



Schleswig-Holsteinische  
Triathlon-Union e.V.

# Triathlon ganz oben



**SHTU-Jahrbuch  
2014/2015**



Let's **do** it!

# OSTSEEMAN GLÜCKSBURG TRIATHLON 2015



**OM**<sup>15</sup>

2. August 2015 · GLÜCKSBURG

[www.ostseeman.de](http://www.ostseeman.de)

# >> Grußwort des Präsidenten



*Liebe Triathlonfreundinnen  
und Triathlonfreunde  
in Schleswig-Holstein,*

wieder mal geht ein Jahr mit vielen Veranstaltungen im Land zu Ende und gibt mir die Möglichkeit für einen Rückblick. Im abgelaufenen Jahr war ich an 25 Wochenenden in Schleswig-Holstein und in anderen Bundesländern für den Triathlon unterwegs und konnte mir von der Durchführung der Wettkämpfe und den guten Leistungen der Athleten vor Ort ein Bild machen. So war es mir auch möglich, vom 18.07. bis 20.07.2014 in Grimma unseren Leistungssport bei der dortigen Deutschen Meisterschaft zu unterstützen.

Auf Landesebene fanden 32 Veranstaltungen statt. Davon waren 26 Triathlon-, vier Duathlon- und zwei Swim&Run-Veranstaltungen. Dabei zeigte sich die Teilnehmerzahl in den letzten vier Jahren gleichbleibend, wobei es im Staffelnbereich eine kontinuierliche Zunahme an Teilnehmern gab.

Besonders erfreulich ist der Anteil von Schülern und Jugendlichen in diesem Jahr, der bei 19 Prozent lag. Dies zeigt, dass unsere Vereine eine sehr gute Jugendarbeit leisten.

Ebenso erwähnenswert war auch im dritten Jahr unserer Landesliga die Beteiligung von 9 Damen- und 14 Herrenmannschaften. Weiter vertreten waren wir mit einer Damen- und vier Herrenmannschaften in der Regionalliga sowie mit einer Herrenmannschaft in der 2. Bundeliga.

Auch in diesem Jahr waren unsere Altersklassenathleten bei nationalen und internationalen Meisterschaften auf allen Distanzen immer wieder auf den vorderen Plätzen zu finden. Zum Abschluss der Saison belegte Lasse Nygaard-Priester (Wasserratten Norderstedt) noch einen hervorragenden vierten Platz bei der Weltmeisterschaft der Junioren in Kanada.

Auf der Klausurtagung der DTU im Weimarer Land wurde das Zukunftskonzept 2020 erarbeitet und auf dem DTU-Verbands-tag in Osnabrück beschlossen.

Ich danke allen, die mit ihrem Engagement zum Erfolg des Triathlons bei uns im Norden beitragen, und wünsche allen Athleten, Trainern und Vereinsmitarbeitern auch für die Saison 2015 viel Erfolg und Freude an unserem Sport.

Uwe Euskirchen, SHTU-Präsident

SHTU-Vorstand 2015



**Präsident / Sportwart (komm.)**  
Uwe Euskirchen  
Pelzerhakener Str. 15 -17, 23730 Neustadt  
Tel. 0451 - 70 73 32 98  
uwe.euskirchen@shtu.de



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



**Vizepräsident Leistungssport**  
Georg Palm  
Jungmannstr. 28,  
24536 Neumünster  
Tel. 0432 -15 55 07 20  
georg.palm@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**  
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



**Antidopingbeauftragter**  
Carsten Krömer  
Hamburger Chaussee 16,  
24623 Brokenlande  
Tel. 04327- 140360  
carsten.kroemer@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

# >> SHTU-Verbandsnachrichten



Auszeichnungen auf dem Verbandstag:  
Georg Palm und die erfolgreichen AgeGroupers

## SHTU-Verbandstag in Kiel-Holtenau

### Präsident Uwe Euskirchen für weitere zwei Jahre im Amt

Sehr diskussionsfreudig zeigten sich die Vereinsvertreter bei der Aussprache über die Beschlussvorschläge des Vorstands. Der Vorschlag des Vorstands, die Staffelung der Strafgebühren etwas abzumildern, die Vereine bei Nichterfüllung von Kampfrichtereinsätzen zu zahlen haben, stieß in der Versammlung auf wenig Zustimmung. Der Verbandstag sprach sich mit großer Mehrheit dafür aus, den bisherigen Gebührenkatalog beizubehalten. Die Strafgebühren zu senken, erschien mehreren Vereinsvertretern als falsches Signal.

Auch die Aufteilung der Kampfrichterkosten zwischen Verband und Veranstaltern wurde beim Verbandstag mit vielschichtigen Argumenten intensiv diskutiert. Der Vorstand nahm aus der Versammlung den Auftrag mit, für den nächsten Verbandstag ein neues Konzept vorzubereiten.

Die intensiven Sachdebatten bereicherten den Verbandstag, störten aber keinesfalls den harmonischen Geist des Treffens. Breite Einigkeit aller Anwesenden zeigte sich dann auch bei den Vorstandswahlen. Uwe Euskirchen, der vor zwei Jahren erstmals an die Spitze des Verbandes gewählt worden war, wurde für eine weitere Amtszeit einstimmig in seinem Amt bestätigt.

Ebenfalls das einstimmige Mandat für zwei weitere Jahre im SHTU-Vorstand erhielten Leistungssport-Vizepräsident Georg Palm, Lehrwart Sven Schulze und Pressewart Niels-Peter Binder. Für die zuletzt unbesetzten Posten des Breitensport-Vizepräsidenten und des Sportwarts fand sich auch in diesem Jahr noch kein Bewerber. Diese Aufgaben werden weiterhin von übeigen Vorstandsmitgliedern kommissarisch mit übernommen.

## Kay-Koch-Pokal 2013

### SHTU ehrt André Beltz

Zum dritten Mal vergab die Schleswig-Holsteinische Triathlon-Union im Jahr 2013 den Kay-Koch-Pokal für besonderes ehrenamtliches Engagement für den Triathlonsport im nördlichsten Bundesland. Nach Uwe Euskirchen und Rolf Ziffer in den vergangenen Jahren ging der Ehrenpreis nun an André Beltz. Der Itzehoer erhielt den nach dem früheren Jugendausschuss-Vorsitzenden benannten Pokal für seine nachhaltigen Verdienste um die Talentförderung im Norden. Beltz, der auch als Aktiver immer noch zu den stärksten Triathleten zwischen den Meeren zählt, hat als Trainer entscheidenden Anteil daran, dass der SC Itzehoe aktuell der erfolgreichste Verein in Schleswig-Holstein ist. Mit Fachkompetenz und Begeisterungsfähigkeit hat Beltz die Steinburger Kreisstadt zu einer Triathlon-Hochburg entwickelt, die weit über die Grenzen des Landes hinaus Anerkennung genießt. Immer wieder sorgen von ihm



André Beltz freut sich zusammen mit seinen Schützlingen über den Pokal.

entdeckte und geförderte Talente für Furore. Das Engagement von André Beltz beschränkt sich jedoch nicht nur auf seinen Verein. Bei Trainingsmaßnahmen und Wettkampfreisen des SHTU-Kaders ist Beltz stets auch als Tippgeber und Motivator eine bei allen beliebte und wichtige Stütze.

## Kay-Koch-Pokal 2014

### Björn Nahnsen im Einsatz für den Triathlon ganz ganz oben

Mit der höchsten Ehrung der SHTU wurde 2014 Björn Nahnsen ausgezeichnet. Der 37-jährige vom SV Enge-Sande ist aktueller Träger des Kay-Koch-Pokals. Beim Verbandstag in Kiel-Holtenau sprach SHTU-Präsident Uwe Euskirchen die Ehrung für den nordfriesischen Triathlon-Enthusiasten aus. Der nordfriesische Veranstalter, Spartenleiter und aktive Triathlet erhielt den Preis für seine unermüdliche Arbeit und seine Impulse, mit denen er an der Westküste eine der aktivsten Triathlonszenen des Landes mitgeprägt hat. Neben seiner erfolgreichen aktiven Sportkarriere ist Nahnsen seit Jahren auch ehrenamtlich in unterschiedlichsten Rollen ununterbrochen für den Triathlon im Einsatz. Als Mitbegründer und Spartenleiter der Triathlon-Abteilung des SV Enge-Sande und als Initiator und Organisator des Husum-Triathlons und des Langenberg-Crossduathlons hat Nahnsen viel für den Triathlon in Nordfriesland bewegt.

Sein Verdienst ist auch eine engere Verbindung der nordfriesischen Vereine und Veranstalter zum Triathlon-Landesverband. „Wir hatten anfangs auch einige Meinungsunterschiede, aber daraus hat sich eine gute Entwicklung im Sinne des Triathlonsports ergeben“, würdigte Uwe Euskirchen das Engagement des Nordfriesen.



Björn Nahnsen bei der Ehrung mit SHTU-Präsident Uwe Euskirchen.

## Kampfrichter sorgen für fairen Sport

Traditionell beginnt die Saison der Kampfrichter schon im Winter mit der Aus- und Weiterbildung der Kampfrichter, um diese auf die Neuerungen für den Wettkampfbetrieb einzustimmen. Doch diesmal stand die Steigerung der Präsenz bei den Wettkämpfen im Vordergrund.



Voller Einsatz auch bei den Helfern

Planerisch standen 88 Kampfrichter (davon 16 Frauen) für den regionalen Einsatz in der Saison 2014 zur Verfügung. Vier Kampfrichter der SHTU (Wolfgang Krawczyk, Jan Philipp Krawczyk, Jens Naundorf und Uwe Euskirchen) sind als Bundeskampfrichter auch überregional und international im Einsatz.

Insgesamt 47 Kampfrichter haben bei 19 genehmigten Veranstaltungen insgesamt 104 Einsatztage geleistet und dabei die Einhaltung der Regeln überwacht.

Für 2015 soll weiter an der Einsatzdichte festgehalten werden, sodass künftig zur Überwachung des Regelwerkes mindestens fünf Kampfrichter bei Veranstaltungen vor Ort sind. Aus den Erfahrungen eigener Einsätze und Beobachtungen richte ich die Bitte an die Veranstalter: Um erfolgreich den Kampfrichtereinsatz durchzuführen, sind die Pflichten des Veranstalters gemäß Veranstalter- und Ausrichterordnung zwingend einzuhalten. Dazu zählen insbesondere die Bereitstellung der Begleitfahrzeuge und genügend Motorräder zur Windschattenkontrolle.

