathlon auf höchstem Niveau zelebriert. Fast 2.300 Athleten waren in der Landeshauptstadt Nordrhein-Westfalens beim Ausdauer-Dreikampf im und am Rhein auf den Beinen. Neben dem Wettkampf der Triathlon-Bundesliga boten die Deutschen Meisterschaften der AgeGrouper über die Olympische Distanz und das dritte Rennen des Deutschland-Cups der Junioren hochinteressante Wettkämpfe, bei denen auch die Triathlon-Cracks aus dem Norden mit mehrfachem Erfolg um die besten Plätze kämpften.

Vier Altersklassentitel und zwei weitere Medaillen errangen die erfahrenen SHTU-Cracks. Für das Topergebnis des Tages sorgte dabei Bettina Lange vom TSV Bargteheide. Die Weltmeisterin von 2011 lief nach 2:07:18 Stunden als schnellste Frau der DM-Wertung ins Ziel und sicherte sich damit natürlich auch den Altersklassentitel der Seniorinnen. Nur kurz hinter ihr kam Lisa Müller-Ott (USC Kiel) als Gesamt-Dritte und neue Deutsche Meisterin der AK 3 nach 2:09:57 Stunden ins Ziel. Margit Bartsch (SG Athletico Büdelsdorf) setzte ihre DM-Erfolgsserie fort und komplettierte mit ihrer Goldmedaille bei den Seniorinnen der AK Sen 4 das weibliche Gold-Trio des SHTU.

Dass die SHTU am Ende ein Gold-Quartett feiern durfte, lag am starken Udo van Stevendaal. Der 45-jährige vom SV Großhansdorf gewann in 1:53:13 Stunden den Titel der AK Sen 2.

Weitere Medaillen zur tollen SHTU-Bilanz steuerten die Bronzemedailengewinner Jens Krohn (Sen 4 / TSV Bargteheide) und Nicola Lange (Sen 3 / USC Kiel) bei. Knapp am Podium vorbei schrammten Helmut Schimmer (Sen 6 / Fährdorf) und Heiko Hentrop (Sen 7 / Büdelsdorf) als Vierte ihrer Altersklassen.

DM über die Langdistanz in Roth**Frank Gehse auf dem Treppchen**

Triathlonroutinier Frank Gehse von der SG Wasserratten Norderstedt sorgte in Roth bei den Deutschen Meisterschaften auf der Langdistanz für die einzige Medaille der SHTU-Starter. In 9:26:13 Stunden gewann Gehse die Bronzemedaille der AK M 45. Neben Gehse unterbot beim fränkischen Triathlonklassiker auch Stephan Birnmeyer (Trias Bad Schwartau) in 9:48:20 Stunden die Zehn-Stunden-Marke.

DM Para-Triathlon in Hamburg**Lars Hansen holt Silber**

Perfekte Triathlonstimmung mitten in einer Millionen-Metropole erlebten die Athleten auch in diesem Jahr beim ITU-World-Triathlon in Hamburg. Die weltbesten Triathleten und fast 10.000 weitere Ausdauersportler waren bei hochsommerlichen Bedingungen in der Alster und an der Elbe aktiv am Start und ließen sich von über 300.000 Zuschauern anfeuern.

Für Lars Hansen ging es in Hamburg einmal mehr um Meisterehren. Die Deutsche Triathlon-Union trug im Rahmen des Wettkampfs ihre Deutschen Meisterschaften im Para-Triathlon auf der Sprintdistanz (0,5 km – 22 km – 5 km) aus. Obwohl Lars Hansen nach den Europameisterschaften im türkischen Alanya über mehrere Wochen an einer Erkältung laborierte und nur sehr reduziert trainieren konnte, war er an der Alster erneut erfolgreich unterwegs. In der Para-Triathlon-Wertungsklasse TRI 4 (Armbehinderungen) erkämpfte der 32-jährige erneut die Silbermedaille der Deutschen Meisterschaften. In 1:08:33 Stunden wurde Hansen wie im Vorjahr Vize-Meister. In der gleichen Wertungsklasse der Frauen schafften zwei SHTU-Para-Triathletinnen den Sprung aufs Podium. Claudia Just (Wasserratten Norderstedt) holte in 1:35:36 Stunden ebenfalls Silber. Direkt hinter ihr folgte mit Bronze Janina Hübner (SC Itzehoe).

Para-Triathlon-DM im Supersprint in Willich:**Lars Hansen beendet Saison mit Titel**

Mit einem Titel vergoldete Para-Triathlet Lars Hansen seine Saison 2013. Bei den Deutschen Para-Triathlon-Meisterschaften über die Supersprint-Distanz (250 m – 10 km – 3 km) in Willich gewann der 33-jährige vom TSV Schleswig bereits zum dritten Mal nach 2010 und 2012 den Titel in der Klasse TRI 4 (Armbehinderungen). Die kürzeste aller Meisterschaftsstrecken bewältigte Hansen in rasanten 36:57 Minuten und ließ damit alle Konkurrenten mit ähnlicher Behinderung weit hinter sich.

World Championship 70.3 in Las Vegas**Nordfrieze in Nevada schnell unterwegs**

Dennis Nadolny von Fri Öwingsfloose schaffte in Wiesbaden bei der IronMan-Halbdistanz 70.3 in 5:00:14 Stunden die erfolgreiche Qualifikation für die 70.3-WM in Las Vegas. Den Saisonhöhepunkt in Nevada konnte er vor beeindruckender Kulisse richtig genießen und lief nach 5:33:41 als 197. seiner Altersklasse über die Ziellinie. Die Splitzeiten machten deutlich, dass die Bedingungen in Las Vegas doch klar schwieriger waren als in heimischen Breitengraden.

Triathlon-WM in London**Udo van Stevendaal wird Weltmeister**

Regen für die einen, Sonne für die anderen – Zufriedenheit hier, Enttäuschung dort. Bei den Triathlon-Weltmeisterschaften in London erlebten die Starter aus Schleswig-Holstein ganz unterschiedliche Wettkämpfe und Sportlerschicksale. Udo van Stevendaal vom SV Großhandsdorf sorgte in London auf der Olympischen Distanz für eine von zwei Goldmedaillen der deutschen AgeGroupers. In der Altersklasse M 45 musste Udo van Stevendaal einen rund zweiminütigen Rückstand nach dem Schwimmen wettmachen, um wieder ins Titelgeschehen eingreifen zu können. Mit einer überragenden Radleistung setzte er sich tatsächlich an die Spitze des Feldes. Die drittbeste Laufzeit im Hyde Park reichten van Stevendaal, um nach 1:50:21 Stunden mit einem komfortablen Vorsprung von zweieinhalb Minuten den Titel feiern zu dürfen. Der Großhandsdorfer blieb nach interessanten Tagen in London der einzige SHTU-Athlet, der Edelmetall mit nach Hause nehmen durfte. Margit Bartsch verpasste auf der Olympischen Distanz als Vierte der AK W 55 knapp die Medailenränge. Das gleiche Sportlerschicksal erlebte Anke Lakies im Sprintrennen, wo sie Vierte der W 45 wurde.

Eine TopTen-Platzierung gelang Birger Jörgensen (USC Kiel), der auf der OD in 1:50:48 Stunden den 7. Platz der M 30 erkämpfte. Insgesamt 17 SHTU-Starter waren in London bei den Titelkämpfen für das deutsche Team mit am Start.

IronMan auf Hawaii**Jens Homrighausen krönt bärenstarke Saison**

Mit einem grandiosen Ergebnis beim berühmtesten Triathlon der Welt hat Jens Homrighausen seine bärenstarke Saison 2013 gekrönt. Bei den IronMan-Weltmeisterschaften auf Hawaii bewältigte der 35-jährige Athlet vom MTV Leck die Langdistanz-Herausforderung in famosen 9:38:35 Stunden. Schneller als Homrighausen bewältigte in den vergangenen Jahren kein anderer Schleswig-Holsteiner den weltweit traditionsreichsten Langdistanz-Triathlon. Im Gesamtklassement der über 2.153 Starter landete der Lecker am Ende auf dem 347. Platz (70. Platz der AgeGroup M 35). Von den 207 deutschen Startern waren nur 38 Athleten schneller als das beste Nordlicht. Nach der geglückten Hawaii-Qualifikation in Frankfurt (9:14:18 Stunden) setzte Homrighausen auf Hawaii die I-Tüpfelchen auf ein grandioses Sportjahr 2013.

Daniela Hafner vom USC Kiel bewältigte den IronMan auf Hawaii in starken 11:00:59 Stunden als 44. der Frauen W 30.



Deutsche Duathlon-Meisterschaften in Cottbus

Gold für Anna Gehring und das Junioren-Team der SHTU

Überraschend große Erfolge feierten die Talente des SHTU-Kaders zum Saisonauftakt bei den Deutschen Duathlon-Meisterschaften im brandenburgischen Cottbus. Außer einem famosen Einzelsieg für Anna Gehring (SC Itzehoe, Jugend A) nach 53:02 Minuten über 3,3 Kilometer Laufen, 20,1 km Radfahren sowie erneut 1,7 km Laufen gewann das Junioren-Trio mit Lasse Nygaard-Priester (SG Wasserratten Norderstedt, 56:27), Nick Hansen (Borener SV, 1:01:19 Stunden) und Lasse Daene (Möllner SV, 1:02:50) den DM-Titel ihrer Team-Wertung (3:00:37) mit denkbar knappen zwei Sekunden Vorsprung vor Verfolger Sachsen-Anhalt (3:00:39). Als amtierender A-Jugend Meister konnte Lasse Nygaard Priester die Gold-Medaille des letzten Jahres allerdings nicht ganz verteidigen und musste in seiner neuen Altersklasse der Junioren mit Silber Vorlieb nehmen. Bronze ergatterte zudem Philipp Gehring (SC Itzehoe, Jugend B). Der dritte Platz des SC Itzehoe (Fritjof Dirksen, Frederic Süßmann, Pascal Jeworek) in der Elite-Mannschafts-Wertung rundete die glänzende SHTU-Bilanz ab.



Anna Gehring
> Foto: Binder

Deutschland-Cup in Halle

Vier Pechvögel und ein glücklicher Zweiter

Beim ersten Triathlon der Saison 2013 in Halle konnten einige Athleten an die guten Ergebnisse der Duathlon-DM in Cottbus anknüpfen. Lasse Priester wurde mit einer bärenstarken Gesamtleistung Zweiter und sicherte sich damit die Qualifikation für die EM in der Türkei.

Glück hatten in Halle aber nicht alle SHTU-Talente. Durch eine Sturzserie auf der Radstrecke gab es insgesamt vier Ausfälle zu beklagen. Aber es gab auch an der Saale ein paar weitere Erfolgserlebnisse. Nina Eim mit Platz 7 und Leonie Sievers Platz 9 bei der weiblichen Jugend B und auch der 10. Platz von Stina Mick bei der Jugend B konnten sich sehen lassen.



Stina Mick

Deutschland-Cup im Kraichgau

Erfolg und Misserfolg dicht beieinander

„Das Gesamtergebnis in kurze Worte gefasst könnte so lauten: Ein Drittel Flop, ein Drittel im Mittelmaß und ein Drittel gute Ergebnisse“, so bilanzierten die SHTU-Verantwortlichen in Kurzform das Abschneiden der Kaderathleten beim zweiten Deutschland-Cup-Rennen im Kraichgau.

Ein aufregendes Rennen erlebten die weiblichen SHTU-Asse. Während Kaja Schröder und Anna Gehring auf der Laufstrecke in aussichtsreicher Position verletzt ausstiegen, konnten Stina Mick (5. Platz), Nidia Ruiz-Po-

rath (11. Platz) und Rike Kubillus (13. Platz) gute Ergebnisse ins Ziel bringen. Bei den Junioren erwischte Nick Hansen einen guten Tag und erkämpfte einen starken 17. Platz.

Europameisterschaften in Alanya

Lasse Priester starker Neunter

Die DTU-Junioren lieferten mehrere gute Resultate bei der Europameisterschaft im türkischen Alanya. Lasse Priester (Norderstedt) landete als bester Deutscher nach 53:29 Minuten auf Rang neun. Den Sieg sicherte sich Dorian Coninx aus Frankreich. „Über eine TopTen-Platzierung freuen wir uns natürlich“, so Nachwuchs-Bundestrainer Thomas Möller im ersten Fazit. Die vier Deutschen kamen allesamt etwas hinter einer Spitzengruppe aus dem Wasser und fuhren auf dem Rad entsprechend zunächst in den Verfolgergruppen. Lasse Priester konnte zwar nur wenige Sekunden auf die Führenden gut machen, wechselten jedoch mit verringerten 15 bis 23 Sekunden Rückstand auf den ersten in die Laufschuhe. Die Spitzengruppe wurde schnell kleiner und vor allem Lasse Priester hatte einen guten Laufrhythmus gefunden und ordnete sich unter den ersten zehn ein.

Deutschland-Cup in Düsseldorf

AgeGrouper übertrumpften Talente

Deutlich mehr Spitzenplätze als die SHTU-Talente erreichten in Düsseldorf die „AgeGrouper“ aus den Seniorenaltersklassen. In der durchwachsenen Bilanz der jungen SHTU-Athleten gab es aber auch am Rhein ein paar Lichtblicke. Allen voran zeigte Lasse Priester wieder sein außerordentliches Talent und wurde Zweiter der Junioren. Von seinen drei Junioren-Teamkollegen konnte diesmal nur Florian Plambeck mit Platz 17 überzeugen. Ähnlich durchwachsen lief es bei den SHTU-Mädels. Diesmal war es Anna Gehring, die im Gegensatz zu den ersten beiden DC-Wettkämpfen nun in Düsseldorf mit Platz 8 ein ordentliches Ergebnis erzielen konnte und mit Laufbestzeit ihre Stärken ausspielte.



Lasse Priester
> Kader-Fotos: Thorsten Martin

Deutsche Meisterschaften am Schluchsee

Lasse Nygaard-Priester holt Bronze

Lasse Priester bleibt auch in dieser Saison das sportliche Aushängeschild der SHTU. Zwar konnte das Talent von den Wasserratten Norderstedt in seinem ersten Junioren-Jahr nicht die Titelausbeute des letzten A-Jugend-Jahres wiederholen, aber er festigte seine Position unter den schnellsten deutschen Nachwuchssportlern. Mit der Bronzemedaille bei den Deutschen Jugend-Meisterschaften am Schluchsee setzte Nygaard-Priester eine weitere starke Marke. Seine Spitzenleistung blieb allerdings der einzige Podiumsplatz für den Nachwuchskader der SHTU, der sich mit 27 Athleten auf den weiten Weg in den Schwarzwald begeben hatte.

Das SHTU-Nachwuchsteam dankt seinen Sponsoren für die Unterstützung



Nina Eim (8. Platz Jgd. B), Philipp Gehring (11. Platz Jgd. B), Anna Gehring (12. Platz Jgd. A / alle drei vom SC Itzehoe), Stina Mick (14. Platz Jgd. A/ TSV Bargteheide) und Kaja Schröder (15. Platz Juniorinnen/ Möllner SV) schafften jedoch immerhin eine Platzierung unter den Top15 ihrer Altersgruppe. „Das war ein ordentliches Teamergebnis. Alle haben sich absolut reingehängt und auf der schweren Strecke nie aufgegeben“, lobten Landestrainer Josef Dankelmann und SHTU-Vizepräsident Michael Schröder den Einsatz ihrer Schützlinge und hoffen zugleich aber auch, dass der Wettkampf in Baden auch Motivation für weitere Leistungssteigerungen geben wird.

Die Ergebnisse der übrigen SHTU-Teilnehmer:

Weibliche Jugend B: 27. Leonie Sievers (Ahrensburger TSV), 43. Lynne Valett, 46. Jule Hey, 49. Jella Valett (alle TSV Bargteheide)

Männliche Jugend B: 55. Erik Hertel (TriAs Flensburg), 61. Marvin Salto (SC Itzehoe), 62. Lukas Stüfen (TSV Bargteheide)

Weibliche Jugend A: 25. Josephine Grube (Wasserratten Norderstedt), 26. Nidia Ruiz Porath (vfl Oldesloe), 32. Janna Schröder (Möllner SV)

Männliche Jugend A: 29. Jakob Voigt (SC Itzehoe), 33. Lucas Dietzel (Wasserratten Norderstedt), 46. Nico Eim, 52. Tim-Ole Kopacz (SC Itzehoe), 56. Friedrich Hegge (Trisport Lübeck)

Juniorinnen: 19. Lena Schott, 20. Rike Kubillus (beide TSV Bargteheide)

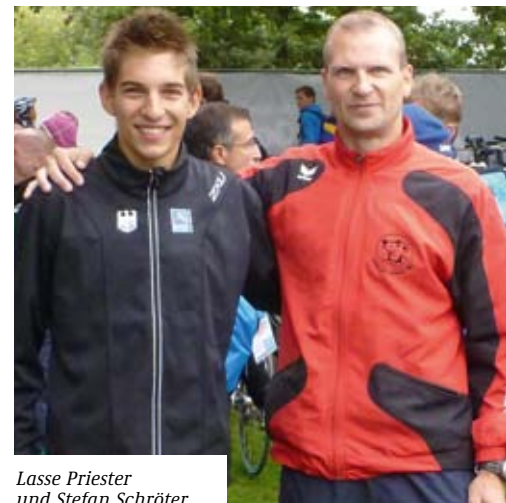
Junioren: 36. Nick Hansen (Borener SV), 37. Lasse Daene (Möllner SV), 42. Florian Plambeck (TSV Bargteheide)

Triathlon-Weltmeisterschaften in London

Tempojagd durch Londons Regen

Zum Saisonende wartete auf Lasse Priester bei den Triathlon-Weltmeisterschaften in London der absolute Höhepunkt seiner bisherigen Karriere, dem er mit dem 10. Platz selbst das Sahnehäubchen aufsetzte. Lasses Vereinstrainer Stefan Schröder fasst die WM-Eindrücke zusammen:

Anreise: Am **Dienstag**. / **Mittwoch**: Lockeres Training auf den WK Strecken. **Donnerstag**: Wettkampftag Start 10 Uhr. Übliches Einlaufen. Dann folgten die letzten Vorbereitungen. Den Neo an und danach wurden alle namentlich aufgerufen und es ging durch die Wechselzone, vorbei an den Tribünen, ab zum Schwimmstart. Die Juniorenstarter sammelten sich nebeneinander auf dem Schwimmponton. Der Startschuss fiel und alle Athleten sprangen ins Wasser. Einige sogar zu früh. Bis zur ersten Boje blieb es ein breites Feld. Lasse war da gut weggekommen. Langsam zog sich nach der ersten Boje das Feld auseinander. Alle schwammen wie eine Kette hintereinander. Lasse kam im hinteren Mittelfeld aus dem Wasser. 100 Meter hinter der zweiten Radgruppe ging er auf die Radstrecke und schloss mit einer harten Radfahrt in der ersten Runde zu dieser Gruppe auf. Gefährlich war hier der Straßenbelag, da es in der Nacht und am Morgen geregnet hatte so wie auch an den Tagen zuvor. Und selbst im Wettkampf nieselte es ab und zu etwas. Auch hier in der Radgruppe hielt Lasse nicht still und versuchte, den 25-Sekunden-Rückstand zur ersten Radgruppe aktiv zu verringern und zu schließen. Das gelang auch in der druckvollen und Kräfte zehrenden letzten Radrunde. Oft fand sich Lasse in dieser Gruppe während des Radparts an der Spitze fahrend wieder. Nach dem Zusammenschluss der Radgruppen ging es sofort in die Wechselzone. Dort wurde von den Führenden der nun großen Radgruppe schnell gewechselt und Lasse, zu der Zeit kurz nach dem Zusammenschluss noch weiter hinten in der Radgruppe liegend, musste gleich zu Beginn ein hohes Lauftempo anschlagen, um an die Führenden möglichst schnell ranzukommen. In der ersten Runde führte Lasse eine Verfolgergruppe an. Es wurde ein sehr harter, alles abverlangender Lauf, den Lasse nach einem tollen Wettkampf auf dem 10. Platz beenden konnte.