Ab 2015 wird ein vermehrtes Augenmerk auf die nicht lizenzierten Kampfrichter bei den sogenannten Breitensportveranstaltungen (Veranstaltungen mit weniger als 200 nicht startspflichtigen Teilnehmern) gerichtet. Auch diese Veranstaltungen sind Wettkämpfe und nicht nur eine Trainingseinheit mit Wettkampfcharakter. Für das Jahr 2015 finden die Neuausbildung am 21.02. und die Weiterbildung am 22.02. in Malente statt. >> *Rüdiger Stamp, Kampfrichterwart*

## Aus- und Fortbildung bei der SHTU

Im Frühjahr 2014 wurde eine Fortbildung in Eutin mit 11 Teilnehmern durchgeführt. Die Ausbildung fand bei der Polizeidirektion für Aus- und Fortbildung in Eutin statt. Zwei Tage haben die Teilnehmer gemeinsam diskutiert, gelernt, geschwitzt und Erfahrungen gesammelt. Die Trainer stammen aus einer Vielzahl von Vereinen aus ganz Schleswig-Holstein. Die Schwerpunkte der Fortbildung waren diesmal: Technikschiulung und Fehlerbilder im Schwimmen, Athletiktraining, Neuerungen im Regelwerk, Spielformen in der Gruppe und Trainingslehre.

Leider mussten wir die beiden letzten jeweils im Herbst geplanten Maßnahmen mangels Teilnehmer absagen. Meine Hoff-

nung ist, dass wir zukünftig je Halbjahr als Verband eine Fortbildung für die Trainer in unseren Vereinen anbieten können und dieses Angebot auch ausreichend genutzt wird.

Im Jahr 2015 sind im Frühjahr eine Fortbildung und im Herbst eine Trainer-C Ausbildung „Breitensport“ geplant. Die genauen Termine werden auf der Homepage veröffentlicht. Ausbildungsorte werden Eutin und das Sportbildungswerk des LSV in Malente sein. Die Trainerausbildung ist in Schleswig-Holstein als Bildungsurlaub anerkannt. Die Ausschreibung wird vermutlich im Januar oder Februar veröffentlicht. Ich bedanke mich für die gute Zusammenarbeit mit den Trainern in den Vereinen und dem Vorstand und hoffe auf weitere interessante und erfahrungsreiche Fortbildungsmaßnahmen mit unseren Trainern. >> *Sven Schulze, SHTU-Lehrwart*

## SHTU-Talente 2014

### Nachwuchskader 2.0 in der Entwicklung

Das Jahr 2014 war für unseren Nachwuchskader schon ein besonderes Jahr. Die vielen Erfolge und auch kleineren Niederlagen im Einzelnen könnt ihr in den Einzelberichten ja nachlesen. Diese möchte ich hier nicht alle wiederholen. Vielmehr möchte ich in diesem Bericht herausstellen, dass für uns dieses Jahr eine Art Abschluss einer Entwicklung darstellt.

Nachdem nunmehr vier Jahre vorüber sind und wir in den letzten Jahren doch so einiges miteinander bewegt haben, war der Erfolg von Lasse Nygaard Priester schon etwas Herausragendes für uns alle. Einen Athleten von der Jugend B an bis hin zu den Junioren in seinen Reihen zu haben und ihn dann an den Bundestrainer zu übergeben, ist ein Erfolg nicht nur für Lasse, sondern für uns alle. Dieser Erfolg beruht nicht nur auf dem Talent dieses besonderen Athleten, sondern auch in erster Linie auf ehrlicher Arbeit, die neben Lasse sehr viele Menschen in dieser Zeit geleistet haben. Dafür an der Stelle einmal ein großes Dankeschön!

Nun steht eine Art Generationswechsel im SHTU-Nachwuchskader an. Die Erfolge der „alten“ Generation, allen voran Lasse Nygaard Priester, sind auf der einen Seite schon Geschichte, auf der anderen Seite kann und sollte diese Geschichte gleichzeitig auch der Anfang für weitere Erfolgsgeschichten sein. Diese Generation hat einen Maßstab gesetzt, der den nun nachfolgenden Athleten eine klare Orientierungsmöglichkeit gibt.

Wir haben in den Vereinen und auch im Landesverband in den Jahren das Knowhow aufbauen können, welches dazu



## 21. Rosenstadt-Triathlon am 21.06.2015 in Eutin

Das Triathlonfest für Dich, Deine Familie, Schule, Verein, Firma, Freunde, Gruppe ...

Neu: vollautomatische Zeitmessung auf allen Strecken, Staffeln ...

[www.rosenstadt-triathlon.de](http://www.rosenstadt-triathlon.de)

notwendig ist, junge Athleten auf diesem Leistungsniveau zu entwickeln. Darüber hinaus haben wir es auch geschafft, über Vereinsgrenzen hinweg alle jugendlichen Athleten, die diesen Sport so lieben, miteinander zu vernetzen. Hier sei nur an das schon in seiner ersten Auflage zur Kultveranstaltung erklärte Trainingslager in der Toscana erinnert, welches auch für 2015 schon fest eingeplant ist. Danke dafür an Andre Beltz und den SC Itzehoe!

All diese Voraussetzungen stimmen mich zuversichtlich, dass wir sozusagen einen SHTU-Nachwuchskader 2.0 in den nächsten Jahren entwickeln werden, der dann für weitere Erfolge stehen wird.

Es ist nach wie vor ein tolles Gefühl für alle Athleten und auch für uns Trainer, sich mit den Besten des jeweiligen Jahrgangs in Deutschland messen zu können. Jedenfalls komme ich zu dem Schluss, wenn ich in die Gesichter unserer Athleten schaue, nachdem sie bei einem dieser Wettkämpfe mit den besten der Besten erfolgreich gewesen sind.

Hierbei spielen in den nächsten ca. zwei Jahren zunächst die etablierten Kräfte die führende Rolle. Die aktuellen Kaderathleten der Altersklasse Jugend A und Junioren sind sozusagen in der Verpflichtung. Diese Athleten haben von der Jugend B an eine positive Entwicklung gezeigt und können mit der notwendigen Unterstützung ihrer Vereine, des Verbandes, der Familie und natürlich mit der ihnen eigenen Zielstrebigkeit, viel Fleiß und ihrem Ehrgeiz diese Entwicklung weiter gestalten. Sie alle haben die Voraussetzungen dazu, sie treten jetzt aus dem Windschatten der alten Generation heraus und halten ihre Nasen in den Wind!

Neben den Athleten der Generation 2.0 wollen wir auch in unserer Trainingsarbeit weitere Fortschritte machen. Themen wie die Entwicklung mentaler Stärke und Leistungssteigerung durch Teamgeist stehen als Ergänzung zu Bewährtem auf unsere Agenda.

Ich wünsche allen Nachwuchsatleten, Trainern, Eltern und Fans an der Stelle zunächst eine schöne Vorbereitung auf eine erfolgreiche Saison 2015. >> *Josef Dankelmann, Landestrainer*

### Duathlon-DM in Cottbus

#### Josefine Grube holt den Titel

Mit einer tollen Leistung bei der Duathlon-DM in Cottbus sorgte Josefine Grube (SG Wasserratten Norderstedt) schon früh in der Saison für ein erstes Glanzlicht. Nach einem hochklassigen Duell mit der späteren Juniorinnen-Meisterin Anna Lamm aus Sachsen lief Josefine nach 54:48 Minuten (3,3 km - 20 km - 2,7 km) als Siegerin weibliche Jugend A ins Ziel. Das Talent-Trio der Team-Wertung der männliche Jugend B

(1:45:27) mit Lasse Wischmann, Marvin Salto und Justus Lielow verfehlte auf Platz 4 knapp die Podiumsplätze. Marasophie Münster (6. Platz der Jugend B) sorgte für eine weitere Topplatzierung.

### Deutschland-Cup in Forst

#### Nina Eim und Lasse Priester vorn dabei

Beim ersten Saison-Rennen um den Deutschland-Cup der Jugend sorgten auf der Sprintdistanz im badischen Forst Nina Eim mit ihrem Sieg im Wettkampf der Jugend A und Lasse Nygaard-Priester als zweitschnellster Junior für die Topergebnisse eines insgesamt gelungenen Wettkampftages für den SHTU-Kader. Mit Platz 5 für die weiblichen Starterinnen und Platz 7 für die männlichen Talente fiel auch das Teamergebnis sehr vielversprechend aus.

### Deutschland-Cup mit Team-DM in München

#### SHTU-Staffel auf Platz 7

Im Rahmen der Jugend-Team-Meisterschaft in München über vier Mal 0,25 km Schwimmen, 5 km Rad sowie 1,5 km Laufen absolvierte die SHTU-Staffel mit Nick Hansen, Florian Plambeck, Stina Mick und Nina Eim nach 1:05:02 Stunden den Wettkampf auf einem respektablen siebten Rang. Die beste Platzierung im Einzelsprintrennen erzielte Nina Eim mit dem vierten Platz bei der Jugend A. Bei den Junioren finishte Nick Hansen als 13. des Gesamtklassements.

### Deutschland-Cup in Düsseldorf

#### Stina Mick rennt auf Platz 7

Im Rahmen des vorletzten Saison-Wettkampfes um den Deutschland-Cup 2014 in Düsseldorf landete das schleswig-holsteinische Talent-Team der männlichen Asse auf Platz 9 der Mannschafts-Wertung. Stina Mick auf Platz 7, Nina Eim auf Platz 8 und Nick Hansen auf Platz 15 und hatten die besten Einzelergebnisse.

### Jugend-DM in Grimma

#### Großes Pech für die Junioren

Großes Pech bei den letzten Junioren-Meisterschaften ihrer Karriere hatte die beiden SHTU-Asse Lasse Nygaard-Priester und Nick Hansen. Während Mitfavorit Lasse in einen Sturz verwickelt wurde und verletzt und mit großem Radschaden

Nina Eim / Einmarsch der Länder in Grimma / Jakob Vogt > Alle Kader-Fotos: Uwe Euskirchen



ausschied, wurde Nick durch eine simple Reifenpanne ausgebremst. Das Ausscheiden der beiden ließ die Hoffnungen auf eine tolle Teamplatzierung platzen und trübte ein wenig die SHTU-Bilanz. Aber es gab in Grimma auch positive Ergebnisse.

Nina Eim rundete mit ihrem fünften Platz in der Jugend A ihre tolle Saison stark ab, auch wenn der vorsichtig angeschielte Podiumsplatz unerreicht blieb.

In den Teamwertungen gab es für die männlichen SHTU-ler zwei Mal Platz 5 (Junioren und Jugend A) und einen 10. Platz (Jugend B). Die SHTU-Mädchen landeten im Vergleich der Bundesländer auf Platz 6 (Jugend B) und Platz 7 (Jugend A).

### Triathlon-WM in Edmonton (Kanada)

#### Lasse Priester kratzt an Medaillenrang

Über eine Glanzleistung zum Abschluss seiner Junioren-Karriere im DTU-Kader durfte sich Lasse Nygaard-Priester freuen, der erst als Nachrücker noch das Ticket zur WM in Kanada bekam.

Bei den Weltmeisterschaften in Edmonton scheiterte nach einem bärenstarken Sprint-Wettkampf nach 56:50 Minuten als Vierter unter 67 qualifizierten männlichen Talenten seiner Junioren-Altersklasse mit fünf Sekunden Rückstand nur haarscharf am Australier Calvin Quirk (3., 56:45)

Der 19-jährige Abiturient zeigte eine sehr beherzte Medaillen-Jagd, durfte deshalb leistungsmäßig mit dem Rennen persönlich sehr zufrieden sein. Gold ging an den Franzosen Raphael Montoya (56:27). Auch am vierten Platz für DTU-Juniorenteam in der Mixed-Team-Relay war Lasse Nygaard-Priester beteiligt.

Lasse Priester Foto: Grohmann / Florian Plambeck und dahinter Friedrich Hegge / SHTU-Kader 2014

### Staffel-DM in Konstanz

#### SC Itzehoe erkämpft vierten Platz

Triathlonstaffeln, bei denen nicht jeder eine Disziplin ausführt, sondern alle Starter jeweils einen Mini-Triathlon bewältigen, werden immer beliebter. Das können die Zuschauer beim Weltcup in Hamburg ebenso beobachten wie beispielsweise auch beim Triathlon in Hohenlockstedt. In Konstanz wurden nun auch Deutsche Meister in diesem Format ermittelt.

Am Bodensee vertrat der SC Itzehoe Schleswig-Holsteins blau-weiß-rote Landesfarben sehr würdig und erkämpfte einen formidablen vierten Platz. Bei der Deutschen Team-Relay-Meisterschaft (vier Mal jeweils 0,25 km - 6 km - 1,5 km) rannte das Steinburger Quartett mit Routinier Andre Beltz und den Talenten Nina Eim, Anna und Philipp Gehring nach 1:29:15 Stunden ins Ziel.

### Sprint-DM der Elite in Hannover

#### Talente im Vergleich mit den Profis

Bei der Elite-DM über die Sprintdistanz in Hannover zeigte Lasse Nygaard-Priester mit seinem 6. Platz bei den Männern und dem dritten Platz in der U23-Wertung, dass er mit Deutschlands Spitzenassen mithalten kann und gerüstet ist für den Einstieg in die Männerklasse. Für Nick Hansen (52. Platz der Männer / 39. Platz U 23) und Rike Kubillus (30. Platz Frauen / 20. Platz U 23) war der Wettkampf ein willkommener Härte-test auf höchstem Niveau.



#### Der SHTU-Kader 2014:

##### Junioren/Juniorinnen:

Lasse Nygaard Priester (Wasserratten Norderstedt), Stina Mick, Florian Plambeck (beide TSV Bargeheide), Nick Hansen (Borener SV), Friedrich Hegge (Tri Sport Lübeck), Nidia Ruiz-Porath (VfL Bad Oldesloe)

##### Jugend A:

Nina Eim, Philipp Gehring (beide SC Itzehoe), Jan Patrick Lucht (Trias Bad Schwartau), Lucas Dietzel, Josefine Grube (beide Wasserratten Norderstedt)

##### Jugend B:

Leonie Sievers (Ahrensburger TSV), Mara Sophie Münster (TriAs Flensburg), Merle Schreiber (SG Athletico Büdelsdorf), Marvin Salto (SC Itzehoe), Lasse Wischmann (Wasserratten Norderstedt), Marcel Blodau (USC Kiel)



# >> SHTU-Athleten on Tour

## Duathlon-EM in Horst (Niederlande)

### Lars Hansen wird Europameister

Mit einem Titel bei den Paratriathleten und Bronze bei Age-Groupern kehrten die SHTU-Starter von den Europameisterschaften aus dem niederländischen Horst gen Norden zurück. Anke Lakies (VfL Oldesloe) ergatterte im Frauenfeld ihrer Altersklasse W45 nach 1:07:26 Stunden Bronze auf der Kurzstrecke (5 km - 20 km - 2,5 km).

Mit seinem ersten internationalen Titel gelang Lars Hansen zum Einstieg in die Saison 2014 gleich ein echter Paukenschlag. Der 33-jährige Para-Triathlet vom TSV Schleswig wurde Europameister seiner Klasse Tri 4 (Armbehinderungen). Über die Sprintdistanz ließ er alle Konkurrenten in 1:03:23 Stunden deutlich hinter sich und durfte früh in der Saison schon einen Riesenerfolg bejubeln.

## Deutsche Duathlon-Meisterschaften in Cottbus

### Mull und Groen auf dem Treppchen

Mit zwei großartigen Medaillen setzten sich die SHTU-Altersklassenathleten bei den Deutschen Duathlon-Meisterschaften über die Kurzstrecke (9,7 km - 39 km - 5,5 km) in Szene. In Brandenburg schnappte sich Frank Groen (Polizei SV Eutin) in 2:04:25 Stunden hartgesotten Silber der Klasse M 50. Bronze gab es für Diana Mull (TSV Quellenhaupt Bornhöved, 3. W45, in 2:21:12). Einen undankbaren vierten Platz im Elitefeld erlief Marcel de Lannoy (Tri Endurance Germany, 1:50:49 Std.).

## Duathlon-DM Sprint und Langdistanz in Falkenstein

### Doppel-Gold für Kieler Triathlonpaar



Michael Krüger

Bei permanentem Dauerregen sowie empfindlich kalter Temperaturen von nur fünf Grad Celsius gab es nach 5 km Laufen, 20 km Radfahren und erneut 2,5 km Laufen Sprintduathlon-Gold für Michael Krüger (1. M50, 1:11:23 Stunden) und dessen Freundin Daniela Hafner (beide USC Kiel, 1. W30, 1:26:08). SHTU-Mitstreiter wie Anke Lakies (VfL Oldesloe, 2. W45, 1:20:02) oder Stefanie Annika Wasmundt (Sport-Club Itzehoe, 2. W35, 1:29:24) warfen ihre Erfahrung ebenfalls erfolgreich in die Waagschale, um sich Silber zu sichern. Diana Mull (TSV Quellenhaupt Bornhöved, 3. W45, 1:21:43) wurde für das beherzte Rennen mit Bronze belohnt. Große Kämpferherzen stellten Danny Blase (SG Athletico Büdelsdorf, 2. M25, 4:13:14) über die Langdistanz (16/64/8) und Renaldo Wagner (USC Kiel, 2. M70, 5:27:51) unter Beweis.

## Duathlon-WM in Pontevedra (Spanien)

### Anke Lakies Vize-Weltmeisterin

Die spanische Hafenstadt Pontevedra scheint so etwas wie eine zweite Heimat für Anke Lakies zu werden. Im Nordwesten Spaniens war die Ausdauersportlerin des VfL Oldesloe im vergan-

genen Jahr Europameisterin im Duathlon geworden. Zwölf Monate später kehrte Lakies an die Stätte ihres Triumphes zurück – und wurde nun auf der Sprintdistanz Vize-Weltmeisterin ihrer Altersklasse. Die laufstarke Stormarnerin war nach starker Radleistung bereits als Zweite zum letzten Wechsel gekommen und ließ sich diesen Platz nicht mehr nehmen.

## DM Mitteldistanz im Kraichgau

### Renaldo Wagner holt Silber

Im Rahmen des Challenge Kraichgau in Bad Schönborn finishte Renaldo Wagner vom USC Kiel bei den Deutschen Mitteldistanz-Meisterschaften über 1,9 Kilometer Schwimmen, 90 km Radfahren und 21 km Laufen nach 6:52:08 Stunden als Zweiter seiner Altersklasse M 70. Udo Petschat vom TSV Ladelund war in 5:06:25 Stunden schnellster SHTU-Starter im Kraichgau.

## Sprint-DM der AgeGrouper in Darmstadt

### Zwei Titel für SHTU-Oldies

Bei den Deutschen Sprint-Meisterschaften der Altersklassen (0,75 km - 20 km - 5 km) gab es in Darmstadt einen schleswig-holsteinischen Doppelerfolg. Bettina Lange (TSV Bargtheide) gewann nach 1:09:12 Stunden ihre AK 2 gewohnt souverän. Der 80-jährige Alfred Hintzmann (SG Wasserratten Norderstedt, 2:11:4 Std.) triumphtierte als ältester SHTU-Athlet ähnlich konkurrenzlos im Teilnehmerfeld der AK 9. Neben zweimal Gold erkämpften Rike Kubillus (Bargtheide, 3. F1, 1:11:36) und Bernd Lange (USC Kiel, 3. S5, 1:16:18) jeweils Bronze.



Bettina Lange

## Sprint-EM in Kitzbühel (Österreich)

### Gold für Margit Bartsch

Bei den Europameisterschaften im österreichischen Kitzbühel gewann Margit Bartsch von der SG Athletico Büdelsdorf auf Olympischer Distanz in 2:51:05 Stunden die Gold-Medaille ihrer Altersklasse W 60. Im Sprintrennen erkämpfte der wiedererstarkte Bernd Lange vom USC Kiel nach 1:21:36 Stunden die Bronze-Medaille in der Altersklasse M60. Sein Sohn Moritz finishte das Sprint-Rennen (0,750 km - 19,7 km - 5 km) als Siebter M20 (1:09:06). Anke Lakies wurde Sechste ihrer Altersklasse.