Lasse Priester und Stefan Schröder

Deutsche Sprint-Meisterschaften in Hannover

Kaja Schröder und Lasse Priester stark im Elitefeld

Mit starken Ergebnissen im Elitefeld bei den Deutschen Meisterschaften über die Sprintdistanz am Maschsee in Hannover überzeugten Lasse Priester und Kaja Schröder. Lasse Priester landete bei seinem Einstand im Kreis der Proficracks auf einem starken 14. Platz der Gesamtwertung und landete auf dem 6. Platz der U23-Wertung. Auch Kaja Schröder hielt im Elitefeld gut mit und wurde 29. der Gesamtwertung (18. Platz der U 23).



Kaja Schröder

Jugend trainiert für Olympia 2013

Zum dritten Mal in Folge vertrat die August-Victoria-Schule aus Itzehoe unser Bundesland beim Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ in Berlin. Das mit

vielen Assen des SC Itzehoe besetzte Schulteam aus der Steinburger Kreisstadt erlebte in der Bundeshauptstadt wieder eine interessante Woche und zeigte sich im Vergleich mit dem Teams aus den anderen Bundesländern auch wieder in gu-

ter Form. Philipp Gehring und Nina Eim sorgten für die besten Einzelresultate. Nach dem Einzelrennen am ersten Wettkampftag und dem tags darauf Staffelfahren sprang am Ende der zehnte Platz für das AVS-Team heraus.



Michael Schröder (l.) und Josef Dankelmann (r.)

Bericht des Landestrainers

Schlussbetrachtung Saison 2013 und Ausblick 2014

Es ging mit einer Art Paukenschlag bei der Duathlon-DM in Cottbus los. Dort konnten die

SHTU-Athleten mehrere Medaillen und TopTen-Plätze erzielen. Das ließ für die Saison hoffen, waren doch nicht einmal alle möglichen Athleten in Cottbus am Start.

Nun, ganz so ging es dann doch nicht weiter im Laufe der Saison. Alles zusammen betrachtet und insbesondere auch die für unser Bundesland nicht alltäglichen internationalen Erfolge von Lasse Priester führen dazu, dass auch die Saison 2013 ein erfolgreiches, ja besonderes Jahr für unseren Nachwuchs bedeutet. Das war schließlich auch unser Ziel und daran haben nicht nur die Athleten, sondern auch viele engagierte Menschen in den Vereinen, den Familien und im Verband ihre Anteile.

Unser SHTU-Nachwuchs ist auf der Bundesebene angekommen und wird wahrgenommen. Und für diese Anteile gilt es an dieser Stelle ein Dankeschön auszusprechen.

Ein besonderer Dank geht dabei in diesem Jahr an Michael Schröder, unseren Vizepräsidenten Leistungssport, der vor vier Jahren begann, sich in seiner Funktion um den Nachwuchs zu kümmern, und der, so wie er selber immer so treffend sagt, einen geordneten Haushalt übergibt. Das stimmt zum einen und bedeutet auch gleichzeitig, dass viele Dinge, die Michael eingebracht hat, wie u. a. ein einheitliches Kaderoutfit, oder auch die Gewinnung neuer Sponsoren, weiter geführt werden müssen. DANKE MICHAEL !!!

Alles in allem betrachtet erzeugen diese sehr erfolgreiche, aber nicht perfekte Saison und die Tatsache, dass mit Michaels Ausscheiden eine vierjährige Entwicklungsphase des Kaders zu Ende gehen, zwar ein wenig Wehmut auf der einen Seite, bedeutet dieser Saisonabschluss aber auch gleich wieder einen Neubeginn, den wir mit Optimismus und Freude angehen können.

Auf der erreichten Basis, die im Bereich Nachwuchs der SHTU durch die Zusammenarbeit aller Beteiligten entstanden ist, lässt sich weiter aufbauen. Und das wollen wir auch tun. Schon längst ist die Grobplanung der Saison 2014 im Kasten und eine Nachfolgeregelung für die Lücke, die Michael hinterlässt, sollte auch gelingen.

Freuen wir uns also alle gemeinsam auf die nächste Saison und dann hoffentlich auf weitere Nachwuchserfolge unserer Athleten. Auf hoffentlich viele bekannte und auch neue Namen in den vorderen Reihen der Ergebnislisten.

Mit sportlichen Grüßen JOSEF DANKELMANN, LANDESTRAINER

Bericht des Vizepräsidenten Leistungssport

Vier Jahre Leistungssport in der SHTU, mein persönlicher Rückblick ...

„Schon sind vier Jahre vorbei, wo ist die Zeit geblieben?“, frage ich mich erstaunt. Ich bin, um diesen Text zu schreiben, auf eine Zeitreise von vier Jahren als Vizepräsident Leistungssport im Landesverband der SHTU gegangen und erinnere mich an viele tolle Dinge, die ich in meiner Funktion erleben durfte. Nun habe ich aus beruflichen Gründen mein Ehrenamt zur Verfügung gestellt, weil die zeitliche Belastung einfach zu groß geworden ist, um mein Amt in der SHTU gewissenhaft und mit hohem Engagement ausführen zu können. Allen voran sind mir in den Jahren der Nachwuchskader mit all seinen Athleten und

Josef Dankelmann als Landestrainer ans Herz gewachsen. Gemeinsam mit Josef haben wir uns vor vier Jahren auf den Weg gemacht, eine neue Struktur in den Nachwuchsländeskader zu bringen. Josef und ich haben immer nach dem Prinzip gearbeitet: „Uns gibt es nur im Doppelpack“. Ich kann nach den vier Jahren sehr zufrieden zurückblicken, denn man nimmt uns Schleswig-Holsteiner auf Bundesebene wahr und achtet uns als gleichberechtigten Partner im Bereich der Nachwuchsarbeit auf Landeskaderniveau. Besonders das einheitliche Outfit in typisch blauen Schleswig-Holstein-Farben mit einer Vielzahl von namenhaften Sponsoren auf der Präsentationsjacke hat die Arbeit von Landestrainer und meiner Person auf ein professionelleres Niveau gebracht. Die damaligen Sponsoren habe ich dann in den letzten Jahren alle durch andere großartige Sponsoren ersetzen können. So haben wir nun einen Sponsorenpool in allen Bereichen. Ich hoffe nun, dass in Zukunft alle Sponsoren gehalten werden können. Auch die gemeinsamen Anreisen mit Bussen zu den einzelnen DC-Wettkämpfen stellen sich nach all der Zeit als ein großer Erfolg dar. Auch hierbei wurden die Eltern finanziell entlastet.

Wenn ich weiter zurückblicke, bleiben mir immer wieder die schönen DC-Wettkämpfe, die ich alle mit Josef begleitet habe. Hier denke ich immer wieder an all die Athleten zurück, die alles gegeben haben. Wir konnten Erfolge feiern und mussten aber bei schlechten Ergebnissen die Athleten auffangen.

Ich konnte durch die Zusammenarbeit mit dem Landestrainer Josef Dankelmann bei all den vielen Trainingslagern und Wettkämpfen viele Fachgespräche mit Josef führen, die mir in Zukunft fehlen werden. Auch bei verschiedenen Auffassungen haben wir es immer wieder geschafft, einen Konsens zu erlangen, so dass unsere Zusammenarbeit nie ernsthaft gefährdet wurde. Dafür danke ich Dir, Josef, Du konntest mir viele Einblicke in den verschiedensten Gebieten geben.

Aber auch negative Erfahrungen in meinem Amt muss ich bei der Schlussbetrachtung berücksichtigen. Die immer größer werdende Windschattenproblematik (gerade im Bereich der Altersklassen) ist eine ernst zu nehmende Sache und gefährdet das Fair-Play und das Ansehen in unserer Sportart. Auch musste ich mich zwangsläufig mit der Dopingproblematik beschäftigen und frage mich auch, wie das alles ohne verbotene Zufuhr möglich ist, solche Umfänge zu trainieren und solche Wettkampfleistungen in der Weltspitze zu erbringen. Aber gerade hier fängt unsere Verantwortung an, dass wir im Nachwuchsbereich jegliche Art von Substanzen vehement unterbinden. Es ist eine große Verantwortung für einen Landesverband mit dem brisanten Thema umzugehen.

Ich wünsche meinem Nachfolger ein gutes Gelingen und würde mich freuen, wenn die Themen wie Windschattenproblematik, Doping, Sponsorensuche und das Thema „Spaß am Triathlonsport“ in allen Altersklassen bei ihm ganz oben auf seiner Agenda stehen.

Gleichzeitig würde ich es begrüßen, wenn die SHTU in den nächsten Jahren in der 2. Bundesliga mehrere Teams bei den Frauen und Männern hätte. Mit der Einführung der Landesliga ist uns ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung gelungen. Dazu wäre es auch wichtig, einen funktionierenden U23-Kader in der SHTU zu haben, der die starken Kaderathleten nach ihrer Juniorenklasse auffängt und ihnen sportliche Perspektiven an die Hand gibt. Hier sollte in Zukunft daran gearbeitet werden, diese Athleten weiter zu betreuen, um sie im Triathlonsport zu halten.

Ich sage allen Personen, die mich auf meinem Weg begleitet haben, Danke für die vielen schönen Stunden, die der Nachwuchskader mit Josef Dankelmann mir bereitet hat. Jedem Einzelnen wünsche ich auch weiterhin viel Erfolg beim Triathlon, sei es als Trainer oder als Athlet. MICHAEL SCHRÖDER

C-Trainer-Ausbildung in Malente

Neue Trainer bekommt das Land

Vom 21.10. bis zum 27.10.2013 absolvierten insgesamt 20 angehende C-Trainer die diesjährige C-Trainer-Ausbildung Triathlon mit dem Schwerpunkt Leistungssport im Sportbildungszentrum des LSV in Malente.

Eine Woche lang haben die Teilnehmer gemeinsam diskutiert, gelernt, geschwitzt und Erfahrungen gesammelt. Die angehenden Trainer stammen aus einer Vielzahl von Vereinen aus ganz Schleswig-Holstein, ein Teilnehmer reiste sogar extra aus Berlin zur Ausbildung an. Als Voraussetzung für die Teilnahme mussten alle einen Übungsleitergrundschein vom KSV oder LSV und einen Erste-Hilfe-Nachweis mitbringen. Die Schwerpunkte der Ausbildung waren vielseitig und umfassten die Themen: Technischschulung der Einzelsportarten, Athletiktraining, Leistungsdiagnostik, Bikefitting, Trainingslehre und -planung, Ernährung, Regelwerk im Triathlon, Training mit Kindern, Antidoping, Talentsichtung und -förderung und vieles mehr. Neben trainingsinhaltlichen Dingen stand aber auch die pädagogische Arbeit mit Jugendlichen im Vordergrund.



v.l.: Michael Herling, Leonard Dieckmann, Peter Janssen, Thomas Klingenberg, Katja Oldehaver, Sven Schulze, Eik Brauer, Dirk Pötter, Helmut Graf, Frederic Süßmann, Markus Manleitner, Tom Plambeck, Michael Kiel, Klaus Waizner, Uli Meyer, Eva Suchy, Tine Groth, Merten Radeleff

Ich freue mich, dass sich so viele Teilnehmer zu meiner ersten Trainerausbildung angemeldet haben. Meine Hoffnung ist, dass sich die neuen Trainer zukünftig engagiert und aktiv in das Vereinsleben der Triathlonvereine im Land einbringen. Vor allem danke ich aber allen Referenten, die mich in der Ausbildungswoche unterstützt haben.

Zum Abschluss der Ausbildung müssen die angehenden Trainerinnen und Trainer noch eine Hausarbeit zu verschiedenen Themen rund um das Triathlontraining erarbeiten. Ihre Lizenz werden die Trainer dann pünktlich zu Weihnachten in den Händen halten.

Der Vorstand der SHTU freut sich sehr über die neuen Trainer, die hoffentlich das neu erworbene Wissen in die Vereine tragen.

SVEN SCHULZE, SHTU-LEHRWART

Leder-Tag in Leck

Technik und Profi-Tipps

Einen Trainingstag der besonderen Art erlebten 13 Triathlonfreunde in Leck – als Trainer kamen Nicole und Lothar Leder für einen Tag nach Südtönen. Das berühmte Triathlon-Ehepaar aus Darmstadt war extra in den hohen Norden gekommen, um den Ausdauersportlern des MTV Leck und des TSV Ladelund in achteinhalb Stunden Technik und Tricks im Schwimmen, Laufen und Radfahren zu geben. Schon beim ersten kritischen Blick auf die sieben Männer und sechs Frauen auf

ihren ersten Bahnen war das Ehepaar ein wenig verblüfft. „Das Niveau im Schwimmen ist hier sehr hoch. Das sieht schon sehr gut aus“, meinten sie mit Respekt und lobten die Arbeit des MTV-Schwimmlehrer Ralf Friedrichs.

„Wir sind seit über 20 Jahren Triathlon-Profis und so langsam neigt sich unsere Karriere dem Ende entgegen. Jetzt geben jetzt unser Wissen weiter, und das macht uns großen Spaß“, erzählt Lothar Leder nach der Schwimmereinheit, der noch eine praktische Laufeinheit und Theoriestunden zum Radfahren folgten.



Nicole und Lothar Leder gaben beim Schwimmen ihr Wissen und ihre Erfahrungen weiter. > Fotos: Pustal

Kids-Cup und Two-Ju-Cup 2013



Die Triathlon-Saison 2013 ist zu Ende gegangen. Der Q-Tri in Bornhöved war der der Schlusspunkt des Two-Ju-Cups. Der Kids-Cup endete traditionell mit dem Zippel's-Schüler- und Jugendduathlon in Kiel.

Der Jugendausschuss beglückwünscht alle Athleten und Athletinnen, die an den Cups teilgenommen haben, zu ihrem Erfolg. Die besten fünf aus neun Wettkämpfen wurden dieses Jahr im Kids-Cup gezählt. Im Two-Ju-Cup waren es vier von sechs. In vielen Altersklassen gab es eindeutige Sieger. Sie erreichten die maximale Punktzahl. Die Konkurrenten waren ihnen aber immer dicht auf den Fersen.

Weder das wechselhafte Wetter noch verschobene Termine haben übers Jahr gesehen deutliche Spuren hinterlassen. Die Begeisterung für beide Veranstaltungsserien ist ungebrochen. Sie

scheint im Kids-Cup noch zuzunehmen. Noch nie vorher waren die Athleten so begierig, ihre Pokale und Medaillen zu bekommen.

Das gibt ein gutes Gefühl für die Zukunft. Jetzt beginnt die Planung für nächstes Jahr. Es freut mich, dass es neue Veranstalter gibt, die am Kids-Cup mit teilnehmen wollen. Der Triathlon in Schleswig-Holstein entwickelt sich auch im Jugendbereich weiter.

Gerade der Kids-Cup ist ein zuverlässiger Anzeiger für Entwicklungen. Zurzeit haben wir – mal wieder – ein Loch bei den Jüngsten. Die Altersklasse Schüler C ist vergleichsweise schwach besetzt. Und das wird sich in den folgenden Jahren in anderen Altersklassen bemerkbar machen. Dieses Loch wieder aufzufüllen, ist die aktuelle Herausforderung. Wir werden sie meistern.