Bernd Lange

## DM über die Olympische Distanz in Düsseldorf

### Titel-Triple für SHTU-Athleten

Der Triathlon-Kurs in Düsseldorf war für das Mitfavoriten-Trio aus Schleswig-Holstein tatsächlich wie erhofft ein sehr gutes Pflaster. Lisa Müller-Ott (USC Kiel), Margit Bartsch und Heiko Hentrop (beide SG Athletico Büdelsdorf) lieferten bei den Deut-

schen Altersklassen-Meisterschaften auf Olympischer Distanz erstklassige Rennen ab und machten so einen dreifachen SHTU-Erfolg perfekt.

Nach dem Schwimmen im warmen Rhein-Wasser mit Neoprenverbot sorgten sintflutartige Regenfälle dafür, dass es auch auf den Rennrädern nass blieb. Lisa Müller-Ott vom USC Kiel zeigte sich topfit und verteidigte den Vorjahres-Titel. Sie finishte nach 2:06:33 Stunden als Siegerin Altersklasse AKF3 souverän. Margit Bartsch gewann einmal mehr ihre AK (2:19:39 Std.). Ihr Athletico-Vereinskamerad Heiko Hentrop (2:25:37 Std.) trumpfte ebenfalls bärenstark auf. Als Triumphator AK Senioren 7 zeigte der Oldie, dass er längst noch nicht zum alten Eisen gehört.



Margit Bartsch

### DM Langdistanz in Roth

#### Liesa Schmidt bejubelt Titel

Zum 30-jährigen Jubiläum des Triathlons in Roth (3,8 km -180 km - 42,195 km) wurden bei sengender Sonne mit bis zu 33 Grad Celsius im Schatten sämtliche Temperatur-Höchstwerte getoppt.

Im fränkischen Triathlon-Mekka feierten zwei schleswig-holsteinische Eisenfrauen ihre erfolgreiche Doppel-Premiere. Liesa Schmidt (Ratzeburger SV) siegte nach 10:16:19 Stunden in ihrer Altersklasse AK W25: „Mein erster Titel überhaupt. In

Roth zu gewinnen, ist natürlich etwas ganz Besonderes“, freute sich die 26-Jährige, die ihre Kräfte perfekt eingeteilt hatte. Lisa Müller-Ott belohnte sich selbst in 10:24:19 Stunden mit der Bronze-Medaille der W30. Ihre Kieler USC-Vereinskameradin Daniela Hafner (11:17:54 Std./ 7. W30) und Angelika Teufert vom TuS Holtenau (11:48:17 Std./ 10. W45) sorgten für weitere TopTen-Plätze der „Eisenfrauen“ aus dem Norden. IronMan-Routinier Michael Krüger (USC Kiel) war als Sechster der M 50 in 10:16:53 Stunden schnellster Mann aus der SHTU.



Lisa Müller-Ott (l) und Liesa Schmidt (r).

### IronMan Europe in Frankfurt

#### Schnelle SHTU-Eisenmänner am Main

Gleich mehrere eisenharte SHTU-Athleten unterboten beim IronMan Europe in Frankfurt die Zehn-Stunden-Marke. Andreas Drosdowski (LAV Husum) war in 9:43:52 Stunden (40. M 40) der schnellste SHTU-Athlet in Hessen. Sven Schulze vom Polizei-SV Eutin war in 9:44:58 Stunden (46. M35) und Michael Herling (Trias Flensburg / 9:48:55 Std. / 45. M 40) folgten nur wenige Minuten später ebenfalls mit ganz starken Ergebnissen.

### DM Para-Triathlon in Hamburg

#### Lars Hansen auch an der Alster vorn

Bei den Deutschen Meisterschaften der Para-Triathleten auf der Sprintdistanz vor der imposanten Kulisse der Hamburger City durfte Lars Hansen vom TSV Schleswig jubeln. Nachdem er auf der noch kürzeren Supersprintdistanz bereits schon zwei Mal den Titel hatte gewinnen können, gelang dem 33-jährigen nun erstmals auch auf der Sprintdistanz der Sieg in seiner Wertungsklasse Tri 4 (Armbehinderungen). In Abwesenheit des zuletzt unbesiegbaren Martin Schulz konnte Hansen nun von der Spitze aus das Renngeschehen bestimmen und gewann in 1:06:52 Stunden.

Mit Claudia Just (Norderstedt / 2. Platz Tri 4) und Janina Hübner (Itzehoe / 3. Platz Tri 4) kämpften sich auch zwei weitere SHTU-Triathletinnen mit Handicap aufs Podium.

### Triathlon-WM in Edmonton (Kanada)

#### Margit Bartsch setzt Silber-Glanzlicht

Mit zwar kleinem, aber feinem Kader feierten Schleswig-Holsteins Triathlon-Riegen bemerkenswert große Achtungserfolge bei den Altersklassen- Weltmeisterschaften im kanadischen Edmonton. Margit Bartsch (SG Athletico Büdelsdorf) gewann auf Olympischer Distanz nach 2:35:10 Stunden Silber der Klasse W 60. Andreas Schönrock (Fri Öowingsfloose) bewies als Fünfter der M 30 in 2:00:23 Stunden seine Klasse. Anke Lakies (VfL Oldesloe) rundete mit dem sechsten Platz im Sprint (1:15:14 Std.) die gute SHTU-Bilanz in Kanada ab.

### IronMan-WM auf Hawaii (USA)

#### Michael Krüger auf Rekordkurs

Beim 38. Ironman Hawaii avancierten fünf Schleswig-Holsteiner unter 2187 eisernen Männern und Frauen erfolgreich zu sportlichen Helden.

Die drei M-50-Athleten Hilton Meneely (22. Platz, 10:25:35), Michael Krüger (57., 11:00:34 / beide USC Kiel) und Jörn Lauk von der SG Wasserratten Norderstedt (35., 10:37:14) erzielten respektable Altersklassen-Resultate. Auch Sven Tödtloff (Tri Team Neumünster, 179. M45, 12:08:02) überwand allen Widrigkeiten zum Trotz seinen inneren Schweinehund bis zum Ziel. Paratriathlet Lars Hansen (TSV Schleswig), der seinen Startplatz bei der IronMan-Lotterie gewonnen hatte, gab just beim Klassiker sein Langdistanz-Debüt. Nach 13:17:19 Stunden hatte er den härtesten Wettkampf seiner Karriere bewältigt und wurde im Ziel als schnellster Finisher aller Athleten mit Behinderung gefeiert. Extrem heiße Temperaturen und heftiger Gegenwind verlangten Lars Hansen kräftemäßig alles ab. „Wegen der starken Böen konnte ich kaum mal den Lenker vom Rennrad los lassen, um zu essen oder zu trinken“, berichtete Hansen.

Dass der inzwischen 50-jährige Michael Krüger zum 18. Mal (!) den Ironman Hawaii bei Tageslicht beendete, dürfte wenigstens national rekordverdächtig sein.



Lars Hansen

# >> Wettkämpfe zwischen Nord- und Ostsee



Start in die Saison. > Foto: Foto-Marzi

## 4. Langenberg-Crossduathlon

### Strecke rechtzeitig von Sturmschäden befreit

ENGE-SANDE, 29.03.2014 >> Mit dem 4. Langenberg-Crossduathlon in Enge-Sande eröffnete die schleswig-holsteinische Triathlonszene die Saison 2014. Bei den Einzelstartern siegten nach 4,5 km Laufen, 11 km Radfahren und nochmals 4,5 km Laufen mit Jutta Lützen- Junge (Fri Öowingsfloose) und Jens Homrighausen (MTV Leck) zwei Assen aus Südtondern. Insgesamt 19 Teams und 16 Einzelstarter waren in Enge-Sande am Start. Bei strahlendem Sonnenschein und Windstille kamen sowohl begeisterte Zuschauer als auch hochmotivierte Sportler auf ihre Kosten. Ohne den beherzten Einsatz von Werner Sörensen wäre der diesjährige Wettkampf aufgrund der noch versperreten Wege jedoch in Gefahr gewesen. Diverse durch Sturm „Christian“ umgestürzte Bäume mussten vor dem Rennen noch entfernt werden, ehe mit einer kleinen Streckenänderung dann durch den frühlingshaften Forst gerannt und gerdelt werden konnte.

## 7. Elmshorner „Swim and Run“

### Rekordbeteiligung an der Krückau

ELMSHORN, 30.03.2014 >> Mit fast 100 Anmeldungen brach der 7. Swim&Run-Wettkampf in Elmshorn alle Rekorde. Die Athleten, die sich angemeldet hatten, trafen eine gute Entscheidung. Nach Kälte und Schnee im letzten Jahr wurden sie diesmal mit herrlichem Frühlingswetter belohnt. Da das Krückau-Stadion in diesem Jahr nicht zur Verfügung stand, fand die gesamte Veranstaltung rund um die Tragflughalle statt, so dass einige Änderungen an den Laufstrecken nötig wurden. Nach dem Schwimmen in der neuen Tragflughalle entwickelten sich auf den Laufstrecken interessante Wettkämpfe auf hohem Niveau. Besonders die Jugendlichen aus Itzehoe und Bargtheide, die mit großen Mannschaften angereist waren, lieferten sich packende Duelle. Insgesamt kam die Verlegung des Laufstarts in den Badepark gut an. Frederic Süßmann vom SC Itzehoe und Stina Mick vom TSV Bargtheide waren auf der langen Strecke die schnellsten Athleten des Tages.