EHRHARDT PETTER,
VORSITZENDER DES JUGENDAUSSCHUSSES

>> Wettkämpfe zwischen Nord- und Ostsee



Jan-Hendrik Nothbaar zeigte sich auch im Winter in Topform > Foto: Binder

11. Wackerpulco-Man-Wintertriathlon in Gelting Triathlonsaison startete so früh wie nie zuvor

GELTING, 03.02.2013 >> Zu ungewohnt frühem Zeitpunkt eröffneten die Triathleten ihre Saison 2013 im Norden. Beim Wackerpulco-Man-Wintertriathlon des MTV Gelting 08 absolvierte mehr als ein Dutzend unerschrockener Ausdauerwettkämpfer den ersten

Dreikampf der Saison. Bei seiner 11. Auflage hatten die Veranstalter den Wackerpulco-Man erstmals vom Crossduathlon in einen Triathlon umgewandelt. Nach der ersten Disziplin im wohltemperierten Hallenbad in Kappeln-Ellenberg ging es für die Athleten nach einer kleinen Verschnaufpause an altvertrauter Stätte im Geltinger Nordschauwald bei winterlich frostigen Bedingungen weiter. Als erste Sieger der jungen Saison setzten sich Mara-Sophie Münster vom ausrichtenden MTV Gelting 08 und Jan-Hendrik Nothbaar von der LAV Husum in Szene. Der 21-jährige von der Westküste zeigte sich beim bislang frühesten Triathlon in Schleswig-Holstein schon in ausgezeichneter Form und feierte am Ende einen nie gefährdeten Sieg. Nach dem 400 Meter langen Schwimmen hatte der Husumer noch mit 41 Sekunden Rückstand auf den führenden Maximilian Janke (Flensburger SK) an vierter Stelle gelegen. Beim Jagdrennen durch das Gehölz, bei dem die Sportler in den Abständen ihrer Schwimmzeiten auf die Strecke geschickt wurden, legte Nothbaar auf den ersten drei der insgesamt 15 Radkilometer ein furioses Tempo vor, fuhr an die Spitze und baute fortan seinen Vorsprung kontinuierlich aus.

6. Elmshorner „Swim and Run“

Vom Wasser in den Schnee

ELMSHORN, 10.03.2013 >> Knapp 50 Aktive testeten bei tiefstem Winterwetter in Elmshorn in der Tragluft-Schwimmhalle

Die SHTU-Landesmeister 2013

Duathlon Jugend / Schüler/-innen:

Schülerinnen C	Janka Krohn, TSV Bargtheide
Schüler C	Bente Mull, TSV Bornhöved
Schülerinnen B	Maila Sievers, Ahrensburger TSV
Schüler B	Finn Hagen Spross, SC Itzehoe
Schülerinnen A	Merle Schreiber, SG Athletico Büdelsdorf
Schüler A	Marcel Blodau, USC Kiel
Weibliche Jugend B	Julia Gröling, Fri Ööwingsfloose
Männliche Jugend B	Philipp Gehring, SC Itzehoe
Weibliche Jugend A	Anna Gehring, SC Itzehoe
Männliche Jugend A	Friedrich Hegge, Tri-Sport Lübeck
Juniorinnen	Lena Schott, TSV Bargtheide
Junoren	Florian Plambeck, TSV Bargtheide

und im Krückastadion die Frühjahrsform im Schwimmen und Laufen. Auf der Langstrecke (1000 m Schwimmen, 5 km Laufen) setzte Sven Teegen (SV Wiking Kiel) seine Siegesserie fort und gewann zum vierten Mal. Bei den Frauen gewann die Hamburgerin Verena Isenberg vor Helga Dreyer (TSV Malente).

3. Langenberg-Crossduathlon

Jan-Hendrik Nothbaar Winterkönig im Norden

ENGE-SANDE, 23.03.2013 >> Mit einer großen Schneeräumaktion im Langenberger Forst ermöglichten es die Veranstalter des 3. Langenberg-Crossduathlons, trotz Frost, Schnee und Eis einen interessanten Wettkampf im Gehölz von Enge-Sande durchzuführen. „Konzentration ist heute das A und O“, mahnte sein Mitorganisator Björn Nahnsen bei der Wettkampfbesprechung zur Vorsicht auf der verschneiten Piste. Bei den Einzelstärkern setzte sich Jan-Hendrik Nothbaar (LAV Husum) dank zweier starker Laufetappen durch, obwohl ihn der Westländer Dirk Petersen auf der Radrunde kurz vor dem letzten Wechsel eingeholt hatte. Schnellste Frau im Schnee war Stefanie Wasmundt vom SC Itzehoe.

2. Lecker Aquathlon

Hawaii und Nordfriesland in einem Wettkampf

LECK, 27.04.2013 >> Niedrige Temperaturen unter freiem Himmel, aber dafür ein wohltemperiertes Hallenbad erlebten die Aktiven beim 2. Aquathlon des MTV Leck. „Wir werden heute nordfriesisch laufen bei sehr kaltem Wetter und hawaiianisch schwimmen bei tropischen Temperaturen“, meinte der Organisator Ralf Friedrichs schon vor dem Rennen. Erstmals stand auch ein Wettbewerb für Jugendliche und Kinder auf dem Programm, der eine rege Resonanz fand, insbesondere bei den Nachwuchsathleten von Fri Ööwingsfloose.

An der Spitze des Männerrennens gab es einen spannenden Dreikampf. Nach 4 km Laufen, 225 Meter Schwimmen und nochmals 4 km Laufen entschied der starke Johann Stahnke aus Bargtheide das Rennen in 33:06 Minuten vor Jan-Hendrik Nothbaar und Lokalmatador Jens Homringhausen (34:03) für sich. Bei den Damen siegte Ellen Lützen in 42:13 Minuten klar vor Levke Matthiesen (47:17), die auf der Stadionrunde vor dem Ziel noch Doreen Petersen (47:27) überlaufen konnte.



Nach dem Schwimmen ging es zurück an die frische Luft. > Foto: Sönnichsen

2. Floose-Cup

Emotionale Atmosphäre im Freibad

SCHAFFLUND, 01.05.2013 >> Der Triathlonverein Fri Ööwingsfloose gründete 2011 eine Kinder- und Jugendabteilung, um dem Nachwuchs Trainingsmöglichkeiten anzubieten und junge Talente zu fördern. So fiel die Entscheidung nicht schwer, dass nun auch in Wettkämpfen die Trainingserfolge abgeprüft werden sollten. Schnell war die Idee des Floose-Cups geboren. Nach dem erfolgreichen Debüt 2012 folgte nun der 2. Floose-Cup. Für die Kinder und Jugendlichen der „Floose“ sowie der umliegende Vereine und Schulen begann so die Triathlonsaison und zugleich die Schwimmsaison im Freibad Waldeck.

Mit insgesamt 70 Teilnehmerinnen und Teilnehmern, hervorragendem Wetter und zahlreichen Zuschauern wurden die Erwartungen des Organisationsteams erfüllt. Dank großer Unterstützung umliegender Firmen, der Feuerwehr und insgesamt

40 Helfern konnte den Kindern und Jugendlichen ein sportlicher Rahmen mit professioneller Zeitnahme, guter Verpflegung, Medaillen, T-Shirts und Sachpreisen geboten werden. Nicht zuletzt durch die leidenschaftliche Moderation des in der Szene bekannten Bernhard Vogel entstand eine emotionale und stimmungsvolle Atmosphäre. Auf zwei Distanzen konnten sowohl die Jüngsten mit 7 Jahren als auch die bereits älteren Cracks bis 15 Jahre ihr Talent erproben oder unter Beweis stellen.



Voller Einsatz schon beim ersten Triathlon des Jahres > Foto: Foto-Marzi

11. Birklon-Duathlon:

Anna Gehring entkommt erneut allen Jägern

GELTING, 04.05.2013 >> Mit dem 11. Birklon-Duathlon in Gelting eröffneten die Ausdauersportler des Nordens die Straßensaison 2013. Begleitet von viel Sonne, aber auch sehr viel Wind kämpften über 120 Athleten an der Birk auch gleich früh in der Saison um Titel und Medaillen bei den Duathlon-Landesmeisterschaften. Die SHTU-Asse boten auf den Straßen im nordöstlichen Zipfel Angeln einmal mehr rasanten und hochklassigen



Spannende Duelle gab es in vielen Altersklassen. > Foto: Binder

Sport. Das Jagdrennen zwischen den Frauen und den Männern würzte den Hauptwettkampf (3 km Laufen – 20 km Rad – 3 km Laufen) nach bewährter Geltinger Tradition wieder mit zusätzlicher Brisanz. Doch eine herausragende Athletin nahm diesem Vergleich der Geschlechter zugleich auch schon frühzeitig die Spannung. Der 16-jährige Anna Gehring vom SC Itzehoe präsentierte sich in Gelting in bestechender Form. Die frisch gebackene Deutsche Duathlon-A-Jugend-Meisterin dominierte auf Landesebene nun die gesamte weibliche Konkurrenz nach Belieben und verteidigte auch den Acht-Minuten-Vorsprung, den die Frauen beim Start vor den Männern bekamen, bis zur Zielinie an der Birkhalle. Nach 56:22 Minuten Wettkampfzeit lief die Itzehoerin vor allen anderen Männern und Frauen ins Ziel.

Tobias Melnyk musste vollen Einsatz zeigen, um den Sieg in der Männerwertung sicherzustellen. Mit einem entschlossenen Antritt konnte Melnyk den auf dem Rad an ihm vorbei gerasteten Neumünsteraner Routinier Sven Tödloff bei der letzten Disziplin schnell wieder einholen. Nach 50:36 Minuten war Melnyks Landesmeistertitel perfekt, ehe Sven Tödloff (51:46 Minuten) und Pascal Jeworek (SC Itzehoe/ 52:14 Min.) auf den weiteren Medaillenrängen folgten. In der Frauenkonkurrenz sicherte sich Anke Lakies vom VfL Oldesloe als zweitschnellste Athletin des Tages den Meistertitel der offenen Klasse. In den Jugendwertungen heimsten die Nachwuchssasse aus den Talentschmieden in Bargtheide und Itzehoe den Löwenanteil der zu vergebenden Plätze auf dem Siegerpodest ein.

6. Kropp-Triathlon:

Kühle Luft schreckte die 250 Starter nicht

KROPP, 12.05.2013 >> Knapp 250 Ausdauersportler nutzten beim 6. Kropp-Triathlon die erste Gelegenheit, so früh wie möglich die Form im Dreikampf aus Schwimmen, Radfahren und Laufen zu testen. Dabei ließen sich die Aktiven von kühlem Wind, einigen dunklen Wolken und frischen Temperaturen nicht abschrecken und zeigten sich fit und motiviert für den anstehenden Triathlonsommer. Nach dem Schwimmen im beheizten Kropper Freibad jagten die Triathleten mit viel Tempo über die Radstrecke durch die Geest und ließen auch beim abschließenden Laufen im Kropper Norden in ihrem Elan nicht nach. Im Hauptrennen über die Sprintdistanz bestimmten Ulrike Harksen von der SG Athletico Büdelsdorf und Birger Jörgensen vom USC Kiel unangefochten das Renngeschehen und feierten beim 6. Kropp-Triathlon ihre jeweils dritten Siege.

Wie im Vorjahr landete Harksens Athletico-Vereinskameradin Margit Bartsch auf dem zweiten Platz. Mit fast drei Minuten Rückstand wiederholte bei den Männern der Kieler Marco Sengstock seinen zweiten Platz.



Ulrike Harksen gewann zum dritten Mal in Kropp. > Foto: Binder



Start auf der Straße statt im Wasser. > Foto: Foto-Marzi

7. Ladelunder Jedermann-Triathlon

Keiner musste ins kalte Wasser

LADLUND, 24.05.2013 >> Kühle Wassertemperaturen von nur knapp 15 Grad zwangen die Veranstalter der Ladelunder Triathlons, den Wettkampf in diesem Jahr als Duathlon durchzuführen. Bei nur 13 Grad Außentemperatur konnten sich alle Aktiven mit dieser Lösung sehr schnell anfreunden und freuten sich bei kühlen Bedingungen auf den Dreikampf aus 3 km Laufen, 14 km Radfahren und nochmals 3 km Laufen.

Den Sieg im hohen Norden sicherte sich Sören Wallmen (Köln), der auf der Laufstrecke am bis dahin führenden Lokalmatador Jens Homrighausen (Leck) vorbei zog, dann aber noch alles geben musste, um sich vor dem laufstarken Lübecker Sven Schardin ins Ziel zu retten. Bei den Frauen war einmal mehr Jutta Lützen-Junge (Fri Ööwingsfloose) nicht zu schlagen und holte in einem spannenden Kampf ihren fünften Sieg vor Nia und Kerrin Carstensen. Für die Sieger gab es traditionell einen Fünf-Kilo-Sack Kartoffeln.

21. Wa(h)I-Triathlon

Start der Landesliga

BRUNSBÜTTEL, 26.05.2013 >> Mit einem hochklassigen Wettkampf startete die Triathlon-Landesliga erneut in Brunsbüttel in die neue Saison und gab dem 21. Wa(h)I-Triathlon zusätzliche Würze. Insgesamt über 300 Athleten waren am Nord-Ost-

see-Kanal aktiv und ließen sich in ihrem Elan auch von eher ungemütlichen Rahmenbedingungen nicht bremsen.. Beim Sprinttriathlon (0,75 km – 20 km – 5,0 km) im Freibad Ulitzhörn kämpften sich die Athleten aus den 16 Männer-Teams und 9 Frauen-Teams der Liga für die Farben ihrer Klubs und lebten ihren Teamgeist aus. Die Tagessiege beim Auftaktwettkampf und damit die vorläufige Tabellenführung sicherten sich die Damen der SG Wasserratzen Norderstedt und die Herren vom Ratzeburger SV. Mit Marianne Poon und Andreas Schönrock stellten die besten Teams auch jeweils die schnellsten Athleten der Einzelwertung.



Imposantes Ambiente bei der letzten Disziplin > Foto: Meyer

15. Rendsburg-Triathlon

Drei schwäbische Brüder gemeinsam vorn

RENSBURG, 01.06.2013 >> Mit über 250 Starterinnen und Startern in sieben verschiedenen Wettbewerben erlebte der Rendsburger Triathlon auch bei seiner 15. Auflage wieder guten Zuspruch. „Das ist eine Veranstaltung, die mit viel Herz und gut organisiert ist“, lobte beispielsweise Sprint-Siegerin Anke Lakies (VfL Oldesloe), die mit gewohnter starker Laufleistung Simone Schreyer (TuS Holtenau) hinter sich ließ. Bei den Männern bestimmten die drei schwäbischen Brüder Sascha, Patrick und Robin Hoffmann aus Echterdingen das Geschehen. Mit drei Brüdern auf den ersten drei Plätzen erlebte der Rendsburger Triathlon ein Novum in seiner Geschichte. Frank Wichmann von der SG Athletico Büdelsdorf war als Fünfter schnellster SHTU-Athlet.

5. Itzehoer Schülertriathlon

Strahlende Gesichter im Freibad

ITZEHOE, 04.06.2013 >> „Triathlon kann jeder – du auch!“ – frei nach diesem Motto wurde im Rahmen der Itzehoer Sportwoche der Schülertriathlon zelebriert. Pünktlich zur Freibaderöffnung kam auch das gut Wetter nach Steinburg und die jungen Sportler schwammen, radelten und liefen in der Sonne. Besonders spannend wurde es wie immer in der Wechselzone: Hier freuten sich die Helfer und Zuschauer über das bunte und wilde Treiben. Ein Schüler hatte sein Rad doch tatsächlich angeschlossen und fand seinen Schlüssel nicht wieder, der nächste bekam das T-Shirt einfach nicht über den noch nassen Oberkörper gestreift

Die SHTU-Landesmeister 2013

Duathlon

Offene Klasse

Frauen *Anke Lakies, VfL Oldesloe*

Männer *Tobias Melnyk, Möllner SV*

Frauen

AK 3 (30-34) *Sandra Wichmann, SG Athletico Büdelsdorf*

AK 4 (35-39) *Susanne Schönebeck, TSV Kremperheide*

Sen 2 (45-49) *Elvira Schlatter, Tri Endurance Germany*

Sen 3 (50-54) *Ursula Hümmecke, SG Athletico Büdelsdorf*

Männer

AK 1 (20-24) *Jan Hendrik Nothbaar, LAV Husum*

AK 4 (35-39) *Marco Sengstock, USC Kiel*

Sen 1 (40-44) *Kurt Lünemann, SC Itzehoe*

Sen 3 (50-54) *Bernd Gaasch, Borener SV*

Sen 4 (55-59) *Wolfgang Oellermann, SV Fortuna Bösdorf*

Sen 5 (60-64) *Manfred Hümmecke, TuS Holtenau Kiel*

Sen 6 (65-69) *Dr. Fritz Dieterich, Spiridon Oldesloe*

Sen 7 (70-74) *José Molero-Membrilla, Borener SV*

und nebenan kämpfte ein Athlet mit dem kniffligen Helmverschluss. Im Ziel angekommen freuten sich alle Finisher über ein T-Shirt, das sich jeder verdient hat. Zum zweiten Mal wurde in Itzehoe das Landesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ ausgetragen. Hier traten vier Schulmannschaften aus Itzehoe, Lütjenburg, Großhansdorf und Eckernförde mit jeweils acht Athleten an. Siegermannschaft wurde einmal mehr die Auguste-Victoria-Schule Itzehoe, deren Athleten dadurch die Schleswig-Holstein-Flagge zum Bundesfinale nach Berlin tragen durften.

„Insgesamt war der Schülertriathlon wieder ein runder Wettkampf mit vielen tollen Bildern und wir hoffen, dass wir viele neue Kinder für den tollen Sport begeistern konnten“; bilanzierte Organisator André Beltz.



Endlich gehts richtig los: Erster Sprung in die kühle Nordsee. > Foto: Möller

3. Husum-Triathlon:

Erster Sprung ins Meer

HUSUM, 08.06.2013 >> Eine einzigartige Landschaft, gute Straßenverhältnisse und wohlwollende Schafe am Deich boten die ideale Kulisse für den ersten Wettkampf der Saison, bei dem im offenen Gewässer geschwommen wurde. Auch ein spürbarer Wind konnte die nordfriesischen Ausdauercracks und die an die Westküste gereiste Athleten nicht in ihrer Triathlonlaune stoppen. Lisa Müller-Ott (USC Kiel) und Lokalmatador Andreas Drosdowski (LAV Husum) waren beim Sprinttriathlon am Deich die Schnellsten des Tages.