Nach dem Schwimmen ging's zum Laufen. > Foto: Tri-EMTV



Ulrike Harksen war die Schnellste im Regen. > Foto: Binder

## 7. Kropp-Triathlon

### Dauerregen zum Start der Triathlonsaison

KROPP, 11.05.2014 >> Nachdem bereits bei den beiden vergangenen Auflagen des Kropp-Triathlons empfindlich kühle Temperaturen das ansonsten dem Triathlon anhaftende Sommerfeeling vermissen ließen, gerieten die Witterungsbedingungen beim 7. Kropp-Triathlon noch eine Schippe ungemütlicher. Unaufhörlicher Dauerregen mit teilweise heftigen Schauern sorgte für äußerst raue Verhältnisse. Außer der Siegerehrung, die angesichts aufweicherender Urkunden gestrichen wurde, musste jedoch kein Programmpunkt des langen Wettkampftages entfallen. Sowohl bei den Cracks der Szene als auch bei den Breitensportlern besiegte die Lust auf Triathlon den Frust über das miese Wetter. Insgesamt 235 Aktive meisterten am Kropper Freibad erfolgreich eine der vier Wettkampfdistanzen.

Beim Sprintwettkampf (700 m - 20 km - 5 km) knüpften die Vorjahresgewinner an ihre Erfolge an. Ulrike Harksen von der SG Athletico Büdelsdorf machte mit ihrem dritten Sieg in Folge sogar ihren Kropper Sieges-Hattrick perfekt. Die 37-jährige feierte nach 1:13:37 Stunden einen am Ende ungefährdeten Erfolg vor der Eckernförderin Anja Heil. Auch bei den Männern setzte sich mit dem Kieler Birger Jörgensen der Gewinner von 2013 erneut durch. Der 31-jährige legte bereits im wohltemperierten Schwimmbecken die Grundlage für seinen dritten Sieg in Kropp, ehe er mit schnellem Tempo auch auf dem Rad und in Laufschuhen die Spitzenposition souverän verteidigte. In 1:02:06 Stunden siegte Jörgensen vor Stefan Kratzenstein (USC Kiel/1:03:48 Std.)

Bei dem Sprintwettkampf (700 m - 20 km - 5 km) knüpften die Vorjahresgewinner an ihre Erfolge an. Ulrike Harksen von der SG Athletico Büdelsdorf machte mit ihrem dritten Sieg in Folge sogar ihren Kropper Sieges-Hattrick perfekt. Die 37-jährige feierte nach 1:13:37 Stunden einen am Ende ungefährdeten Erfolg vor der Eckernförderin Anja Heil. Auch bei den Männern setzte sich mit dem Kieler Birger Jörgensen der Gewinner von 2013 erneut durch. Der 31-jährige legte bereits im wohltemperierten Schwimmbecken die Grundlage für seinen dritten Sieg in Kropp, ehe er mit schnellem Tempo auch auf dem Rad und in Laufschuhen die Spitzenposition souverän verteidigte. In 1:02:06 Stunden siegte Jörgensen vor Stefan Kratzenstein (USC Kiel/1:03:48 Std.)

## 22. Wa(h)l-Triathlon

### Rike Kubbilus rast der Konkurrenz davon

BRUNSBÜTTEL, 25.05.2014 >> Als appetitmachender Triathlon vor interessanter Kulisse präsentierte sich früh in der Saison einmal mehr der Wa(h)l-Triathlon in Brunsbüttel. Über 300 Aktive waren am Nord-Ostsee-Kanal schon früh in der Saison mit viel Lust aktiv. Das Sprintrennen (0,75 km - 20 km - 5 km) gewann der Hamburger Jonas Hafermann in 59:56 Minuten vor Nils Meyer vom SC Itzehoe und blieb damit als einziger Starter



Tolle Kulisse bei der letzten Disziplin. > Foto: Meyer

unter einer Stunde. Das Damenrennen entschied Rike Kubilus vom TSV Bargtheide in 1:03:07 Stunden mit klarem Vorsprung für sich. Mit einer famosen Radleistung setzte sich die 19-jährige schon früh von ihren Konkurrentinnen ab und gab die Führung nicht mehr aus der Hand.

## 6. Hachede-Triathlon

### Hanna Winckler beginnt Triathlonkarriere mit Sieg

GEESTHACHT, 08.06.2014 >> Für Schleswig-Holsteins Triathleten ging es beim ersten Freiwasser-Wettkampf der Saison gleich doppelt zur Sache. Im Rahmen des 6. Hachede-Triathlons in Geesthacht ermittelten die Ausdauer-Dreikämpfer in und an der Elbe ihre Landesmeister auf der Sprintdistanz (0,75 km - 20 km Rad - 5 km Laufen). Die Athleten aus den Klubs der Triathlon-Landesliga kämpften in Geesthacht zudem um die ersten Punkte.

Als erfolgreichster Verein in der Damenkonkurrenz gewannen die Damen von den TriAs Flensburg, die als Mannschafts-Landesmeisterinnen von 2013 auf einen Aufstieg in die Re-

gionalliga verzichtet hatten, die Tageswertung der Triathlon-Landesliga und holten bei den Titelkämpfen das Maximum an Medaillen. Das Glanzlicht des erfolgreichen TriAs-Tages setzte die 26-jährige Hanna Winckler. Die TriAs-Newcomerin startete in Geesthacht mit voller Energie durch und ließ auf der Sprintdistanz die gesamte Damenkonkurrenz hinter sich. In 1:05:43 Stunden lief Winckler sowohl SHTU-Landeskader-Juniorin Stina Mick (TSV Bargtheide/ 1:07:35 Std.) als auch die AgeGrouper-Vize-Europameisterin Anke Lakies (VfL Oldesloe/ 1:07:55 Std.) davon. Für die jüngste Athletin der TriAs-Riege, die auch erst seit wenigen Monaten zur Trainingsgruppe der Flensburger zählt, war der Wettkampf in Geesthacht der erste Triathlon ihrer Karriere, der mit dem Gesamtsieg einen perfekt gelungenen Einstieg in die Triathlonwelt bedeutete.



Debüt mit Sieg für Hanna Winckler.  
> Foto: Binder

Bei den Männern präsentierte sich Tobias Melnyk vom Möllner SV in bester Sprintlaune. Mit einem schnellen Lauf zog der 23-jährige auf den letzten Metern noch an Marcel de Lannoy (TriEndurance Germany) vorbei und schnappte sich in 58:24 Minuten mit fünf Sekunden Vorsprung den Titel. Jean-Pierre de Lannoy wurde Dritter.

## Die SHTU-Landesmeister 2014

### Triathlon Sprintdistanz

#### Offene Klasse

Frauen Hanna Winckler, TriAs Flensburg

Männer Tobias Melnyk, Möllner SV

#### Frauen

AK 1 (20-24) Kendra Wohlleben, Eckernförder MTV

AK 2 (25-29) Hanna Winckler, TriAs Flensburg

AK 3 (30-34) Kristina Iversen, TriAs Flensburg

AK 4 (35-39) Susan Arndt, TriAs Flensburg

Sen 1 (40-44) Anja Heil, Eckernförder MTV

Sen 2 (45-49) Anke Lakies, VfL Oldesloe

Sen 3 (50-54) Britta Wiesmann, SG Wasserratten Norderstedt

Sen 4 (55-59) Heike Kaack, SG Athletico Büdelsdorf

Sen 5 (60-64) Margit Bartsch, SG Athletico Büdelsdorf

#### Männer

AK 1 (20-24) Tobias Melnyk, Möllner SV

AK 2 (25-29) Jean-Pierre de Lannoy, Tri Endurance German

AK 3 (30-34) Dirk Wunderlich, TriAs Flensburg

AK 4 (35-39) Daniel Tomann, Tri-Sport Lübeck

Sen 1 (40-44) Matthias Dahlmann, Ratzeburger SV

Sen 2 (45-49) Sven Tödtloff, Tri Team Neumünster

Sen 3 (50-54) Frank Groen, Polizei-SV Eutin

Sen 4 (55-59) Hinnerk Timme, TSV Fahrdorf

Sen 5 (60-64) Jens Dahl, Borener SV

Sen 6 (65-69) Manfred Fietzek, Eckernförder MTV

Sen 7 (70-74) Heiko Hentrop, SG Athletico Büdelsdorf

## 6. SCI-Triathlon in Hohenlockstedt

### Fest für Triathlon-Fans

HOHENLOCKSTEDT, 15.06.2014 >> Voll auf ihre Kosten kamen in Hohenlockstedt die Freunde des Dreikampfes aus Schwimmen, Radfahren und Laufen. Beim 6. SCI-Triathlon im und am Badesee Lohmühle nutzten rund 500 Triathleten die Gelegenheit, vor vielen Zuschauern einen stimmungsvollen Wettkampf zu



Tempo auf dem Rad. > Foto: Beltz

# 7. SCI Triathlon

## Volksdistanz & Sprintdistanz & Staffel

# am 28. Juni 2014

erleben. Der besondere Reiz der Örtlichkeit an der Lohmühle, dass alle drei Disziplinen für die Besucher mit nur wenigen Schritten gut einzusehen sind, macht das Rennen für Beobachter äußerst attraktiv. Auch die Organisatoren des SC Itzehoe waren sowohl mit der Resonanz als auch mit dem Verlauf bei tollen äußeren Bedingungen sehr zufrieden. „Es hat alles sehr gut funktioniert dank unseres tollen Helferteams“, sagte Spartenleiter Andre Beltz. Die Umstellung im Programm wurde gut angenommen. Die Organisatoren hatten diesmal auf den Wettbewerb in der Olympischen Distanz verzichtet und dafür als neuen Wettbewerb den Teamsprint eingeführt.

Einen Erfolg für einen Lokalmatadoren gab es im Wettbewerb über die Volksdistanz. Hier gewann SCI-Talent Nico Eim in 1:02:18 Stunden ungefährdet. Schon nach dem Schwimmen kam der 18-jährige Schüler mit einer Minute Vorsprung aus dem Wasser und ließ sich den ersten Platz nicht mehr nehmen.

Schnellste Frau war Kirsten Dreier (Echterdingen), die in 1:12:25 Stunden die Rostockerin Stefanie Schulz knapp hinter sich ließ.