5. SCI-Triathlon

Liga-Asse und Breitensportler mit Spaß im Regenrennen

HOHENLOCKSTEDT, 09.06.2013 >> Zahlreiche alteingesessene Triathleten, darunter Einzelstarter und Regionalligisten und Athleten der Landesliga Hamburg, aber auch viele Neulinge zog es am zweiten Juni-Sonntag an die Lohmühle in Hohenlockstedt. Zum Missfallen der Aktiven bestätigten sich die optimistischen Wettervorhersagen nicht und der erhoffte sonnige Wettkampf entfiel.

Der Wettkampf Regionalliga Nord war erneut als Kombination aus Swim-and-Run-Wettkampf und anschließendem Jagdrennen über die Sprintdistanz ausgeschrieben. Am Ende lag das Team Hannover 96 vorn, gefolgt vom USC Kiel und dem Team Tri Endurance Germany. Bei den Frauen siegte der Lehrer SV vor dem TSV Bargtheide. Auf der Olympischen Distanz wurde Frank Gehse (Wasserratten Norderstedt) aufgrund der

nachträglichen Disqualifikation von Jakob Ohlsen zum Sieger. Hinter ihm lief Daniel Pache ins Ziel und über den dritten Platz freute sich Frank Groen.

Bei den Frauen gewann Marit Huckfeldt an der Spitze das vereinsinterne Duell gegen ihre Teamgefährtin Peggy Kleidon aus dem Hamburger Kaifu-Tri-Team. Beim Volkstriathlon waren auch zahlreiche Gelegenheitstriathleten mit viel Elan unterwegs. „Es ist immer wieder schön zu sehen, dass sich auch ein paar Holland-Räder zwischen den teuren Rennmaschinen befinden und dass man auch noch lediglich in Badehose und T-Shirt einen Triathlon absolvieren kann“, freute sich André Beltz über jene Teilnehmer, die ein wenig Urtümlichkeit ins Triathlonbild brachten.

24. Lindewitt-Triathlon

Revival-Wertung sorgte für Spaß

LINDEWITT, 11.06.2013 >> Bei besten äußeren Bedingungen hatten sich über 100 Sportler im Waldbad zum Start des 24. Lindewitter Triathlons eingefunden, der im Rahmen der Festwoche zum 100-jährigen Bestehen des TSV Lindewitt stattfand. Der traditionsreiche Verein hatte für jeden Triathlonfreund, vom Jedermann-Triathleten bis zum Sprint-Crack, das passende Angebot. Den Sprinttriathlon entschieden Torben Benecke (TriAs Flensburg) und Stefanie Wasmuth (SC Itzehoe) für sich. Bei einer Wassertemperatur von 18 Grad Celsius starteten unter dem Beifall der zahlreichen Zuschauer die Teilnehmer der erstmals angebotenen „Revival-Wertung“. Die Teilnehmer an dieser Disziplin durften nicht im Neoprenanzug schwimmen und auf der Radstrecke nur Tourenfahräder benutzen. Bei den Frauen sicherte sich Brigitte Stelzer (TSV Lindewitt) den Sieg. Bei den Männern hatte nach 300 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km Laufen Stephan Lobsien (Fri Öowingsfloose) die Nase vorn.

2. Lübecker Sieben-Türme-Triathlon

Kampf um Titel und Ligapunkte

LÜBECK, 16.06.2013 >> Vor idyllischer Kulisse der Lübecker Altstadt hatten die Triathleten beim 2. Sieben-Türme-Triathlon eher raue Bedingungen wegzustecken. Bei den Landesmeisterschaften über die Olympische Distanz, die im Rahmen des 2. Sieben-Türme-Triathlons in Lübeck ausgetragen wurden, war es bei der ersten Disziplin im Trave-Kanal noch spürbar kühl. Mit über 1000 Meldungen konnte die Veranstaltung in der Hansestadt bei ihrer zweiten Auflage dennoch bereits in den Kreis der teilnehmerstärksten Wettkämpfe des Landes vordringen. Den Landesmeistertitel der Frauen sicherte sich in Lübeck Liesa Schmidt vom Ratzeburger SV mit klarem Vorsprung vor Britt Günther vom Elmshorner MTV. Bei den Männern gewann To-



Die Altstadt bot eine eindrucksvolle Kulisse für die Titelkämpfe > Fotos: Tri-Sport

bias Melnyk vom Möllner SV dank einer starken Laufleistung vor Udo van Stevendaal (SV Großhansdorf). Das Rennen in Lübeck war zugleich auch der zweite Wettkampf der Triathlon-Landesliga. In denkbar knappen Entscheidungen mit minimalen Punktabständen schnappten sich die Damen vom Triathlonsteam Südtöndern und die Männer von den TriAs Flensburg die Tagessiege und sorgten so dafür, dass die Entscheidung um den Meistertitel bis zum Finale in Norderstedt spannend bleiben sollte.



Nur gut gelaunte Sieger im Freibad von Bargtheide > Foto: Nikolaïski

18. Bargtheider Schülertriathlon

Über 400 Sieger im Freibad

BARGTHEIDE, 16.06.2013 >> Der rote Teppich wies den Weg zur Siegertribüne, der grüne erleichterte den Spurt vom Schwimmbad in die Wechselzone beim Sportplatz: Bargtheide stand beim 18. Schülertriathlon wieder im Zeichen des Triathlons. Mit 438 Startern, 140 Helfern und rund 1500 Eltern, Geschwistern

und Freunden hatte der TSV Bargtheide eine wahre Herkulesaufgabe zu bewältigen, doch es klappte wie am Schnürchen.

Was 1997 mit gerade mal vier Kindern im Jugendbereich der Triathlon-Abteilung des TSV Bargtheide begann, hat sich zur größten Schülertriathlon-Veranstaltung in Schleswig-Holstein mit Teilnehmern aus ganz Norddeutschland entwickelt. Kindern und Jugendlichen soll die Freude an der Bewegung im großen Miteinander vermittelt werden, daher bringt das Motto „Jeder Finisher – ein Sieger“ das Ziel der Abteilung auf den Punkt. Neben den kleinen Episoden am Rande war es vor allem der reibungslose Ablauf, der Teilnehmer und Gäste wieder einmal beeindruckte.

14. Midsummer-Triathlon in Grobensee

Gewitter bremste die Athleten aus

TRITTAU, 21.06.2012 >> Nach 13 gelungenen Auflagen brachte der Wettergott am längsten Tag des Jahres den 150 Startern des 14. Midsummer-Triathlons kein Glück. Nachdem das Schwimmen in Grobensee noch planmäßig stattfinden konnte, brach kurz nach der ersten Disziplin ein heftiges Gewitter mit sintflutartigen Regenfällen aus, das den Organisatoren um Helmut Probst keine andere Wahl ließ, als das Rennen abzubrechen.

23. Herrenkoog-Triathlon

Nordfriesen trumpten bei Heimrennen auf

RISUM-LINDHOLM, 22.06.2013 >> Mehr Glück als tags zuvor in Grobensee hatte man bei der 23. Auflage des Herrenkoog-Triathlons. Dauerregen in der Woche zuvor hatte den Veranstaltern des nordfriesischen Kulturiathlons große Probleme beim Aufbau bereitet, aber rechtzeitig zum Start wurde das Wetter sommerlich und angenehm warm. Sportlich war der Herrenkoog-Triathlon eine Werbung für den Triathlonsport an der Westküste. Die Nordfriesen zeigten sich bei ihrer größten Triathlonveranstaltung in bestechender Form. Auf der Olympischen Distanz (1,5 km – 44 km – 10 km) gewannen Jutta Lützen-Junge von Fri Öowingsfloose und Andreas Dosdrowski von der LAV Husum. „Das ist ein tolles Gefühl, hier Erster zu sein“, freute sich der Husumer über seinen Sieg im Herrenkoog in 2:08:18 Stunden. Der Kölner Sören Wallmen kam 21 Sekunden später ins Ziel, ehe mit dem Lecker Jens Homrighausen (2:09:10 Std.) ein weiterer Lokalmatador folgte. Bei den Frauen gestaltete sich das Rennen ähnlich spannend. Die spätere Siegerin

Die SHTU-Landesmeister 2013

Triathlon Olympische Distanz

Offene Klasse

Frauen	Lisa Schmidt, Ratzeburger SV
Männer	Tobias Melnyk, Möllner SV
Frauen	
AK 2 (25-29)	Lisa Schmidt, Ratzeburger SV
AK 3 (30-34)	Bente Rathsack, MTV Leck
AK 4 (35-39)	Jeanette Olivier, USC Kiel
Sen 1 (40-44)	Ulrike Bähr, USC Kiel
Sen 2 (45-49)	Britt Günther, Tri EMTV Elmshorn
Sen 3 (50-54)	Nicola Lange, USC Kiel
Sen 4 (55-59)	Margit Bartsch, SG Athletico Büdelsdorf
Sen 5 (60-64)	Antje Seyd, Borener SV
Männer	
AK 1 (20-24)	Tobias Melnyk, Möllner SV
AK 2 (25-29)	Jan Seiichi Stelzner, Tri-Sport Lübeck
AK 3 (30-34)	Sebastian Schluricke, TriAs Flensburg
AK 4 (35-39)	Jens Homrighausen, MTV Leck
Sen 1 (40-44)	Peter Langfeld, Tri Endurance Germany
Sen 2 (45-49)	Udo van Stevendaal, SV Großhansdorf
Sen 3 (50-54)	Frank Groen, Polizei-SV Eutin
Sen 4 (55-59)	Hinnerk Timme, TSV Fahrdorf
Sen 5 (60-64)	Manfred Hümmecke, TuS Holtenau Kiel
Sen 6 (65-69)	Dr. Fritz Dietrich, Spiridon Oldesloe
Sen 7 (70-74)	Heiko Hentrop, SG Athletico Büdelsdorf



Schneller Wechsel im Herrenkoog > Foto: Foto-Marzi

Jutta Lützen-Junge (2:33:49 Std.) kam als Sechste aus dem Wasser und hatte über fünf Minuten Rückstand auf Kristina Iversen (TriAs Flensburg), die auf der Laufstrecke dann aber noch bis auf den vierten Platz zurückgedrängt wurde. Zweite wurde Christiane Tams (Fri Ööwingsfloose/ 2:35:42 Std.) vor der Heiderin Astrid Gruber (2:37:02 Std.).

19. Eutiner Rosenstadt-Triathlon

Alte Hasen im Ziel ganz vorne

EUTIN, 23.06.2013 >> Nach dem verregneten Rosenstadt-Triathlon im Jahr zuvor fand nun die Sonne wieder den Weg nach Eutin. Ein wirklich schnelles und enges Rennen zeigten die Starter im Wettkampf der 2. Bundesliga über die Olympische Distanz. Mit Windschattenerlaubnis rauschten die Cracks über die Radpiste und wechselten anschließend im Sekundentakt. Mit Platz 3 in der Tageswertung der Männer zeigten die Schleswig-Holsteiner vom SC Itzehoe eine starkes Ergebnis, das von den Damen des USC Kiel noch gepoppt wurde. Die Landeshauptstädterinnen gewann das Rennen in der Holsteinischen Schweiz vor dem DLC Aachen.

Im Einzelrennen über die Olympische Distanz gewann Frank Gehse (Norderstedt) vor seinem früheren Teamkameraden und Lokalmatador Sven Schulze (PSV Eutin).

Bei den Frauen gewann Britta Hagge von den Kieler Powerschnecken.

Im Sprintwettkampf mischten mehrere erfahrene Cracks um die besten Plätze mit, ehe am Ende der Ratzeburger Matthias Dahlmann vor dem Eutiner Jens Borchardt gewann. Deutlich jünger waren die schnellsten Frauen. Lydia Liebnitzky aus Leipzig gewann die Frauenkonkurrenz vor Viktoria Bueschler (TSV



In Eutin mischten die Routiniers Jens Borchardt und Frank Groen ganz vorn mit > Foto: Schilling

Bargteheide). Nicht weniger engagiert als die erfahrenen Athleten kämpften viele Talente in den stark besetzten Jugend- und Kinderwettkämpfen.

21. Poggensee-Triathlon

Siegesserie von Anke Lakies unterbrochen

BAD OLDESLOE, 30.06.2013 >> Auch eher herbstliche Rahmenbedingungen konnten den rund 120 Aktiven beim 21. Poggensee-Triathlon nicht die Lust auf den Ausdauer-Dreikampf nehmen. Nach 500 Metern Schwimmen im kühlen See, 23 Kilometer Radfahren und sieben Kilometer Laufen musste sich Seriensiegerin und EM-Silbermedaillen-Gewinnerin Anke Lakies vom VfL Oldesloe der 21 Jahre jüngeren Nicole Schuldt aus Leipzig geschlagen geben. „Das ist wirklich nicht schlimm. Sie ist halt deutlich jünger und eine wirklich starke Athletin. Ich kann es akzeptieren, dass es dieses Mal nur für den zweiten Rang gereicht hat“, stellte Lakies nach ihrem Heimatrennen fest.

Bei den Männer gewann Niels Steinendorf aus Hamburg vor dem Bad Schwartau Stephan Birnmeyer.

9. TriFun-Triathlon auf Pellworm

Neue Kulisse für den Wattenmeer-Triathlon

PELLWORM, 06.07.2013 >> Die erst 15-jährige Niebüllerin Nia Carstensen von Fri Ööwingsfloose begeisterte beim diesjährigen Pellwormer Triathlon als neue Siegerin der Frauen-Gesamtwertung und zeigte sich ihrerseits auch begeistert vom Wettkampf im Wattenmeer. „Rakete“, „Spitze“, „Unglaublich“, twitterte die Teenagerin nach ihrem Sieg vor der dicht hinter ihr folgenden Leckerin Tanja Röwer.

Zum neunten Mal fand der Trifun statt. Das tideabhängige Sport-Happening im Weltnaturerbe Wattenmeer erfreut sich dabei weiter wachsender Beliebtheit und hat sich nicht nur in der norddeutschen Triathlonszene einen Namen machen können. Vorjahressieger Jonathan



Jubelstimmung und gute Laune am Deich > Foto: Mehlbauer



5. Juli 2014 im Herrenkoog Nordfriesland Schleswig-Holstein



Jedermann
500 m
24 km
5 km



Mitteldistanz
2 km
84 km
20 km



Kinder Triathlon
100 m
5 km
1 km



Pargätzi aus Lüneburg setzte auf der neuen Strecke am Pellwormer Hafen wieder die Akzente im Männerrennen und gewann mit großem Abstand vor Thomas Junker (MTV Heide) und Jugendsieger Philipp Bolz (LAV Husum).

3. FisherMan-Triathlon

Sommeranfang zur Premiere der Sprint-LM

HEILIGENHAFEN, 07.07.2013 >> Der FisherMan-Triathlon in Heiligenhafen bot an ersten richtig perfekten Sommertag an der Ostsee die ideale Kulisse für die Premiere der SHTU-Landesmeisterschaften über die Sprint-Distanz. Nur wenige Wochen nach ihrem Duell über die Olympische Distanz lieferten sich Udo van Stevendaal und Tobias Melnyk wieder ein spannendes Duell, das diesmal jedoch umgekehrt endete. Ausgerechnet im Sprint behielt der Routinier aus Stormarn knapp die Nase vor dem 23 Jahre jüngeren Konkurrenten aus dem Herzogtum Lauenburg. Van Stevendaal gewann mit einer herausragenden Leistung auf der hügeligen Radstrecke in 59:50 Minuten vor



Hohes Tempo und viel Sonne auf der Promenade > Foto: Müller

Die SHTU-Landesmeister 2013

Sprint

Offene Klasse

Frauen *Anke Lakies, VfL Oldesloe*
Männer *Udo van Stevendaal, SV Großhansdorf*

Frauen

AK 2 (25-29) *Christina Hollstein, Tri-Sport Lübeck*
AK 4 (35-39) *Stefanie Anke Wassmuth, SC Itzehoe*
Sen 1 (40-44) *Britta Hagge, LG Power-Schnecken Kiel*
Sen 2 (45-49) *Anke Lakies, VfL Oldesloe*
Sen 3 (50-54) *Nicola Lange, USC Kiel*
Sen 4 (55-59) *Margit Bartsch, SG Athletico Büdelsdorf*

Männer

AK 1 (20-24) *Tobias Melnyk, Möllner SV*
AK 2 (25-29) *Jan Seiichi Stelzner, Tri-Sport Lübeck*
AK 3 (30-34) *Heiko Meinert, TriTeam Neumünster*
AK 4 (35-39) *Frank Wichmann, SG Athletico Büdelsdorf*
Sen 1 (40-44) *Matthias Dahlmann, Ratzeburger SV*
Sen 2 (45-49) *Udo van Stevendaal, SV Großhansdorf*
Sen 3 (50-54) *Frank Groen, Polizei-SV Eutin*
Sen 4 (55-59) *Manfred Ortmann, USC Kiel*
Sen 5 (60-64) *Bernd Lange, USC Kiel*
Sen 6 (65-69) *Manfred Schröder-Groeneveld, TriTeam Neumünster*
Sen 7 (70-74) *Gerd Gehrke, Spiridon Oldesloe*

Melnyk (1:01:50 Std.). „Ich wollte gern Landesmeister werden, hatte aber nicht die Beine dazu“, musste der Möllner etwas entschärfen feststellen.

Bei den Frauen verweigte sich Anke Lakies (VfL Oldesloe) als schnellste „Sprinterin“ des Landes vor Margit Bartsch (SG Athletico Büdelsdorf).

11. After-Work-Triathlon in Niebüll

Nachmelder schnappt sich den Sieg

NIEBÜLL, 26.07.2013 >> Der Sieger meldete erst kurz vor dem Start nach und war dann doch der Erste im Ziel. Torben Benecke (TriAS Flensburg) sicherte sich eine der letzten Startnummern für den After-Work-Triathlon, ehe er dann dem Feld davon eilte. Der Flensburger gewann den kurzen und knackigen Feierabendwettkampf (0,3 – 17 – 3,5) in 46:02 Minuten knapp vor seinem Teamkollegen Sebastian Schluricke (46:19), und Jan Hendrik Nothbaar (46:25) vom LAV Husum. Bei den Frauen gewann Titelverteidigerin Jutta Lützen-Junge (Fri Ööwingsfloose) in einem lange spannenden Rennen in neuer Bestzeit von 52:59 Minuten vor Bente Rathsack (MTV Leck).

1. Ostseetriathlon in Eckernförde

Gelungene Premiere am Borbyer Ufer

ECKERNFÖRDE, 03.08.2013 >> Eckernförde ist ab 2013 auch eine Triathlon-Stadt und bietet am Borbyer Ufer das ideale Stimmungsnest für die Freunde des Ausdauersports. Diese These belegten rund 270 begeisterte Athleten eindrucksvoll bei der Premiere des Ostseetriathlons. Zur perfekten Kulisse an der Borbyer Uferpromenade gesellten sich bei der Premierenveranstaltung nahezu ideale Witterungsverhältnisse. Der Hitzesommer nahm sich just zum Ostseetriathlon eine Auszeit und schickte etwas Wind und Wolken an die Ostsee. Bei Wassertemperaturen von 20,5 Grad musste aber niemand in der Badehose frieren.

Insbesondere auch die Athleten aus der Region zeigten sich angetan, dass der Altkreis Eckernförde sechs Jahre nach dem Ende des beliebten Riesebyer Trimmathlons nun wieder auf der Triathlon-Landkarte präsent ist. Passenderweise verweigerten sich in der Siegerliste des 1. Eckernförder Ostseetriathlons zwei Sportler, die in jener Gemeinde groß geworden sind, die viele Jahre das Schwansener Triathlon-Kultevent beheimatete. Der 18-jährige Riesebyer Nick Hansen und die aus dem gleichen Dorf stammende Regina Dahl waren die Schnellsten dieses Tages und bescherten ihrem Klub Borener SV damit einen Doppelsieg. Nick Hansen landete einen Start-Ziel-Sieg und gewann in 52:57 Minuten vor Matthias Dahlmann (Ratzeburger SV/ 54:45 Minuten) und Johannes Diederhagen (55:14 Min.) aus Netphen im Siegerland. Hansens Vereinskameradin Regina Dahl gewann in 1:04:20 Stunden vor Daniale Bähr (USC Kiel / 1:06:57 Std.) und Simone Kohls (KSH-Team / 1:07:54 Std.).

„Klasse Athleten, prima Publikum – genau so, wie man es wünscht“, freute sich Organisator Jens Rethwisch.

12. OstseeMan-Triathlon in Glücksburg:

Rekordsieger Christian Nitschke feiert vierten Erfolg

GLÜCKSBURG, 04.08.2013 >> Die Streckenrekorde bleiben stehen, aber einen neuen Rekord gab es dennoch. Vier Siege beim OstseeMan-Triathlon und das auch noch in ununterbrochener Reihenfolge – das hatte beim OstseeMan-Triathlon noch niemand zuvor geschafft. Mit seinem vierten Sieg an der Förde



Die wellenfrie Förde bot ideale Bedingungen für die erste Disziplin. > Foto: Binder

machte sich Christian Nitschke endgültig zum unumstrittenen Helden in der „Hall of Fame“ des OstseeMan-Triathlons. 3,8 km Schwimmen in der Förde, 180 km Radfahren durch das hügelige Angeln und 42,195 Laufkilometer auf der Runde zwischen Kurstrand, Schwennauhof und Wasserschloss bewältigte der 28-jährige Rostocker in 8:38:10 Stunden.

Mitfavorit Till Schramm aus Köln wurde in 8:51:02 Stunden Zweiter, ehe mit Sören Wallmen nach 8:53:43 Stunden ein weiterer Athlet aus der Domstadt als Dritter den Zielstrich überquerte. „Eine Riesengaudi war es“, stellte der Kölner fest, dem bei seinem vierten OstseeMan-Start erstmals der Sprung auf die Podiumsplätze gelang.

Als schnellste SHTU-Männer erreichten der Eckernförder Nicola Rinkens (9:29:37 Std. / 14. Gesamt) und Michael Herling von TriAs Flensburg (9:39:47 Std. / 19. Gesamt) das Ziel.

Bei den Frauen freute sich Julia Bohn vom EOSC Offenbach über einen unverhofften Sieg bei ihrem ersten OstseeMan-Start. Nachdem Streckenrekordhalterin Nicole Woysch schon früh vom Rad gestiegen war, hielt die 33-jährige Hessin ihr Tempo und verewigte sich mit komfortablem Vorsprung und einer bärenstarken Zeit als Siegerin des 12. OstseeMan-Triathlons. Nach 9:46:45 Stunden wurde Bohn im Zielkanal bejubelt. Sandra Ehlers (SC Weyhe/ 10:39:03 Std.) und Marianne Poon (SG Wasserratten Norderstedt/ 10:59:10 Std.) erkämpften mit deutlichem Abstand auf die Siegerin die weiteren Medaillenplätze. Direkt hinter dem Spitzentrio kam Bente Rathsack vom MTV Leck ins Ziel. Die Nordfriesin feierte in 11:22:37 Stunden ein gelungenes Debüt auf der Langstrecke.

Insgesamt rund 1500 Athleten und Tausende von Zuschauern zelebrierten in Glücksburg einmal mehr Schleswig-Holsteins längste Triathlonparty. Bei der 12. Auflage des Ausdauerspektakels im hohen Norden fanden die aus 15 Nationen angereisten Ausdauer-Cracks die idealen Rahmenbedingungen für großen Sport vor. Den Athleten bot sich am frühen Morgen ein nahezu perfektes Bild. Strahlend blauer Himmel, eine mit 21



Bente Rathsack gab ein starkes Langdistanzdebüt. > Foto: Binder



Schnellster Schleswig-Holsteiner beim OstseeMan: Nicola Werner Rinkens > Foto: Binder

Grad Wassertemperatur angenehm temperierte und wellenfrie Flensburger Förde sorgte bei der ersten Disziplin für die passenden Rahmenbedingungen zum Einstieg in den langen Sporttag. Auf der Radstrecke kam erst nach den ersten Runden ein leichter Wind auf, sodass die Topathleten auf ihren sechs 30-km-Runden durch das nördliche Angeln ihrer Tempojagd kaum gebremst wurden. Das leichte Lüftchen, das später über die Stadt am Wasserschloss blies, sorgte dafür, dass die Athleten trotz der sommerlichen Bedingungen beim Marathon nicht ganz das befürchtete Hitzerennen durchleben mussten.



Tolle Atmosphäre am Seebad Düsternbrook > Foto: Binder



Auch in Büdelsdorf prägte das Bargteheider Orange das Bild > Foto: Petter

25. Kieler Förde-Triathlon

La-Ola-Wellen beim Triathlonjubiläum am Seebad

KIEL, 11.08.2013 >> Über 1000 Athleten und rund 5000 Zuschauer am Kieler Hindenburgufer sorgten für ein umjubeltes Jubiläum des Kieler Förde-Triathlons. Seit einem Vierteljahrhundert sorgen Bernd Lange vom USC Kiel und seine Mitstreiter aus der Kieler Triathlonszene dafür, dass in der Landeshauptstadt die Faszination des Ausdauerdreikampfs stimmungsvoll in Szene gesetzt wird. Auch die 25. Auflage des Klassikers reihte sich in die Serie der vielen hochklassigen Wettkämpfe an der Förde ein.

Auf der Olympischen Distanz rettete sich Sieger Frederic Süßmann als Jubiläumssieger kurz vor dem zwischenzeitlichen Gussregen ins Ziel. Der 20-jährige Itzehoer gewann in 2:02:57 Stunden vor den Routiniers Marco Sengstock (USC Kiel) und Frank Gehse (Wasserratten Norderstedt). Bei den Frauen gewann USC-Ligastarterin Liesa Schmidt in 2:16:00 Stunden vor Katrin Moritz aus Hamburg und Julia Therkorn aus Freiburg.

Besonders schnell und rasant wurde es beim Sprintrennen der Landesliga. Beim dritten von vier Wettkämpfen der Serie um die schleswig-holsteinische Mannschaftsmeisterschaft sicherten sich die Männer der LAV Husum und die Damen vom Team Südtondern in Kiel die Tagessiege. Andreas Schönrock (Ratzeburger SV) und Josefine Grube (Wasserratten Norderstedt) waren die Topathleten im Ligafeld.

Nach dem Rennen feierten die Aktiven die „Macher“ des Triathlons mit einer lautstarken La-Ola-Welle und drückten so ihren Dank für die jahrelange Arbeit der Crew um Bernd Lange aus und dokumentierten zugleich ihre Vorfreude auf das nächste Vierteljahrhundert Triathlon an der Förde.

22. Büdelsdorfer Kinder- und Schülertriathlon

Bargteheider Talente schnell unterwegs

BÜDELSDORF, 11.08.2013 >> Ein echter Klassiker unter den Nachwuchswettkämpfen im Norden ist der Kinder- und Schülertriathlon der SG Athletico Büdelsdorf. Bereits zum 22. Mal trafen sich die jungen Ausdauersportler am Naturerlebnisbad Büdelsdorf, um ihre Form zu testen und zu zeigen. Vor heimischer Kulisse ließ sich Athletico-Talent Merle Schreiber den Sieg bei den Schülern A nicht nehmen, während ihre Schwester Janne bei den B-Schülerinnen nach einem spannenden Rennen Zweite hinter Lina Günther vom TRi EMTV Elmshorn wurde. Besonders erfolgreich präsentierten sich in Büdelsdorf die Nachwuchsasse vom TSV Bargteheide, die zahlreiche Siege und Podiumsplätze erkämpften.

10. Triathlonfestival „Gegen den Wind“

Rund 700 Athleten kämpften mit Wind und Wellen

ST. PETER-ORDING, 17.08.2013 >> Zehn Jahre Triathlon am Nordseestrand und Halbmarathon in den Dünen – in St. Peter-Ording hatten die Fans des Ausdauersports einen runden Geburtstag zu feiern. Fast 1100 Athleten zelebrierten beim Wettkampf das kleine Jubiläum des Lauf- und Triathlonfestivals „Gegen den

Die SHTU-Landesmeister 2013

Triathlon Jugend/Schüler/-innen:

Schülerinnen C	Janka Krohn, TSV Bargteheide
Schüler C	Bente Mull, TSV Bornhöved
Schülerinnen C	Lina Günther, Tri EMTV Elmshorn
Schüler B	Thies Henry Heinrich, TriAs Flensburg
Schülerinnen A	Merle Schreiber, SG Athletico Büdelsdorf
Schüler A	Lucas Hüllweck, Möllner SV
Weibliche Jugend B	Nina Eim, SC Itzehoe
Männlich Jugend B	Philipp Gehring, SC Itzehoe
Weibliche Jugend B	Anna Gehring, SC Itzehoe
Männlich Jugend A	Tim Kopacz, SC Itzehoe
Juniorinnen	Rike Kubillus, TSV Bargteheide
Junioren	Nick Hansen, Borener SV



Imke Oelerich war am Nordseestrand nicht zu stoppen > Foto: Actionphoto

Wind“. Mit viel Wind und Wellen wurde die diesjährige Auflage des nordfriesischen Sportspektakels dem Veranstaltungsmotto „Gegen den Wind“ einmal mehr durchaus gerecht. Der Triathlon am Ordinger Strand war erneut nahezu ausgebucht. Die Ausdauer-Dreikämpfer hatten bei der ersten Disziplin jede Menge Mühe, erlebten danach aber noch einen sonnigen Strandtag mit vielen Zuschauern am Ordinger Strand. „Das Schwimmen mit den Wellen und der Gegenströmung war schon echt happig“, musste selbst Siegerin Imke Oelerich feststellen, machte sich aber auch die Devise vieler Mitstreiter zu eigen. „So ist Nordseeschwimmen eben“, sagten sich viele Starter, für die gerade die Tücken des Meeres den besonderen Kick der Veranstaltung ausmachen. Die 24-jährige vom ASV Köln ließ in ihrer nordfriesischen Heimat nie einen Zweifel aufkommen, wer beim Wettkampf über die Olympische Distanz (1,5 km – 40 km – 10 km) als erste Frau über die Ziellinie rennen möchte, und gewann in 2:13:07 Stunden ungefährdet.

Den Sieg der Männer auf der Olympischen Distanz sicherte sich Tammo König vom 1. TCO Die Bären Oldenburg in 1:55:29 Stunden vor Stephan Reis (Rostock / 1:56:32 Std.) und Marcel de Lannoy (Tri Endurance Germany Geesthacht / 2:00:11 Std.).

22. Q-Tri in Bornhöved

Teenager sorgen für Furore

BORNHÖVED, 18.08.2013 >> Triathlon in Bornhöved boomt auch im 22. Jahr. Mit 693 Aktiven, darunter 588 Einzelkämpfer, gab es einen neuen Teilnehmerrekord. „Wir wurden am Ende förmlich überrannt“, erklärte Q-Tri-Sprecher Jan-Philipp Krawczyk nicht ohne Stolz den

Zulauf in den Wochen vor dem Rennen, der ihn zwang, vielen Interessierten abzusagen. Wer beim Triathlon-Volksfest trotz manch kleiner Reifenpanne wegen Rollsplitts im Nieselregen finishte, durfte sich stets persönlich angefeuert durch den beflügelten Applaus von fast 4500 hautnah im Dorf Spalier stehenden Zuschauern wie ein Held fühlen, egal ob unterm Strich Rang eins oder der letzte Platz herausprang.

Nicht nur in den Nachwuchswettkämpfen, sondern sogar im Frauenfeld der Sprinterinnen (0,5/22/5) entfachten Teenager viel Furore. Die 16-jährige Anna Gehring (1:04:05 Stunden) vom SC Itzehoe wiederholte ihren Vorjahreserfolg nach einem packenden Duell gegen Franca Fuchs (Hamburg, 1:06:07). „Franca ist mit dem Rennrad hammermäßig schnell gefahren. Erst drei Kilometer vorm Ziel konnte ich sie beim Laufen überholen“, zollte Anna Gehring ihrer großen Rivalin fair Respekt. Zum schnellsten Mann avancierte einmal mehr Stephan Bergemann (TSV Bargteheide, 56:33), um sich gebührend feiern zu lassen: „Wer extra nach Bornhöved fährt, möchte natürlich auch erfolgreich sein. Die jungen Leute setzten uns etwas ältere Triathleten zwar ganz schön unter Druck, brauchen aber vielleicht noch ein oder zwei Jahre, um mich zu zersägen“, urteilte der schnelle Crack über seine jungen Verfolger Tobias Melnyk (Möllner SV / 57:42 Min.) und Nick Hansen (Borener SV / 59:28 Min.).

6. Wanderup-Triathlon

Später SaisonEinstieg für den Sieger

WANDERUP, 24.08.2013 >> Strahlend blauer Himmel über dem Wanderuper Badensee ließ bei den über 320 Startern noch einmal spätsommerliche Triathlon-



Kurzer Landgang nach der ersten Schimmhälfte. > Foto: Binder

KN Förde Triathlon

26. KN Förde Triathlon 2014



Wolf-Carow.de

10.08.2014

Seebad Düsternbrook

Olympisch • Volk • LL SH

Anmeldestart 01.12.2013

Kieler Nachrichten

foerde-triathlon.de

lust aufkommen. Nach dem Schwimmen im Badesee in der ehemaligen Kiesgrube warteten auf der Radstrecke heftige Winde, die auf einigen Passagen reichlich Kraft kosteten, dann aber auch wieder mächtigen Rückenwind bescherten. Noch gar keine Triathlonwettkampfpraxis in der Saison 2013, dafür aber jede Menge aufgestauter Triathlonenergie brachte Dirk Wunderlich (TriAs Flensburg) mit nach Wanderup. Der Vorjahressieger hatte wegen Wadenproblemen fast die komplette Triathlonsaison ausfallen lassen und konnte sich nur mit Schwimmen und Radfahren fit halten. Dem 31-jährigen gelang jedoch trotz dieses Trainingsrückstandes in 55:34 Minuten eine Wiederholung seines Vorjahressieges beim Sprinttriathlon (450 m – 20 km – 4,5 km). Hinter dem Zweitplatzierten Kim Oranienburg (Hamburg) erkämpfte Robert Brehm von den TriAs Flensburg in 57:09 Minuten den dritten Platz. Den Wettkampf der Frauen dominierte Bente Heller von den Triabolos Hamburg. Die 22-jährige aus der Hansestadt gewann unangefochten in 1:04:59 Stunden, ehe mit Sina Will (Borener SV/ 1:08:52 Std.) und Anne Becker (MTV Leck / 1:09:45 Std.) auf den weiteren Podiumsplätzen zwei Athletinnen aus der Region folgten.

29. Ratzeburger Insel-Triathlon

Knappe Entscheidung im Titelrennen der Damen

RATZEBURG, 25.08.2013 >> Bei den Landesmeisterschaften über die Mitteldistanz holten sich Britt Günther (4:52:34 Std.) und Nils Nimczewski (3:57:38 Std.) die Titel. Nach 2 km Schwimmen, 80 km Radfahren und 20 km Laufen im Rahmen des traditionsreichen Ratzeburger Insel-Triathlons hatten die Athletin vom Elmshorner MTV und der Mann von Tri Endurance Germany aus Geesthacht die Nase vorn und bejubelten ihre Titel. Hinter Nimczewski erkämpften Jens Homrighausen (MTV Leck / 4:00:10 Std.) und Jan Svensson (USC Kiel / 4:07:48 Std.) die weiteren Medaillenträger. Bei den Frauen komplettierten die nur knapp hinter der Landesmeisterin einlaufende Bente Rathsack (MTV Leck / 4:52:54 Std.) und Ulrike Harksen (SG Athletico Büdelsdorf / 4:56:25 Std.) das Podium. Knapp 600 Aktive waren beim Triathlonklassiker aktiv dabei und lobten die Atmosphäre „Die Organisation ist super und die Strecke ist einmalig schön“, lobten Neulinge und Stammgäste gleichermaßen.