### 2. Lübecker Sieben-Türme-Triathlon

#### Dreikampf vor malerischer Kulisse

LÜBECK, 15.06.2014 >> Der Tri-Sport Lübeck veranstaltete zum dritten Mal erfolgreich den Sieben-Türme-Triathlon in der Lübecker Innenstadt. Die zahlreichen Teilnehmer waren überglücklich mit Wetter, Strecke und gelungener Organisation. Ein Triathlon direkt vor der malerischen Kulisse der mittelalterlichen Lübecker Altstadt samt seiner sieben Türme – das war der lang gehegte Traum des Tri-Sport Lübeck. Inzwischen ist der City-Dreikampf zu einem der größten Triathlonevents im Norden avanciert. Teilnehmer reisen aus ganz Deutschland an. Geschwommen wurde wieder in der diesmal 19,6 Grad warmen Kanaltrave, die Räder schnellten über die Travemünder Allee und die Läufer jagten sich rund um den Kanal. Mittenrin: Die Huxwiese als Wechselzone, rundherum Stände mit Sportartikeln, Getränken und anderen lukullischen Genüssen. Auch für den Spaß der Zuschauer war so gesorgt. Denn von diesem zentralen Punkt aus gab es ständig Athleten auf unterschiedlichen Positionen zu beobachten, da die Starts zeitlich gestaffelt wurden.

Liesa Schmidt vom Ratzeburger SV wiederholte ihren Vorjahreserfolg über die Olympische Distanz in 2:17:27 Stunden mit klarem Vorsprung. Bei den Herren siegte Birger Luckow aus Hamburg in 2:06:51 Stunden vor dem Ratzeburger Matthias Dahlmann (2:08:17 Std.).

Ein Siegerpäarchen gab es auf der Sprintdistanz zu bejubeln, wo Jana Uderstadt und Marc Rink aus Worms sich gemeinsam über ihre ersten Plätze freuten.



Sicher ins warme Wasser mit Leiter. > Foto: Voigt

### 15. Midsummer-Triathlon in Grobensee

#### Birger Jörgensen gewinnt in der Abendsonne

TRITTAU, 19.06.2014 >> Nach dem Gewitterabbruch erlebten die Athleten dieses Mal in Trittau wieder einen tollen Wettkampf in schöner Umgebung. Erstmals wurde der Midsummer-Triathlon schon zwei Tage vor dem längsten Tag des Jahres gestartet. Im Sprintwettkampf gewann Birger Jörgensen vom USC Kiel in 56:29 Minuten mit deutlichem Vorsprung vor dem Hamburger Benjamin Trocha. In dem ausschließlich mit Hamburgerinnen besetzten Damenfeld war Sonja Barth von den Triabolos die Schnellste.

### 11. Triathlonfestival „Gegen den Wind“

#### Der Wind bremste den Triathlon aus

ST. PETER-ORDING, 21.06.2014 >> Rund 900 Lauf- und Triathlonfreunde zelebrierten am Strand von St. Peter-Ording das große Ausdauerfestival „Gegen den Wind“, das in diesem Jahr seinem Namen mehr gerecht wurde, als es vielen Sportlern lieb war. Die Kraft der Natur an der Nordsee verlangte Sportlern und Veranstaltern jede Menge Energie ab. Zumindest bei der ersten Disziplin des Triathlons gaben die Ausdauerfans den Kampf gegen den Wind schon vor dem Start verloren. Angesichts von Wellen mit bis zu zwei Metern Höhe war selbst den ganz Hartgesotenen unter den Triathlonfreaks nicht der Sinn nach Schwimmen in der Nordsee. Für die Veranstalter war ohnehin klar, dass die Sicherheit der Teilnehmer oberste Priorität hat. „Bei den Bedingungen wäre das Risiko zu groß. Das war schon sehr heftig“, begründete Organisator Luigi Bariani die Entscheidung, aus dem Triathlon einen Duathlon zu machen. Das Schwimmen wurde durch eine zusätzliche Laufetappe ersetzt.

Selbst gestandene Nordfriesinnen wie die mehrfache Siegerin Imke Oelerich hatten auf dem Rennradsattel Schwerstarbeit zu verrichten. Wie fast alle Starter, die sich auf das erste Meeresschwimmen in diesem Jahr gefreut hatten, nahm auch die nun für den ASV Köln startende Athletin von der Westküste die Planänderung mit der für Gegen-den-Wind-Stammgäste notwendigen Gelassenheit. Die laufstarke 24-jährige setzte schon vor dem ersten Wechsel an die Spitze und ersparte sich die sonst gewohnte Aufholjagd auf dem Rad. Nach 2:09:45 Stunden überquerte sie die Ziellinie als alte und neue Siegerin des Triathlonevents am Nordseestrand. In der Männerkonkurrenz gewann Gero Jendretzki von der TSG Burg Gretesch in 2:00:12 Stunden.



Imke Oelerich war am Nordseestrand nicht zu stoppen. > Foto: Tossi



Tolles Ambiente für die erste Disziplin. > Foto: Klipp

## 20. Eutiner Rosenstadt-Triathlon

### Lange und Adlung holen die Meistertitel

EUTIN, 21.06.2014 >> Im Rahmen des 20. Rosenstadt-Jubiläums wurden in Eutin großartige Triathlon-Wettkämpfe geboten. Von den Profis der 2. Bundesliga Gruppe Nord beim dritten Saisonrennen, über die leistungsorientierten schleswig-holsteinischen Amateure bis hin zum lupenreinen Hobby-Sportler oder jungen Talent betrieben fast 450 Finisher beste Werbung für das Kombinations-Spektakel aus Schwimmen, Radfahren und Laufen.

Ehre, wem Ehre gebührt – passend zum feierlichen Anlass machte die 2. Bundesliga erneut Zwischenstation in der Rosenstadt. Als prominentester Triathlet war Jan Raphael (Hannover 96) mitten drin im Getümmel über die Olympische Distanz. Noch einen Tick schneller als der auf dem achten Platz einlaufende zweimalige Gewinner des Ironman Germany waren jedoch einige andere Ligaasse. Als Einzel-Gesamtsieger führte Diederik Scheltinger (SC Bayer 05 Uerdingen, 1:53:42 Std.) den Reigen der 41 Cracks an, die das Rennen trotz widriger Witterungsbedingungen unter der stattlichen Zwei-Stunden-Schallgrenze absolvierten.

Quasi auf Rosen gebettet wurden in Eutin im Rahmen der Offenen Landesmeisterschaften über die Olympische Distanz zudem alle leistungsorientierten Amateure Schleswig-Holsteins.

In der Holsteinischen Schweiz spielte Bettina Lange vom TSV Bargtheide einmal mehr ihre Klasse aus. Auf der Radstrecke hängte die erfahrene Altersklassenathletin ihre 25 Jahre jüngere Vereinskameradin Rike Kubillus ab und sicherte sich in 2:17:35 Stunden den Titel. „Der heftige Wind und die hohen Wellen beim Schwimmen haben den kleinen Eutiner See heute

## Die SHTU-Landesmeister 2014

### Triathlon Olympische Distanz

#### Offene Klasse

Frauen *Bettina Lange, TSV Bargtheide*

Männer *Dominic Adlung, USC Kiel*

#### Frauen

AK 1 (20-24) *Rilke Kubillus, TSV Bargtheide*

AK 2 (25-29) *Franziska Nicklas, Tri-Sport Lübeck*

AK 4 (35-39) *Regina Dahl, Borener SV*

Sen 1 (40-44) *Anja Heil, Eckernförder MTV*

Sen 2 (45-49) *Bettina Lange, TSV Bargtheide*

Sen 3 (50-54) *Nicola Lange, USC Kiel*

#### Männer

AK 1 (20-24) *Tobias Böike, MTV Leck*

AK 2 (25-29) *Jan Stelzner, Tri-Sport Lübeck*

AK 3 (30-34) *Dominic Adlung, USC Kiel*

AK 4 (35-39) *Frank Wichmann, SG Athletico Büdelsdorf*

Sen 1 (40-44) *Dirk Timpke, Trias Bad Schwartau*

Sen 2 (45-49) *Sven Tödloff, Tri Team Neumünster*

Sen 3 (50-54) *Frank Groen, Polizei-SV Eutin*

Sen 4 (55-59) *Jan Lührs, Eckernförder MTV*

Sen 5 (60-64) *Jens Dahl, Borener SV*

Sen 6 (65-69) *Manfred Fietzek, Eckernförder MTV*

Sen 7 (70-74) *Heiko Hentrop, SG Athletico Büdelsdorf*

eher in einen Wildwasserkanal verwandelt. Das war schon anstrengend, machte mir jedoch nichtsdestotrotz großen Spaß“, erklärte die Landesmeisterin nach einem der strapaziösesten Wettkämpfe ihrer Karriere. Hinter der 19-jährigen Kubillus komplettierte Franziska Nicklas von TriSport Lübeck die Podiumsplätze. Bei den Männern gewann Dominic Adlung vom USC Kiel in 2:02:40 Stunden ebenfalls souverän vor Sven Tödloff (TriTeam Neumünster) und Jan Stelzner (TriSport Lübeck).



Tempojagd im Ladelunder Regen. > Foto: Schmidt

## 8. Ladelunder Jedermann-Triathlon

### Spannendes Finale auf der Laufstrecke

LADELUND, 27.06.2014 >> Später als gewohnt hatten die Veranstalter zum Ladelunder Jedermanntriathlons. Trotz des sommerlichen Termins blieb den über 100 Teilnehmern jedoch der Regen nicht erspart. Pünktlich vor dem Start setzte in Südtondern ein Landregen ein, der sich im Laufe des Wettkampf immer weiter steigerte, den Aktiven aber nicht den Spaß vermieste.

Bei den Männern lieferte sich eine fünfköpfige Spitzengruppe einen großen Kampf. Im Ziel lag Dirk Wunderlich von TriAs Flensburg nach 35:06 Minuten nur knapp vor Jens Homrighausen vom MTV Leck (35:19). Bei den Frauen gewann Kristina Iversen von den TriAs Flensburg mit starken Schwimm- und Radleistungen in 40:51 Minuten vor Vorjahressiegerin Jutta Lützen-Junge, deren Aufholjagd auf der Laufstrecke das Rennen spannend machte, aber am Ende nicht ganz reichte.