Die SHTU-Landesmeister 2013

Triathlon Mitteldistanz

Offene Klasse

Frauen	Dr. Britt Günther, Tri EMTV Elmshorn
Männer	Nils Nimczewski, Tri Endurance Germany
Frauen	
AK 1 (20-24)	Beeke Kriech, Tri EMTV Elmshorn
AK 3 (30-34)	Bente Rathsack, MTV Leck
AK 4 (35-39)	Ulrike Harksen, SG Athletico Büdelsdorf
Sen 1 (40-44)	Myriam Ribcke, LTV Kiel-Ost
Sen 2 (45-49)	Dr. Britt Günther, Tri EMTV Elmshorn
Männer	
AK 2 (25-29)	Nils Nimczewski, Tri Endurance Germany
AK 3 (30-34)	Jan Svensson, USC Kiel
AK 4 (35-39)	Jens Homrighausen, MTV Leck
Sen 1 (40-44)	Kurt Lünemann, SC Itzehoe
Sen 2 (45-49)	Luis Almeida, Tri-Team Neumünster
Sen 3 (50-54)	Dirk Lonnemann, USC Kiel
Sen 4 (55-59)	Dr. Peter Gulde, SC Itzehoe
Sen 5 (60-64)	Manfred Hümmecke, TuS Holtenau Kiel
Sen 6 (65-69)	Dr. Fritz Dietrich, Spiridon Oldesloe



Seit 30 Jahren wird im Büchener Freibad der Triathlon gestartet. > Foto: Helming

31. Büchener Triathlon

Streckenrekorde zum Saisonabschluss

BÜCHEN, 01.09.2013 >> Schleswig-Holsteins älteste Triathlonveranstaltung bot zum Saisonabschluss bei besten äußeren Bedingungen erneut die idealen Rahmenbedingungen, um die Saison 2013 würdig ausklingen zu lassen. Über 130 Athleten wollten sich die Gelegenheit im Büchener Freibad nicht entgehen lassen. Auf der Sprintstrecke gewann Tobias Melnyk vom Möllner SV in neuer Streckenrekordzeit vor seinem Vereinskameraden Lasse Daene. Bei den Frauen gewann Bettina Paulsen aus Clausthal-Zellerfeld vor Daniela Reusch (Tri-Sport Lübeck). Auf der Olympischen Distanz kam Anja Gammelien vom Ratzeburger SV als Gesamt-Dritte und beste SHTU-Athletin ins Ziel. Bei den Männern gab es auch auf dieser Strecke einen neuen Streckenrekord durch den Rostocker Vorjahressieger Thomas Winkelmann, der nach 2:00:06 Stunden über den Zielstrich rannte. Peter Langfeld (Tri Endurance Germany) wurde Zweiter.

7. Norderstedter TriBühne-Triathlon

Spannendes Ligafinale am Stadtparksee

NORDERSTEDT, 01.09.2013 >> Der 7. TriBühne-Triathlon in Norderstedt bot wieder richtig guten Triathlonsport. Neben den erfahrenen Triathleten nutzten auch viele Hobbysportler aus anderen Sportarten die Startgelegenheit am Stadtparksee. Mit 979 erfolgreichen Einzel-Finishern ist der Triathlon in Norderstedt mittlerweile landesweit die Veranstaltung mit den meisten Einzelathleten. Insbesondere der neu ins Programm genommene Wettkampf „My First Triathlon“ animierte viele Hobbysportler, in den Triathlon- und Ausdauersport hinein zu schnuppern. Neben den Athleten sorgten zahlreiche begeisterte Zuschauer für Stimmung im Norderstedter Stadtpark und feuerten die fleißigen Athleten an. Sowohl der jüngste Nachwuchs, der zeigen



Erst auf der Laufstrecke fiel die Entscheidung über den Landesliga-Titel der Frauen. > Foto: Binder

konnte, was in ihm steckt, als auch die vielen älteren Debütanten und Volkstriathleten durften sich über lautstarke Unterstützung vom Streckenrand freuen. Vom Einsteigerwettkampf bis zum Rennen über die Olympische Distanz reichte das Wettkampfprogramm in Norderstedt. Sportlicher Höhepunkt des Tages war der Finalwettkampf der Triathlon-Landesliga. Bei den Damen kam es zum erwarteten Herzschlagfinale zwischen den Flensburger TriAs-Damen und den Athletinnen aus dem Triathlon-Team Südtondern. In einem erneut heiß umkämpften Wettkampf verdrängten die Flensburgerinnen als Zweite der Tageswertung die Nordfriesinnen (Platz 3 der Tageswertung) doch noch von der Tabellenspitze und durften den Titel bejubeln. Den Tagessieg bei den Frauen sicherte sich überraschend TriSport Lübeck. Die Männer von der LAV Husum verteidigten trotz des Tagessieges der Flensburger TriAs die Tabellenführung und sicherten sich mit ihrem jungen Team den Meistertitel. Anna Gehring (SC Itzehoe) und Andreas Schönrock (Ratzeburger SV) waren die schnellsten Einzelstarter.

13. Dörpsee-Triathlon

Gelungene WM-Generalprobe für Margit Bartsch

SCHACHT-AUDORF, 07.09.2013 >> Beim wirklich letzten Sommertriathlon Saison 2013 in Schleswig-Holstein präsentierten sich die über 100 Dreikämpfer und der Wettergott noch einmal in prächtiger Form. Trotz müder Beine ließen sich auch viele Cracks aus der Triathlon-Landesliga den Start beim 13. Dörpsee-Triathlon nicht entgehen. Auf der anspruchsvolleren Olympischen Distanz (1,5 km/40 km/10 km) siegte Andreas Petz aus Dänemark in 2:01:40 Stunden vor Andreas Drosowski aus dem Landesliga-Meisterteam der LAV Husum. Über diese Strecke wusste auch Margit Bartsch (SG Athletico Büdelsdorf) zu überzeugen, die in der Altersklasse W55 in 2:27:55 Stunden unangefochten gewann. Für die Frauensiegerin war die Prüfung am Dörpsee der letzte Test vor ihrem WM-Start in London. „Ich wollte die ganze Sache eigentlich locker angehen. Doch im Verlaufe des Wettkampfes wird man mitgezogen“, meinte Bartsch. Auf der Jedermannstrecke gewannen Hans Zwirnmann (TriSport Lübeck) und Svea Wenzel (USC Kiel).



Margit Bartsch gewann am Dörpsee. > Foto: Müller

11. Schüler- und Jugendduathlon

Talente zeigten ihr Können

KIEL, 15.09.2012 >> Zum traditionellen Ausklang der Kids-Cup-Serie trafen sich die jüngsten Nachwuchssportler auf dem Kieler Uni-Gelände zum 11. Schüler- und Jugendduathlon. Über 100 junge Duathleten zeigten zum Saisonausklang, welche Ausdauer und Schnelligkeit sie in sich tragen.

Viele Talente aus der Kieler Region und natürlich vor allem die zahlreichen Nachwuchsleute aus den großen Talenthochburgen des Landes rannten und radelten mit vollem Elan beim Sportforum um die Wette.

23. Elmshorner Duathlon

Letzte Titel der Saison vergeben

ELMSHORN, 15.09.2013 >> Mit den Duathlon-Landesmeisterschaften der Altersklassen beendeten die schleswig-holsteinischen Ausdauer-Mehrkämpfer in Elmshorn ihre Sommersaison 2013. Nachdem eine Woche zuvor beim Dörpsee-Triathlon in Schacht-Audorf letztmals unter freiem Himmel gekraut worden war, stand zum Abschluss der Straßensaison die trockene Variante aus 6 km Laufen, 32 km Radfahren und 6 km Laufen auf dem Programm.

Marco Sengstock (USC Kiel) und Sandra Wichmann (SG Athletico Büdelsdorf) waren in Elmshorn die schnellsten SHTU-Athleten.

10. Frörup-Mountain-Crossduathlon

Über 80 Ausdauersportler in der Herbstsonne unterwegs

FRÖRUP, 26.10.2013 >> Mit dem 10. Frörup-Mountain-Crossduathlon rundeten die Ausdauer-Mehrkämpfer des Nordens ihre Saison 2013 ab. An einem perfekten Herbsttag zelebrierten über 80 Aktive in den Fröruper Bergen den ersten runden Geburtstag des Dreikampfs aus Crosslauf (4,5 km), Mountainbike-Fahren (16 km) und nochmals Crosslauf (4,5 km). Während die milden Temperaturen sich noch nicht wirklich nach Herbststimmung anfühlten, rief die Strecke mit einigen aufgeweichten Passagen und viel herbstlichem Laub den Athleten schnell in Erinnerung, in welcher Jahreszeit man sich befindet.

Nachdem nach dem Radfahren noch der Flensburger Torben Benecke geführte hatte, stürmte Vorjahressieger Björn Nahnsen schon in der ersten der drei abschließenden Laufrunden stürmte an die Spitze und feierte nach 1:25:02 Stunden ungefährdet seinen zweiten Sieg beim Frörup-Mountain-Crossduathlon.

Eine neue Siegerin gab es indes bei den Frauen. Hier zeigte sich Conny Nissen von den TriAs Flensburg in starker Form und rannte und radelte zum Erfolg. In 1:42:34 Stunden gewann die 28-jährige vor Iris Koch vom SC Itzehoe.



Norddeutsche Meister 2013

Langdistanz

Frauen

AK 2 (25-29) *Marianne Poon, SG Wasserratten Norderstedt*

AK 3 (30-34) *Bente Rath sack, MTV Leck*

Sen 1 (40-44) *Tatjana von Glahn, ETV Kiel*

Männer

AK 4 (35-39) *Björn Nahnsen, SV Enge-Sande*

Sen 1 (40-44) *Michael Herling, TriAs Flensburg*

Sen 3 (50-54) *Ludger Gbiorczyk, 1. Flensburger Lauffreund*

2. Bundesliga Nord

Nordias-Team USC Kiel macht Aufstieg in die erste Liga perfekt

Mit dem kleinsten Kader, ohne Shootingstars aus dem Nachwuchsbereich und damit mit dem (fast) ältesten Team, setzten die erfahrenen Athletinnen des nordias-Team USC Kiel der 2. Bundesliga Nord in dieser Saison ihren Stempel auf. Die Stammbildung um Lisa Müller-Ott, Liesa Schmidt und Bente Johnson wurde durch die Neuzugänge Léana Helbig, Maren Rösner, und Emilie Kors-Hoff verstärkt.

Das Team aus der Landeshauptstadt war bei jedem Rennen auf dem Podium zu finden. Den Auftakt bildete der Teamsprint in Witten mit einem unerwarteten dritten Platz und wurde

Die SHTU-Vereine in den Triathlon-Ligen 2013

2. Bundesliga Nord Damen

1. TV Lemgo
2. Nordias-Team USC Kiel

2. Bundesliga Nord Herren

1. EJOT Buschhütten II

...

10. SC Itzehoe

Regionalliga Nord Frauen

1. SG Bokeloh/Hannover
2. TSV Bargteheide

Regionalliga Nord Männer

1. Hannover 96 II
- ...
3. Tri Endurance Germany
4. TSV Bargteheide
5. USC Kiel

Anzeige

Erfolg für 7TT und ambitionierte Athleten

Es war ein aufregendes Jahr für den Tri-Sport Lübeck e.V.: Teilnehmerrekord beim Sieben Türme Triathlon, TV-Rummel um den Wakenitzman und Athleten, die in ganz Deutschland Erfolge feierten.

Schon in der zweiten Auflage gehörte er zu den ganz Großen: Der Sieben Türme Triathlon (7TT) des Lübecker Tri-Sport Lübeck e.V. Denn: Der Dreikampf mitten in der Lübecker City schien sich bereits im zweiten Jahr in Norddeutschlands Triathlonzone etabliert zu haben – was das erreichte Teilnehmerlimit von 1.000 Starterplätzen, bereits in diesem zweiten Jahr, bestätigte.

7TT startwilligen Athleten wird deshalb empfohlen sich mit der Anmeldung für 2014 zu beeilen. Anmeldestart ist der 01.12.2013 um 0 Uhr.

Desweiteren wurde der Lübecker Triathlon von der Schleswig-Holsteinischen Triathlon Union im Jahr 2013 nicht nur zum Austragungsort der Landesmeisterschaften, sondern auch noch zum Schauplatz für die Landesligawettkämpfe über die Olympische Distanz auserkoren.

Die norddeutsche Triathlonprominenz – darunter der Altersklassen-Weltmeister Udo van Stevendaal oder Nachwuchstalent Tobias Melnyk vom Möllner SV – gab sich deshalb in Lübeck ein spannendes Stelldichein.



Vize-Meisterinnen der 2. Liga: Die erfolgreichen Damen vom nordias-Team USC Kiel

übertrifft worden“, so Teamleiterin Lisa Müller-Ott. „Natürlich hätten wir sehr gern dann auch die Gesamtwertung gewonnen. Insgesamt sind wir aber sehr stolz auf unsere Leistung, insbesondere weil wir so ein kleines Team waren, teilweise nur zu dritt an den Start gegangen sind und jedes Mal über uns selbst hinausgewachsen sind. Ob wir den Aufstieg in die erste Liga wagen, entscheiden wir bis zum Ende des Jahres“, erklärte Müller-Ott.

Regionalliga Nord

Aufsteiger aus dem Norden vorn dabei

Mit starken Leistungen mischten die SHTU-Vereine in der Regionalliga Nord mit. In der Abschlusstabelle fanden sich alle drei SHTU-Vereine unter den ersten Fünf wieder. Insbesondere auch die Aufsteiger aus der Landesliga zeigten sich absolut drittligareif.

Die Damen vom TSV Bargteheide, die als einzige weibliche Crew die Ligatour über Bergedorf, Itzehoe, Stuhr, Güstrow und Bad Zwischenahn mitmachten, fanden sich auf Anhieb in der Regionalliga zurecht und starteten gleich mit zwei zweiten

Ausblick: 2014 wird es beim 7TT in Lübeck erstmals die „Hanse Cup“ Wertung geben. Als eine von vier Veranstaltungs-Hansestädten - Bremen, Hamburg und Rostock gehören ebenfalls dazu - können sich Athleten für diese zusätzliche Wertung registrieren. Der beste Teilnehmer aller vier Veranstaltungen darf sich am Ende dann „HanseMan 2014“ oder „HanseFrau 2014“ nennen.

Ebenfalls veranstaltete der Tri-Sport Lübeck e.V. wieder das berühmt-berühmte Langstreckenschwimmen durch den „Amazonas des Nordens“, den Wakenitzman. Insgesamt 49 Einzelschwimmer, 22 Zweierstaffeln und 17 Viererstaffeln bewältigten die 14 km lange Strecke durch die Wakenitz. Im Vorfeld drehte sogar der NDR eine Reportage über das Rennen.

Mit 31 Vereinsmitgliedern reiste der Lübecker Triathlon Verein Tri-Sport Lübeck e.V. im Juli beim Fisherman Triathlon in Heiligenhafen an. Allein 16 der Athleten waren für die Landesmeisterschaften über die Sprintdistanz gemeldet. Drei Altersklassen-Landesmeisterschaftstitel konnten errungen werden, dazu noch ein zweiter und drei dritte Plätze.

Auch in der Landesliga mischte der Tri-Sport Lübeck e.V. mit seinem Damen- und Herrenteam mit. Wobei sich die Damen beim Abschlusswettkampf in Norderstedt sogar über einen Tagessieg freuen durften. Insgesamt belegten sie einen sehr guten Platz 5 in der Landesliga Saisonwertung. Auch die Landesliga-Herren des Tri-Sport Lübeck e.V. beendeten in Norderstedt ihre Saison mit dem besten Ergebnis aus allen vier Wettkämpfen: Tagesrang 5. In der Gesamtwertung rutschen die Lübecker Herren in Norderstedt so also zwei Plätze nach oben auf Rang 6. Ein großer Sprung und Erfolg für die Männer: Im letzten Jahr lagen sie am Ende der Saison noch auf Platz 12 von 15.

Alles spricht für ein weiteres aufregendes Jahr in 2014. Der Tri-Sport Lübeck e.V. freut sich darauf, dies mit euch zu erleben!

Christina Hollstein, Pressewartin Tri-Sport Lübeck e.V.
www.trisport-luebeck.de



Starke Aufsteiger: Die Frauen und Männer aus Bargtheide überzeugten in der Regionalliga

Plätzen in den Tageswertungen in die Saison. Nach einem einzigen „Ausrutscher“ in der Saisonmitte kamen die Stormarnerinnen zum Saisonende schnell wieder auf Touren und gewannen beim Finalrennen sogar die Tageswertung. Hinter der SG Bokeloe-Hannover landete die Frauen vom TSV Bargtheide somit auf einem tollen zweiten Platz in der Abschlusstabelle. „Wir merken, dass unsere Mischung aus erfahrenen Agegroupen und talentierten Nachwuchsatleten, von denen einige in diesem Jahr noch am DTU-Nachwuchscup teilnahmen, gut funktioniert“, bilanzierte Männerkapitän Stephan Bergermann das Abschneiden der Landesmeisterteams von 2012. Sein Fazit traf auch auf das Männer-Team in den orangenen Trikots zu, das die Saison auf Platz 4 der Regionalliga-Abschlusstabelle beendete.

„Dass unsere Teams direkt nach dem Aufstieg so weit vorne standen, war für uns schon etwas überraschend“, staunte Bergermann erfreut bei seinem Saisonresümee. Noch besser als der TSV Bargtheide kamen die Mitaufsteiger von Tri Endurance Germany in der dritten Liga zurecht. Das Team aus Geesthacht erkämpfte mit konstant starken Ergebnissen einen hervorragenden dritten Platz der Endtabelle. Der USC Kiel behauptete als einziges arriviertes Regionalliga-Team aus dem nördlichsten Bundesland am Saisonende einen starken fünften Platz.

Triathlon-Landesliga

Spannung bis zum letzten Wettkampftag

Gut besetzt und spannend bis zum letzten Wettkampf präsentierte sich die Triathlon-Landesliga in ihrer zweiten Saison. Nach der gelungenen Premiersaison 2012 legte die Liga 2013 noch eine Schippe drauf. Insgesamt 16 Männer-Teams und 9 Damen-Crews lebten in diesem Jahr den Mannschaftsgeist im Triathlon aktiv aus.

In vier spannenden Wettkämpfen kämpften die Teams um Punkte. Nach dem Auftakt in Brunsbüttel wartete in Lübeck der einzige Wettkampf über die Olympische Distanz, ehe es dann in Kiel und Norderstedt wieder im Sprint um die besten Plätze ging. Nachdem im Vorjahr der TSV Bargtheide sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen souverän die Liga angeführt hatte, erlebten Zuschauer und Aktive dieses Mal eine



Die Meisterteams der Saison 2013: TriAs Flensburg und LAV Husum

sehr spannende Saison, die in beiden Wertungen jeweils vier verschiedene Tagessieger hervorbrachte. Die Entscheidungen fielen somit erst am letzten Wettkampftag in Norderstedt. Erst dann standen die Männer der LAV Husum und die Damen der TriAs Flensburg als schleswig-holsteinische Mannschafts-Landesmeister fest.

Bei den Damen gab es ein Kopf-an-Kopf-Duell der beiden nördlichsten Teams, das in einem Herzschlagfinale in Norderstedt mündete. Dort kam es beim letzten Wettkampftag noch zu dem aus Flensburger Sicht erhofften Wechsel an der Tabellenspitze. Mit dem Platz 2 der Tageswertung hinter Überraschungstagesieger TriSport Lübeck verdrängten die Damen der TriAs Flensburg noch das Triathlon-Team Südtondern von der Tabellenspitze. Bei gleicher Platzzifferzahl entschied am Ende die Wertungspunkte zugunsten der Fördestädterinnen. „Jetzt freuen wir uns erstmal. Und was 2014 wird, gucken wir später“, erklärten die TriAs-Damen nach dem erfolgreichen Endspurt zum Landesmeistertitel im Hinblick auf den damit verbundenen Aufstieg in die Regionalliga, aus der man sich nach mehreren Jahr auf überregionaler Ebene erst im Vorjahr gerade verabschiedet hatte.

Die Männer von der LAV Husum konnten beim Finale in Norderstedt ihre zuvor in Kiel errungene Tabellenführung am Ende ungefährdet verteidigen, obwohl sie beim Finalrennen den Konkurrenten von den TriAs Flensburg den Tagessieg überlassen mussten. Das Team der LAV Husum machte damit den Überraschungscoup perfekt und sicherte sich den Meistertitel und den damit verbundenen Aufstieg in die Triathlon-Regionalliga. Mit der LAV Husum gewann ein Team, das neben Routinier Andreas Drosowski fast nur auf junge Athleten der M20 oder auf Starter mit jungem Athletenalter setzte, die alle von 2012 auf 2013 einen satten Leistungssprung verzeichnen konnten. Insbesondere bei der letzten Disziplin konnten die jungen Sportler aus dem nordfriesischen Traditionsclub immer wieder ihren Mitstreiter noch enteilen. Die Saison 2013 weckt schon große Vorfreude auf die nächste Saison. <<

Landesliga

Frauen	Punkte
1. TriAs Flensburg	8
2. Triathlon-Team Südtondern	8
3. SG Wasserratten Norderstedt	14
4. SG TriDW-USC Kiel	16
5. Tri-Sport Lübeck	18
6. Borener SV	21
7. SC Itzehoe	27
8. TriVelos Flensburg	33
9. TriTeam Neumünster	34
Männer	Punkte
1. LAV Husum	8
2. TriAs Flensburg	10
3. SC Itzehoe U23	20
4. Ratzeburger SV	21
5. TriTeam Neumünster	23
6. Tri-Sport Lübeck	27
7. Triathlon-Team Südtondern	29
8. SG Wasserratten Norderstedt	32
9. SG Bad Schwartau/Eutin	32
10. Borener SV	34
11. Eckernförde MTV I.	42
12. SC Itzehoe I.	45
13. TriVelos Flensburg	49
14. Tri Endurance Germany	49
15. Eckernförde MTV II.	60
16. SC Itzehoe II.	63



>> Wettkämpfe 2014 in Schleswig-Holstein

29.03.2014

Enge-Sande

4. Langenberg-Crossduathlon
TSV Rot-Weiß Niebüll /
SV Enge-Sande
4,5 - 11 - 4,5
halligdreathlon@yahoo.de
www.hallig-dreathlon.de/
aktuelles.html
04671 - 933 05 86
Björn Nahnsen, Dörpstraat 37,
25821 Vollstedt

30.03.2014

Elmshorn

7. Elmshorner Swim & Run
Tri EMTV Elmshorn
0,5 - 2,5 / 1 - 5
h.p.schramm@tri-emptv.de
www.tri-emptv.de
041 21 - 759 06
Hans-Peter Schramm,
Rethfelder Str. 15,
25337 Elmshorn

26.04.

Leck

3. Aquathlon Leck
MTV Leck
0,8 - 0,025 - 0,4 / 1,6 - 0,075 - 0,8 /
4 - 0,225 - 4
aquathlon@rennrad-leck.de
www.rennrad-leck.de/
aquathlon

11.05.2014

Kropp

7. Kropp-Triathlon
DLRG Kropp
0,5 - 20 - 5 / 0,7 - 20 - 5
Schüler 0,1 - 5-1
Jug/Jun 0,3 - 10 - 2,5
kropptriathlon@kropp-
triathlon.de
www.kropp-triathlon.de
046 24 - 20 58
Fax 046 24 - 48 31 09
Uwe Baurhenne,
Ulmenweg 17, 24848 Kropp

23.05.2014

Ladelund

Ladelunder Jedermann-
Triathlon
TSV Ladelund
0,3 - 14 - 3
ladelundtriathlon@web.de
www.tsv-ladelund.de
046 62 7 88 35 59
Udo Petschat, Butter Blöcke,
25917 Achtrup

25.05.2014

Brunsbüttel

22. Wa(h)l Triathlon
TSV Brunsbüttel
0,5 - 20 - 5 / 0,75 - 20 - 5 / Staffel
0,5 - 20 - 5
Jug A / Junior 0,5 - 20 - 5 /
Sch C 0,1 - 2,5 - 0,4 / B 0,2 - 5-1 /
A u. Jug B 0,4 - 10 - 2,5
info@wahltriathlon.de
www.waltriathlon.de
0173 - 248 24 24
Ulrich Meyer
TSV Brunsbüttel, Koogstr. 24,
25541 Brunsbüttel

08.06.2014

Geesthacht

6. Hachede-Triathlon
VfL Börnsen
0,5 - 24,5 - 5 / 0,75 - 26,9 - 5 /
1,5 - 42,2 - 10 + Staffeln
jens.naundorf@vfl-boernsen.de
www.hachedetriathlon.de
040 - 720 80 15
Jens Naundorf, Haidweg 10 a,
21039 Börnsen

15.06.2014

Hohenlockstedt

6. SCI-Triathlon
Sport-Club Itzehoe
0,5 - 20 - 5 / 1,5 - 40 - 10 + Staffel
andrebeltz@arcor.de
info@sci-triathlon.de
www.sci-triathlon.de
0176 - 62 18 18 25
André Beltz,
Feldschmiede 6,
25524 Itzehoe

15.06.2014

Lübeck

3. Sieben-Türme-Triathlon
Lübeck
TriSport Lübeck
0,5 - 22 - 6,6 + Staffel /
Schnuppertri. 0,25 - 22 - 3,3 /
1,5 - 40 - 10 + Staffel
7TT@TriSport-Luebeck.de
www.TriSport-Luebeck.de
0151 51 79 62 44
Martin Lenz, Paulstraße 4,
23568 Lübeck

19.06.2014

Großensee/Trittau

15. Midsummer-Triathlon
E.ON Hanse SH
0,5 - 20 - 5
helmut-probst@t-online.de
www.midsummer-triathlon.de
040 - 640 68 09
Helmut Probst,
Am Ehrenmal 6, 22175 Hamburg

21.06.2014

Sankt Peter-Ording

11. „Gegen-den-Wind“-Triathlon
TSV Sankt Peter-Ording
0,5 - 20 - 5,3 / 1,5 - 38 - 10 /
Schüler 0,2 - 4 - 1 / Jug A +
Junior 0,5 - 20 - 5,3 /
Staffel Schüler 0,2 - 4 - 1 /
ST 0,5 - 20 - 5,3 / OD 1,5 - 38 - 10
Bariani@t-online.de
www.gegendenwind.com
048 63 - 26 13
Fax 048 63 - 70 32 23
Luigi Bariani, Im Bad 72,
25826 Sankt Peter-Ording

29.06.2014

Eutin

20. Rosenstadt-Triathlon /
15. Norddeutscher Polizeicup /
17. Kindertriathlon
PSV Eutin
0,5 - 20 - 5 / 1,5 - 40 - 10 /
Schüler C 0,1 - 2,5 - 0,4 /
B 0,2 - 5-1 / A-Jug B 0,4 - 10 - 2,5
Thelse-Schilling@t-online.de
www.rosenstadt-triathlon.de
045 21 - 79 85 75
Thelse Schilling, Sielbecker
Landstr. 26, 23701 Eutin

29.06.2014

Bad Oldesloe

22. Poggensee-Triathlon
Spiridon-Club Bad Oldesloe
0,5 - 23 - 7
triathlon@spiridon-oldesloe.de
www.spiridon-oldesloe.de
045 31 - 883 70
Udo Schop,
Lindenstraße 1a, 23843 Rümpel

05.07.2014

Risum-Lindholm

23. Stäljmun- Herrenkoog-
Triathlon
TSV Rot-Weiß Niebüll
0,5 - 24 - 5 / 2 - 84 - 20 /
Staffel 05 - 24 - 5 /
Schüler 0,1 - 5 - 1
vogel@herrenkoog-triathlon.de
www.herrenkoog-triathlon.de
046 61 - 90 21 11;
0171 - 474 21 95
Bernhard Vogel, Daagel 17,
25920 Risum-Lindholm

06.07.2014

Heiligenhafen

4. FisherMan-Heiligenhafen-
Triathlon
TSV Heiligenhafen
0,5 - 20 - 5 / 0,1 - 2,5 - 0,4
fisherman-heiligenhafen@
o2online.de
www.fisherman-heiligenhafen.de
Lars Klawitter/Stefan Bernsee,

10.07.2014

Bargteheide

19. Bargteheider
Schülertriathlon
TSV Bargteheide Triathlon
0,05 - 2,5 - 0,35 / 0,1 - 2 - 0,6 /
0,2 - 4 - 1 / 0,3 - 8-2 / 0,4 - 8-2 /
0,5 - 12 - 2
monika@dankelmann.net
www.tsv-tri-bargteheide.de
045 32 - 26 06 58
Monika Dankelmann,
Bachstr. 62, 22941 Bargteheide

Genehmigte Veranstaltungen

Nur die auf der Internetseite der SHTU aufgeführten Veranstaltungen sind offizielle, vom Verband genehmigte Wettkämpfe. Die Veranstalter von SHTU-Veranstaltungen bieten Gewähr für die Einhaltung der Sportordnung und der Wettkampffregeln sowie den

Versicherungsschutz der Teilnehmer. Mit der im Startgeld enthaltenen Abgabe leisten die Teilnehmer einen wichtigen Beitrag zur Förderung des Triathlonsports. Die von der SHTU für ihre Aufgaben (z.B. Kampfrichterwesen / Nachwuchsförderung) benötigten Mittel werden u.a. aus diesen Abgaben finanziert.



27.07.2014

Eckernförde

2. Ostseetriathlon
Eckernförder MTV
0,4-9-2,5 / 0,2-5-1 / 0,1-2,5-0,4 /
0,5-18-5
ostseetriathlon@
eckernfoerdermtv.de
www.ostseetriathlon.de
043 51 - 865 21
Jens Rethwisch,
Dietrich-Bonhoeffer-Str. 1,
24340 Eckernförde

03.08.2014

Glücksburg

13. OstseeMan Glücksburg
TSV Glücksburg 09
3,8 - 180 - 42,195 + Staffel
info@ostseeman.de
www.ostseeman.de
04631 - 621 91
Fax 04631 - 40 69 43
Reinhard Husen, Holkier 9,
24960 Glücksburg

10.08.2014

Kiel

26. KN-Förde-Triathlon
USC Kiel
0,5 - 20 - 5 / 0,75 - 20 - 5 /
1,5 - 40 - 10 /
Staffel 0,5 - 20 - 5 / 1,5 - 40 - 10
triathlon@lange-kiel.net
www.kiel-triathlon.de
0431 - 54 95 84
Bernd Lange

10.08.2014

Pellworm

10. Trifun
TSV Pellworm
0,5 - 20 - 5 / 0,2 - 7,5 - 2
trifun-pellworm@web.de
www.trifun-pellworm.de
0172 - 453 45 47
Dierk Jensen, Bundesstr. 76,
20146 Hamburg

17.08.2014

Bornhöved

23. Q-Tri
TSV Quellenhaupt Bornhöved
0,5 - 22 - 5
Schüler C 0,1 - 2,5 - 0,4 /
B 0,2 - 5-1 / A 0,4 - 11 - 2,5 /
Jug + Junior 0,4 - 11 - 2,5
w.krawczyk@t-online.de
www.qtri.de
043 23 - 67 71
Wolfgang Krawczyk, Achtern
Diek 18a , 24619 Bornhöved

23.08.2014

Wanderup

7. Wanderup-Triathlon
TSV Wanderup
0,45 - 20 - 4,5
Kinder/Schüler 0,15 - 6,5 - 1,5 /
Staffel 0,3 - 10 - 3 / 0,45 - 20 - 4,5 /
Einsteiger 0,3 - 10 - 3
Kiefer@triple-events.de
www.triathlon-wanderup.de
046 38 - 30 74 90
Fax 046 38 - 30 74 91
Ludwig Kiefer,
An der Rampe 2, 24963 Tarp

24.08.2014

Ratzeburg

30. Ratzeburger Inseltriathlon
Ratzeburger SV Triathlon
0,5 - 26 - 6,7 / 2 - 80 - 20
Staffel 0,5 - 22 - 6,7 / 1,5 - 40 - 10
v.sonne@t-online.de
www.inseltriathlon.de
045 42 - 89 9 11
Volker Sonnenburg,
Herrenstr. 4, 23881 Breitenfelde

31.08.2014

Rendsburg

16. Rendsburger Triathlon
SG Athletico Büdelsdorf
0,5 - 25 - 5 / 0,1 - 2,5 - 0,4 /
0,2 - 5 - 1 / 0,4 - 10 - 2
info@rendsburg-triathlon.de
www.rendsburg-triathlon.de
043 31 - 439 44 01
Christian Auer, Sägereiweg 3,
24793 Bargstedt

07.09.2014

Büchen

31. Büchener Triathlon
ESV Büchen
0,5 - 21,2 - 5 / 1,0 - 42,4 - 10
triathlon-buechen@t-online.de
www.esv-buechen.de
041 55 - 49 96 46
Britta Hellmig, Pracher-
busch 15, 21514 Büchen

07.09.2014

Norderstedt

8. TriBühne-Triathlon
SG Wasserratten Norderstedt
0,5 - 20 - 5 + Staffel / 1,5 - 40 - 10 /
Schüler A/Jug B 0,4 - 10 - 2,5
k-dbuschbeck@wt.net.de
www.norderstedt-triathlon.de
040 - 52 63 05 00
Dagmar Buschbeck,
Lupinenweg 6,
22850 Norderstedt

13.09.2014

Schacht-Audorf

14. Dörpsee-Triathlon
TSV Vineta Schacht-Audorf
0,5 - 20 - 5 / 1,5 - 40 - 10
Klaus.Waskoenig@freenet.de
www.doerpsee-triathlon.de
043 31 - 927 72
Klaus Waskönig, Hüttenstr. 7,
24790 Schacht-Audorf

21.09.2014

Kiel

12. Zippel's Schüler- und
Jugendduathlon
USC Kiel
Bambino 0,4 - 1,5 - 0,4 /
Schüler C 0,4 - 3-0,4 /
B 0,8 - 6-0,4 /
Sch A+Jug+B 1,6 - 7,5 - 0,8
triathlon@lange-kiel.net
www.usc-kiel.de
0431 - 54 95 84
Bernd Lange, Feuerbachstr. 1,
24107 Kiel

21.09.2014

Elmshorn

24. Volksbank-Duathlon
Tri EMTV Elmshorn
5 - 32 - 5
h.p.schramm@tri-emptv.de
www.tri-emptv.de
041 21 - 759 06
Hans-Peter Schramm,
Rethfelder Str. 15,
25337 Elmshorn

25.10.2014

Oeversee

11. Frörup Mountain Cross
Duathlon
Triple Events GbR
0,75 - 2,5 - 0,45 / 3 - 8-1,5 /
4,5 - 16 - 4,5
info@triple-events.de
www.duathlon-cross.de
046 38 - 30 74 90
Fax 046 38 - 30 74 91
Ludwig Kiefer,
An der Rampe 2, 24963 Tarp



**SHTU-Landes-
meisterschaften 2014**

Duathlon

Offene Klasse, Altersklassen
21.09.2014 Elmshorn

Triathlon

Sprint
(Altersklassen u. Offene Klasse)
08.06.2014 Geesthacht

Olympische Distanz
(Altersklassen u. Offene Klasse)
29.06.2014 Eutin

Mitteldistanz
(Altersklassen u. Offene Klasse)
24.08.2014 Ratzeburg

Schüler/-innen, Jugend B
31.08.2014 Rendsburg

Jugend A, Junioren
07.09.2014 Norderstedt

**Norddeutsche
Meisterschaften 2014**

Triathlon

Langdistanz
03.08.2014 Glücksburg

Landesliga 2014

08.06.2014 Geesthacht (Sprint)
29.06.2014 Eutin
(Olymp. Distanz)
10.08.2014 Kiel (Sprint)
07.09.2014 Norderstedt (Sprint)

Impressum

„Triathlon ganz oben“
Jahrbuch der Schleswig-Holsteinischen
Triathlon-Union e.V. /SHTU

Herausgeber: Schleswig-Holsteinische
Triathlon-Union e.V.,
Zum Forellensee 1a,
24802 Kleinvollstedt

Redaktion: Niels-Peter Binder
Texte: Roger Kerber, Niels-Peter Binder,
Rüdiger Müller, Tanja Nikolaiski,
Stephan Lobsien, Stephan Bergermann,
Bente Johnsen, Stefan Schröter und
verschiedene Veranstalter.