## 4. Husum-Triathlon:

### Triathlon mit echtem Nordsee-Feeling

HUSUM, 28.06.2014 >> Bei herrlichem Sonnenschein fand in Schobüll erneut der Husum-Triathlon statt, bei dem es erstmals in dieser Saison auch ins offene Meer der Nordsee ging. Nach dem 500 m langen Schwimmen in den 20 Grad warmen



Der lange Weg vom Meer zum Rad.  
> Foto: Möller

Wellen ging es auf die windige Radstrecke über Nordstrand, ehe in Schobüll auf der Laufstrecke die Entscheidung fiel. Marco Slotosch vom MTV Leck als stärkster Mann und Hannah Jelinek von TriAs Flensburg als Frauensiegerin waren die Sieger des familiären Rennens an der Küste.

„Ich bin zufrieden mit dem Wettkampf, hätte mir aber ein paar mehr Teilnehmer gewünscht“, sagte Organisator Björn Nahnsen, der zusammen mit Sabine Möller die Voraussetzungen dafür geschaffen hatte, dass er alle Teilnehmer wieder wohlbehalten im Ziel begrüßen konnte.

### 21. Poggensee-Triathlon

#### Anke Lakies zurück auf der obersten Stufe

BAD OLDESLOE, 29.06.2014 >> Mit rund 150 Sportlern aus ganz Norddeutschland – darunter mit Nick Hämmerling vom SC Weyhe auch ein blinder Triathlet – zeigte sich der Poggensee-Triathlon wieder als bunter Wettkampf für die Dreikämpfer in Stormarn.

Bei Nieselregen und rutschigen Straßen war rund um Oldesloe auch Vorsicht und Geschick bei den knapp 100 Startern gefragt. „Da muss man wissen, welches Risiko man geht. Ich trete lieber ein Mal mehr auf die Bremse“, sagte Anke Lakies vom VfL Oldesloe, die sich nach Rang zwei im Vorjahr den obersten Platz auf dem Siegerpodest zurückeroberte (1:17:45 Std.). Bei den Männern setzte sich Stephan Birnmeyer von den Trias Bad Schwartau gegen als Konkurrenten durch.

### 24. Herrenkoog-Triathlon

#### Kölner Siege im hohen Norden

RISUM-LINDHOLM, 05.07.2014 >> Strahlender Sonnenschein und exzellente Wettkampfbedingungen machten die 24. Auflage des Herrenkoog-Triathlons erneut zu einem Leckerbissen in der Szene. Auffallend war insbesondere die starke internationale Beteiligung mit zahlreichen Teilnehmern aus Dänemark und auch Teams aus Großbritannien sowie vielen Athletinnen und Athleten, die den Weg nach Nordfriesland auch von außerhalb der Grenzen Schleswig-Holsteins gefunden hatten. Dies fand seinen Niederschlag auch bei der Vergabe der

Podestplätze. Nachdem sich bei den Herren über die Jedermann-Distanz die beiden Dänen Andreas Petz (Apenrade, 1:02:30 Std.) und Alexander Salby (Rödékro, 1:04:58 Std.) noch vor dem Lokalmatadoren Tobias Bölke (MTV Leck, 1:08:13 Std.) behaupten konnten, war die Entscheidung bei

den Damen Sache der Nordfriesen. Hier setzte sich in ihrer ersten Triatlonsaison Eike Petersen (Fri Öowingsfloose, 1:12:26) deutlich vor den beiden Leckerinnen Tanja Röwer (1:15:21 Std.) und Anne Becker (1:17:41 Std.) durch. Die Mitteldistanz bei den Herren wurde von auswärtigen Athleten dominiert. Ungefährdet setzte sich dabei Robert Skazidroga (Kölner Tri Team, 3:46:14 Std.) vor seinem Vereinskameraden Sören Wallmen (3:59:45 Std.) und einem starken Niels Asbjörn Schuldt (Trias Flensburg, 4:02:14 Std.) durch. Die Damenkonkurrenz im Herrenkoog wurde einmal mehr von Imke Oelerich (ASV Köln, 4:20:50) beherrscht, die einen ungefährdeten Start-Ziel Sieg feiern konnte. Abgerundet wurde der Herrenkoog-Triathlon vor vielen Zuschauern und Gästen durch den Kindertriathlon.

### 7. Itzehoeer Schülertriathlon

#### Tolle Leistungen und wechselhaftes Wetter

ITZEHOE, 01.07.2014 >> Der 7. Itzehoeer Schülertriathlon hatte es mal wieder in sich: Dramatische Zweikämpfe, tränenreiche Szenen in der Wechselzone, lachende Schüler und viel gute Stimmung. 60 Helfer vom SC Itzehoe und der Auguste-Victoria-Schüler Itzehoe hatten alles perfekt vorbereitet – na ja fast perfekt, da es mit dem Wetter nicht so passte. 20 Schulen meldeten über 300 Schüler, die in neun Startgruppen ins Wasser gingen – neun Mal tolle Szenen beim Massenstart. Raus aus dem Becken ging es mit Hilfe der vielen Helfer. Einige Leichtgewichte hatten wieder einen Freiflug an Land gebucht. Die zahlreichen Helfer schnappten sich die Arme von den Schwimmern und schon waren sie aus dem Becken gehoben. Der Wechsel war wieder extrem kompliziert, da viele zum ersten Mal nass ins Shirt und in die Schuhe wollten. Und wie war noch mal die Reihenfolge? Erst Helm und dann T-Shirt oder doch andersrum? Und warum die schicke Badekappe nach dem Schwimmen gleich wieder absetzen, wenn man sie auch unterm Helm und später beim Laufen tragen kann? In Itzehoe gab es wieder sehr viele glückliche Kinder zu sehen. Bei Jugend trainiert für Olympia, dem Teamwettkampf der weiterführenden Schulen, gab es einen Wettkampf zu sehen, der an Spannung nicht ge-toppt werden konnte. Erst nach haargenauer Auswertung der Zeiten war es dann das Ergebnis „klar“: Mit 1:27:39 zu 1:27:40 Stunden sicherte sich das Kopernikus-Gymnasium aus Bargtheide denkbar knapp den Sieg vor den in den Vorjahren stets siegreichen Athleten der AVS Itzehoe.

### 19. Bargtheider Schülertriathlon

#### Jeder Finisher war ein Sieger

BARGTHEIDE, 06.07.2014 >> Nachdem schlechtes Wetter den Aufbau am Vortag noch stark behindert hatte, strahlte am Wettkampftag die Sonne vom Himmel. Traditionsgemäß ertönte



Mit Energie durch den Koog.  
> Foto: Foto-Marzi.



Nur Gewinner in Bargtheide. > Foto: Schott

## Wettkämpfe zwischen Nord- und Ostsee

als Eröffnungssong „Time“ von Pink Floyd aus den Boxen. Über 130 Helfer waren dabei, um den fast 500 Startern einen tollen Wettkampf zu ermöglichen. Als erstes gingen die Schüler D mit einem Swim&Run auf die Strecke. Danach folgten die „normalen“ Triathlonstarts der anderen Schülerklassen. Den Abschluss bildete ein Teamsprint der Jugend und Junioren. Dieses von den Profis bekannte Wettkampfformat hat sich mittlerweile schon im Bargtheider Wettkampfplan etabliert. Nach wie vor gilt in Bargtheide das Motto „Jeder Finisher ein Sieger“. So marschierten alle Teilnehmer begleitet von Fanfare und stimmungsvoller Musik ins Stadion ein, um sich bei einer der beiden Siegerehrungen von den Veranstaltern und den insgesamt 1.500 Zuschauern den verdienten Applaus abzuholen.

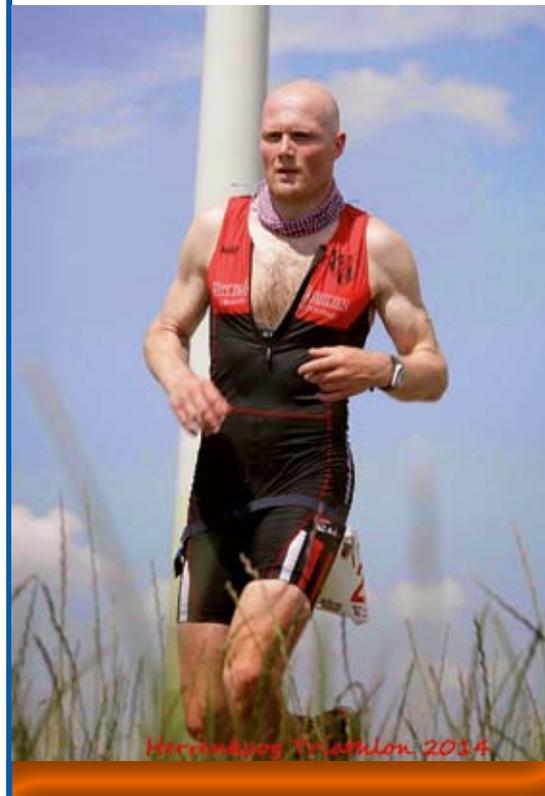
### 4. FisherMan-Triathlon

#### Fußballer kamen ins Schwitzen

HEILIGENHAFEN, 06.07.2014 >> Heiligenhafen präsentierte sich 2014 erneut als Triathlonhochburg mit Schönwettergarantie. Mit insgesamt fast 500 Meldungen gab es das vierte Mal in Folge einen neuen Anmelderekord. Auch das Wetter war auf dem Sonnendeck der Ostsee ebenfalls das vierte Mal in Folge wieder perfekt. Die Stimmung war bei den Teilnehmern und den rund 2500 Zuschauern geradezu ausgelassen. „Es passt alles, wir sind sehr zufrieden“, sagte Organisator Stefan Bernsee, der auch als Moderator fungierte und für gute Laune sorgte. Den

Startern des Sprinttriathlons (0,75 km - 20 km - 5 km) folgten wenig später die „Jedermann“, die 250 Meter weniger im Hafengebäcken schwimmen mussten. Als schnellste „Sprinter“ des Tages erreichten Anke Lakies vom VfL Oldesloe (1:09:00 Std.) und Jean-Pierre de Lannoy (57:26 Min.) das Ziel.