Titelfoto (unten): Deutsche Triathlon-
Union/Petko Beier
Gestaltung: www.rita-erven.de
Auflage: 2.500 Exemplare

Aktuelle Informationen
und Nachrichten
findet Ihr auf
www.shtu.de

>> Die Triathlon-Vereine in Schleswig-Holstein

Nordfriesland

SV Germania Breklum

Kurt Matthes
Piernsweg 8
25821 Breklum
046 71 - 12 17
ArnoBorchardt@web.de

SV Enge-Sande

Björn Nahnsen
Dörpstraat 37
25821 Vollstedt
046 71 - 933 05 86
bjoern-nahnsen@sv-
enge-sande.de

TSV Goldebek

Oliver Kutta
Norderweg 6
25862 Joldelund
046 73 - 960 32
oliver.kutta@t-online.de

LAV Husum

Nils Hölck
Legienstr. 32
25813 Husum
048 41 - 811 68, 0175 - 103 71 38
www.lav-husum.de
nils.hoelck@t-online.de

TSV Ladelund

Udo Petschat
Butter Blöcke
25917 Achtrup
046 62 - 88 35 59
www.ladelund-triathlon.de
petschat@foni.net

TSV Langenhorn

Karen Paysen
Möhlenweg 1a
25842 Bargum
046 72 - 77 28 24
karen-raif.paysen@t-online.de

Fri Ööwingsfloose

Stephan Lobsien
Nordertoft 9
24980 Meyn
046 39 - 78 35 51
www.floose.de
stephan@floose.de

MTV Leck

Hans Gerd Sönnichsen
Amrumer Weg 15
25917 Leck
046 62 - 59 45
h-g-soennichsen@foni.net

TSV Mildstedt

Ute Hansen
Westerende 7
25813 Schwesing
048 41 - 756 95
inke-heiko@versanet.de

TSV Rot-Weiß Niebüll

Uwe Paulsen
Dorfstraße 93
25899 Niebüll
0170 - 277 13 00
utwepa@versanet.de

TSV Pellworm

Dethlef Dethlefsen
Waldhusen 17
25849 Pellworm
048 44 - 13 70
meike.dethlefsen@freenet.de

TSV St. Peter-Ording

Matthias Kiepke
Deichstraße 29
25826 St. Peter-Ording
048 63 - 80 84
www.tsv-spo.de
info@tsv-spo.de

TSV Westerland

Geschäftsstelle
Postfach 1629
25969 Sylt / Westerland
046 51 - 215 50
www.tsv-westerland.de
info@tsv-westerland.de

TSV Tinnum 66

Franz Beilmann
Postfach 1641
25969 Sylt / Westerland
046 51 - 325 66

TSG-Odin

Hans-Jürgen Carlsen
Hailwai 6
25938 Wrixum
046 81 - 42 17
hans-juergen-carlsen@
gmx.de

Schleswig- Flensburg

Borener SV

Niels-Peter Binder
Wagersrottstr. 17
24392 Wagersrott
04 31 - 80 25 10
www.schleilauf.de
info@schleilauf.de

TSV Fahrdrorf

Jörg Köpke
Danziger Str. 9
24837 Schleswig
koepkej@foni.net

MTV Gelting 08

Gunnar Werther
Wackerballig 24
24395 Gelting
046 43 - 22 93
www.gelting-sport.net
wewage@online.de

TSV Glücksburg 09

Reinhard Husen
Holkier 9
24960 Glücksburg
046 31 - 621 91
www.ostseeman.de
info@ostseeman.de

TSV Groß Rheide

Stephan Epple
Bennebeker Weg 41
24872 Groß Rheide
0170 - 737 69 11
stephan.epple@freenet.de

DLRG Kropp

Uwe Baurhenne
Ulmenweg 17
24848 Kropp
046 24 - 483 82 94
www.triakropp.de
kropptriathlon@
kropp-triathlon.de

TSV Lindewitt

Rolf Lembcke
Störtebeker Weg 5
24969 Lindewitt
046 04 - 22 57
www.tsv-lindewitt.de
triathlonlindewitt@
googlemail.com

Spiridon Schleswig

Jörg Peters
Orland 10
24857 Fahrdrorf
046 21 - 30 25 86
triathlon@spiridon-
schleswig.de

TSV Schleswig

Cornelia Claussen
Bellmannstr. 30
24837 Schleswig
046 21 - 238 47
www.tsvschleswig.de
info@tsvschleswig.de

TSV Tarp

Wiebke Doose
Friedrich-Hebbel-Straße 9
24963 Tarp
046 38 - 75 82
doose-tarp@foni.net

Flensburg

SV Adelby

Jürgen Sander
Ringstraße 7
24943 Flensburg
04 61 - 619 77
jumasander@t-online.de

1. Flensburger Laufftreff

Andreas Bundels
Altholzkrug 32
24976 Handewitt
04 61 - 50 52 83 37
1. flensburger-laufftreff.de
andreas.bundels@
flensburger-laufftreff.de

TriAs Flensburg

Manfred Henschke
Philipp-Lassen-Koppel 64
24943 Flensburg
04 61 - 674 01 53
www.trias-flensburg.de
Manni.Henschke@t-online.de

TriVelos Flensburg

Tim-Ole Petersen
Ochsenweg 54
24976 Handewitt OT Jarplund
0173 - 436 55 90
www.trivelos-flensburg.net
tim-ole-petersen@
versanet.de

Dithmarschen

TSV Brunsbüttel

Ulrich Meyer
Koogstraße 24
25541 Brunsbüttel
0173 - 248 24 24
www.tsv-brunsbuettel.de
octopus90@aol.com

MTV Heide

Michael Jannsen
Grabenstraße 4
25704 Meldorf
0171 - 313 22 07
Jannsen.fleischwaren@
t-online.de
Postsportverein Heide
Thomas Japsen
Dorothea-Erxleben-Weg 5
25746 Heide
0481 - 715 76
japsen.seedig@t-online.de

Rendsburg- Eckernförde

Triathlonverein Dänischer Wohld

Dieter Michalscheck
Zur Mühlenau 2b
24229 Dänischenhagen
043 49 - 94 72
www.tridw.de
tri-dw@gmx.de

ALG VfL Bokel

Norbert Schroeder
An der Aue 7
24802 Bokel
043 30 - 98 89
www.vflbokel.de/alg
norbertschroeder.alg@
t-online.de

Bokelholmer SV

Ingo Geitner
Jahnstraße 10a
24802 Bokelholm
043 30 - 994 5 47
www.bokelholmersv.de
I.Geitner@web.de

SG Athletico Büdelsdorf

Christoph Bittes
Ostlandkamp 2f
24848 Kropp
046 24 - 45 13 33
www.athletico-buedelsdorf.de
bittes@t-online.de

Eckernförder MTV

Jan Lührs
Geschw.-Scholl-Str. 58
24340 Eckernförde
043 51 - 861 92
www.eckernfoerdermtv.de
Jan.Luehrs@foerde-
sparkasse.de

Gettorfer TV

Uwe Beetz
Gartenstr. 30c
24214 Gettorf
043 46 - 34 10
www.gettorfer-tv.de
beetz@versanet.de

SV Langwedel

Daniel Breidenbicher
043 29 - 91 28 70
Melkenkamp 12
24631 Langwedel

SpVg Eidertal Molfsee

Peter Thun
043 1 - 65 81 20
www.eidertal.de
peter.thun@superkabel.de

SFC Ottendorf

Winfried Werner
Spitzbergenweg 92
24109 Kiel
043 1 - 53 16 69
winfried@spitzbergenweg92.de

Rendsburger TSV

Ernst Bruhn
Dorfstr. 24
24806 Lohe-Föhrden
043 35 - 571
info@rtsv.de

TSV Vineta Audorf

Geschäftsstelle
Zum Sportplatz 1
24790 Schacht-Audorf
043 31 - 919 66

Neumünster

TriTeam Neumünster

Uwe Blunck
Marie-Curie-Str. 18
24537 Neumünster
043 21 - 99 32 32
blunckuwe@yahoo.de

Kiel

LG Albatros Kiel

Silke Seiler-Rabe
Sukoring 7
24107 Kiel
www.lg-albatros-kiel.de
senecaphil@yahoo.de

LTV Kiel-Ost

Karin Kalbus
0151 - 42 33 76 22
An de Wurth 32
24232 Flüggeendorf
kakarin@web.de

LG Powerschnecken Kiel

Kerstin Mackeprang
Sprossenpfad 1
24146 Kiel
0176 - 61 28 32 13
kerstinmackeprang@yahoo.de

SG Tantalus Kiel

Jens Ewering
Freesenberg 68
24161 Altenholz
043 1 - 325 72
jens.ewering@sg-tantalus.de

SV Wiking Kiel

Alice Krüger
Alte Landstraße 2
24107 Quambek
043 40 - 499 79 91
wiking.kiel@t-online.de

THW Kiel

Martina Große-Hellweg
Krummbogen 79
24113 Kiel
043 1 - 39 18 14
thwkiel@t-online.de

www.shtu.de



USC Kiel

Benjamin Winkler
Emma-Sorgenfrei-Weg 30
24106 Kiel
0431-88822391
www.usc-kiel.de
geschaeftsstelle@usc-kiel.de

Ellerbeker TV

Stefan Landtau
Waisenhofstraße 24
24103 Kiel
0431-92140
www.etv-kiel.com
ETV-Kiel.com@freenet.de

TuS Holtenau

Torsten Rohr
Knooper Weg 179
24118 Kiel
0431-2217038
www.triathlon-holtenau.de
t_rohr@web.de

Plön

SV Fortuna Bösdorf

Karsten Dose
Schlesienweg 6
24306 Plön
04522-765665
kardoso@t-online.de

TSV Plön

Ruth Mielke
Mühlengrund 6
24329 Grebin
04383-472
ruthmielke@web.de

Tri-Team Schellhorn

Stephan Rühle
Wehrbergallee 13
24211 Schellhorn
0175-3605530
ruehle.s@web.de

Steinburg

TSV LO LA

Joern Rehkugler
Hermann-Löns-Straße 9
25551 Hohenlockstedt
04826-5107
jo.re@t-online.de

Sport-Club Itzehoe

André Beltz
Feldschmiede 6
25524 Itzehoe
0176-62181825
info@sci.com

TSV Kremperheide

Marion Michalczyk
Dorfstraße 50
25569 Kremperheide
04821-883483
Michalczyk@t-online.de

Schenefelder Turnerschaft

Hermann Hüser
Zum Erlengrund 12
25560 Schenefeld
04892-959
H.P.Hueser@t-online.de

Pinneberg

Barmstedter MTV

Torsten Streich
Buchentwiete 3a
25355 Barmstedt
04123-1686
a-t-streich@versanet.de

TRI EMTV Elmshorn

Hans-Peter Schramm
Rethfelder Straße 15
25337 Elmshorn
04121-75906
www.tri-emptv.de
h.p.schramm@tri-emptv.de

VfL Pinneberg

Edmund Rechka
Drosselweg 39
25421 Pinneberg
04101-64928
www.vfl-pinneberg.de
kontakt@triathlon-vflpi.de

SuS Waldenau

Sandra Hönke
Waldenauer Marktplatz 10
25421 Pinneberg-Waldenau
04101-67075
www.sus-waldenau.de
sus-waldenau@t-online.de

Hochschulsport Wedel

- PTL Bund
Daniela Fendt
Feldstraße 143
22880 Wedel
0176-54028202
info@hochschulsport-wedel.de

Segeberg

TSV Quellenhaupt

Bornhöved
Andreas Stoltenberg
Achtermück 17 e
24619 Bornhöved
04323-900501
aps.stoltenberg@freenet.de

Stadtwerke Norderstedt

Andreas Thomsen
Bahnhofsstraße 23 b
24598 Boostedt
0176-21223150
jessiw74@web.de

SG Wasserratten

Norderstedt
Britta Wiesmann
Tangstedter Landstr. 246
22417 Hamburg
040-5207655
www.wasserratten.de
britta.wiesmann@wasserratten.de

SC Rönau 74

Dr. Bernhard Bambas
St. Georges-Allee 2
23795 Klein Rönau
04551-879753;
0172-4276540
CBBambas@aol.com

TSV Stocksee

Hannelore Degener
Netteldorfkamp 3a
24326 Stocksee
04526-725
www.lauftreff-stocksee.de
lauftreff-stocksee@gmx.de

Ostholstein

Trias Bad Schwartau

Uwe Euskirchen
Pelzerhakener Str. 15-17
23730 Neustadt
0451-70733298
www.trias-badswartau.de
UEuskirchen@aol.com

SC Delphin Bad Schwartau

Michael Nörenberg
Poststraße 20
23669 Timmendorfer Strand
04503-891210
M.noere@t-online.de

Polizei SV Eutin

Thelise Schilling
Sielbecker Landstr. 26
23701 Eutin
04521-798575
www.rosenstadt.com
Thelise-Schilling@t-online.de

TSV Heiligenhafen

Thomas Wende
Fischerstraße 1
23774 Heiligenhafen
www.tsv-heiligenhafen.de
04362-504114
TWende@t-online.de

TSV Malente

Harald Kitzel
Voss-Str. 54
23714 Malente
04523-5673
harald.kitzel@lsv-sh.de

TSV Ratekau

Jens Ehlers
Schulkoppel 26b
23689 Pansdorf
04504-5148
maria.jens.ehlers@t-online.de

NTSV Strand 08

Geschäftsstelle
Postfach 1229
23662 Timmendorfer Strand
Jens.Ahlgrimm@t-online.de

Lübeck

LBV Phönix Lübeck

Reinhard Bucholtz
Bei der Wasserkunst 6
23564 Lübeck
0451-794461
reinhardbucholtz@gmx.de

Tri-Sport Lübeck

Gabi Welzel
Roonstr. 14
23566 Lübeck
0451-625698
www.tri-sport-luebeck.de
info@trisport-luebeck.de

Stormarn

Ahrensburger TSV

Michael Brackenwagen
Eschenweg 41
22949 Ahrensburg
04102-824122
brackenwagen@aol.com

Spiridon Bad Oldesloe

Dr. Fritz Dieterich
Im Hoelk 45
23843 Bad Oldesloe
04531-4454
1vorsitz@spiridon-oldesloe.de

VfL Oldesloe

Ricardo Ruiz Porath
Lorentzenstraße 19
23843 Bad Oldesloe
04531-885110
RicardoRuizPorath@t-online.de

TSV Bargteheide

Monika Dankelmann
Bachstr. 62
22941 Bargteheide
04532-260658
www.tsv-tri-bargteheide.de
monika@dankelmann.net

Barsbütteler Sportverein

Wolfgang Wittpohl
Hinterm Garten 2
22885 Barsbüttel
040-6701889
www.barsbuetteler-sv.de
info@barsbuetteler-sv.de

TSV Glinde

Julia Maringer
Am Sportplatz 98a
21509 Glinde
040-7107215
info@tsv-glinde.de

LG Glinde

Thomas Appel
Asbrook 5
21509 Glinde
0177-3508787
tomtom88@alice-dsl.de
www.lgglinde.de

SV Großhansdorf

Holger Michl
Feldkirchenring 13
22926 Ahrensburg
04102-697769;
040-380221486
www.sgv.eae-media.com
hmm@alice.de

FC „Voran“ Ohe

Andreas Bockhold
Am Südhang 62
22113 Oststeinbek
0163-2499343
www.ohe-schwimmen.de
info@ohe-schwimmen.de

TSV Trittau

Christian Obst
Hebbelstraße 11
22946 Trittau
0177-4002845
Christian.Obst@wandsbek.ham-burg.de

E.on/Hanse

Helmut Probst
Am Ehrenmal 6
22175 Hamburg
040-6406809
helmut-probst@t-online.de

Herzogtum Lauenburg

VfL Börnsen

Jens Naundorf
Haidweg 10a
21039 Börnsen
040-7208015
www.vfl-boernsen.de
jens.naundorf@vfl-boernsen.de

Eisenbahner SV Büchen

Britta Hellmig
Pracherbusch 15
21514 Büchen
04155-499645
www.esv-buechen.de
hellmig-buechen@t-online.de

Tri Endurance Germany

Bernd Wachter
Finkenweg 46
21502 Geesthacht
04152-76839
www.triendurancegermany.com
wordpress.com
bernhardwachter@alice-dsl.de

SSV Güster

Adolf Kronetzki
Rosenburger Str. 20
21514 Güster
04158 8147
ssv.guester@t-online.de

Möllner SV

Michael Schröder
Stralsunder Straße 2a
23879 Mölln
04542-835237
Moelln@lernspass.de

Ratzeburger SV

Volker Sonnenburg
Herrenstr. 4
23881 Breitenfelde
04542-89911
v.sonne@t-online.de





Schleswig-Holsteinische Triathlon-Union e.V.



www.shtu.de