Dass auch ein Jedermanntriathlon durchaus anspruchsvoll sein kann, mussten auch die gut trainierten Fußballer des Viertligisten VfB Lübeck erfahren. „Das Schwimmen ist nicht grad deren Paradedisziplin aber laufen können sie – das muss man ihnen lassen“, so Bernsee schmunzelnd nach dem Rennen. Ein VfB-Spieler sagte erschöpft aber glücklich im Ziel: „Wir haben als Team versucht unser bestes in den einzelnen Disziplinen zu geben. Das sah halt beim Schwimmen bei dem einen etwas besser und bei dem anderen etwas schlechter aus. Beim Laufen konnten wir dann aber alle nochmal punkten. Es war wirklich klasse, sowas zu erleben auch wenn es sehr anstrengend war. Die Top-Platzierten haben mich schon sehr mit ihrem Tempo beeindruckt.“ Besondere Höhepunkte waren für alle Athleten sowohl der Schwimmstart im Hafengebäcken, als auch der Zieleinlauf. Hunderte Schaulustige standen direkt am Beckenrand, als die Schwimmer aus dem Hafengebäcken stiegen und zur Wechselzone liefen. Die anspruchsvolle Radstrecke machte vielen Sportlern zwar zu schaffen, aber sie konnten sich auf die Unterstützung der Zuschauer verlassen, die mit Beifall und La-Ola-Welle die Aktiven förmlich ins Ziel trugen.



# 4. Juli 2015 im Herrenkoog Nordfriesland Schleswig-Holstein



Hafenidylle am Tag des FisherMan-Triathlons. > Foto: Bernsee



#### Jedermann

500 m   
24 km   
5 km 



#### Mitteldistanz

2 km   
84 km   
20 km 



#### Kinder Triathlon

100 m   
5 km   
1 km 



Brodeldes Ostseewasser im Binnenhafen.  
Foto: Hoy > [www.thomas-hoy.de](http://www.thomas-hoy.de)

## 2. Ostseetriathlon in Eckernförde

### Olympia-Teilnehmer hängt den Vorjahressieger ab

ECKERNFÖRDE, 27.07.2014 >> Pure Triathlonlaune für Athleten aller Altersklassen bot auch die zweite Auflage des Eckernförder Ostseetriathlons. Bei sommerlichen Bedingungen meisterten rund 320 Aktive den Ausdauer-Dreikampf am Borbyer Ufer und hatten sichtlich Spaß an der Herausforderung aus Schwimmen, Radfahren und Laufen. Ausgerechnet die jüngsten Starter mussten zum Auftakt der Veranstaltung noch einen heftigen Regenschauer aushalten, ehe die Starter der übri- gen Wettkämpfe dann wieder ein hochsommerliches Ambiente an der Ostsee genießen oder auch aushalten mussten. „Beim Laufen hat die Hitze echt gedrückt“, meinten die einen Teilnehmer. Andere dagegen sahen sich bei den warmen Temperaturen genau in ihrem Element. „So macht Triathlon doch richtig Spaß“, war die Einschätzung eines Freundes der sommerlichen Bedingungen. Ein Riesentalent, aber auch schon ein echtes Ass in der Triathlonwelt ist der 16-jährige Peer Sönksen vom SC Neubrandenburg. Mit einer fulminanten Leistung sicherte sich der frisch gebackene Deutsche Jugend-Meister den Gesamtsieg beim Ostseetriathlon und ließ selbst dem ebenfalls stark auftretenden Vorjahressieger Nick Hansen vom Borener SV keine Chance. Den Volkstriathlon aus 500 m Schwimmen, 18 km Radfahren und 5 km Laufen bewältigte Peer Sönksen in rasanten 50:01 Minuten und gewann vor Nick Hansen, der seine Siegerzeit aus dem Vorjahr um mehr als anderthalb Minuten auf 51:22 Minuten verbesserte.

Der gelungene Formtest in Eckernförde waren für den 16-jährigen Sönksen der letzte Formtest vor den Olympischen

Jugendspielen im chinesischen Nanjing, wo der in Itzehoe aufgewachsene Triathlet kurz darauf als Vierter nur denkbar knapp die Medaillenränge verfehlte.

Eine neue Siegerin gab es auch in der Konkurrenz der Damen. Hier düpierte eine Newcomerin aus Nordfriesland ihre Mitstreiterinnen. Die 30-jährige Eike Carstensen von Fri Ööwingsfloo- se lief nach 1:00:46 Stunden als schnellste Frau ins Ziel.

## 13. OstseeMan-Triathlon in Glücksburg:

### Marianne Poon und Jan Stelzner beste SHTU-Athleten

GLÜCKSBURG, 03.08.2014 >> Christian Nitschke ist auch im fünften Jahr in Folge der gefeierte Held bei Schleswig-Holsteins größtem Langdistanz-Triathlon. Der 29-jährige Rostocker gewann auch die 13. Auflage des OstseeMan-Triathlons in Glücksburg und verbesserte bei seinem fünften Sieg seinen eigenen Streckenrekord auf 8:24:41 Stunden. Nach 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42,195 km Laufen war der Rekordsieger und Streckenrekordhalter einmal mehr schneller als alle Konkurrenten und beendete damit einen wechselvollen Ausdauer-Dreikampf als glücklicher Champion. Nach dem Schwimmen in der ruhigen und mit 20 Grad Wassertemperatur wohltemperierten Flensburger Förde ging es für die Athleten nass weiter. Schon nach wenigen Radkilometer setzten in Angeln heftige Regengüsse ein, die zwar nach einer Zeit nachließen, den Aktiven aber ein nasse und glitschige Piste bescherten, auf der es zahlreiche Stürze und Radpannen gab. Beim nachmittäglichen Marathonlauf am Wasserschloss ließ dann die Sonne wieder den Schweiß der Athleten fließen. Nachdem Nitschke sich bis zum letzten Wechsel ein Kopf-an-Kopf-Rennen mit Till Schramm (Bergisch Gladbach) geliefert hatte, machte er mit einer starken Laufleistung seinen erneuten Triumph perfekt. „Trotz des engen Rennens war ich diesmal die ganze Zeit vom Sieg überzeugt“, gab sich Nitschke nach dem Rennen ungewohnt selbstsicher.

Hinter Schramm, der völlig ausgelaugt nach 8:36:34 Stunden das Ziel erreichte, komplettierte der Niederländer Thijs Kolen (Twente/8:55:56 Std.) die Podiumsplätze.

Bei den Frauen entschied die Mannheimerin Almuth Grüber mit einer imposanten Laufleistung den Vergleich dreier Ex-Siegerinnen für sich. Nach 9:27:56 Stunden durfte die 33-jährige zum zweiten Mal nach 2012 an der Förde jubeln. Nach wenigen Kilometern der Marathonstrecke zog Grüber an der bis dahin führenden Streckenrekordhalterin Nicole Woysch (Saarbrücken) vorbei und lief zu einem ungefährdeten Sieg. Nachdem Woysch wenig später enttäuscht ausgestiegen war, erkämpfte sich die durch eine Radpanne weit zurückgefallene Vorjahressiegerin Julia Bohn (Offenbach/9:59:49 Std.) den zweiten Platz vor Kathrin Walther (Süßen/10:01:35 Std.).

Als bester Schleswig-Holsteiner lief Jan Stelzner von TriSport Lübeck nach 9:48:14 Stunden auf Platz 13 ins Ziel und wurde damit Zweiter der Norddeutschen Meisterschaften. Den gleichen Platz bei den Titelkämpfen schnappte sich auch die schnellste Frau aus dem nördlichsten Bundesland. Marianne Poon von den Wasserratten Norderstedt kam nach 11:14:34 Stunden auf Platz 11 der OstseeMan-Gesamtwertung ins Ziel.

Neben 600 Einzelstartern hatten noch 900 Teilnehmer in 300 Staffeln für das spektakuläre Ausdauerereignis an der Küste gemeldet. Bei den Veranstaltern um Reinhard Husen zeigte man sich trotz des zwischenzeitlichen Regenwetters und der dadurch verursachten Stürze erleichtert, dass noch schlimmere Wetterkapriolen und Gewitter während des 15 Stunden langen Sporttages ausblieben.

## Norddeutsche Meister 2014

### Triathlon Langdistanz

#### Frauen

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

AK 3(30-34) *Kristina Iversen, TriAs Flensburg*

Sen 1 (40-44) *Myriam Ribcke, LTV Kiel-Ost*

#### Männer

AK 2 (25-29) *Jan Stelzner, Tri-Sport Lübeck*

AK 3 (35-39) *Torben Benecke, TriAs Flensburg*

Sen 3(50-54) *Christoph Bittes, SG Athletico Büdelsdorf*

Sen 4 (55-59) *Klaus Heinrich, SV Adelby*



Der alte und neue Sieger Christian Nitschke verbesserte seinen eigenen Rekord.



Startschuss im Seebad Düsterbrook. > Foto: Binder

## 26. Kieler Förde-Triathlon

### Liga-Dynamik und Breitensport-Party am Seebad

Kiel, 10.08.2014 >> Pulsierende Stimmung mit rund 1000 Aktiven und unzähligen Fans am Streckenrand ließen auch den 26. Kieler Förde-Triathlon zum großen Spektakel der Dreikämpfer in der Landeshauptstadt werden. Quirlig und wellig präsentierte sich den Aktiven dieses Mal auch die Kieler Förde, die bei immer stärker werdendem Wind von Wettbewerb zu Wettbewerb immer mehr Wellen aufwarf und so schon die erste Disziplin zu einer Herausforderung für manchen Starter machte.

Mit Schnelligkeit und Ausdauer gingen die Cracks der Szene über die Olympische Distanz und im Ligarennen über die Sprintdistanz auf die Radrunde über die Holtenauer Hochbrücke und auf die Laufstrecke zwischen Seebad Düsterbrook und Landtag. Auf der Olympische Distanz siegte jubelten mit Josephin Betche (2:25:37 Std.) und Matthias Heineke (2:03:09 Std.) zwei Hamburger Cracks. Mit Dominik Adlung auf dem zweiten Platz der Männer und Britta Hagge auf dem dritten Platz der Damen erkämpften jedoch auch zwei Kieler Lokalmatadore Ränge auf dem Podium.

Im Rahmen des Förde-Triathlons ging es für die Mannschaften der Triathlon-Landesliga um weitere Punkte im Kampf um die schleswig-holsteinischen Mannschaftstitel und die besten Tabellenplätze. Mit ihrem Tagessieg bei den Damen waren die TriAs Flensburg die großen Gewinner des dritten Rennens der Saison und eroberten die Tabellenführung. Herausragende TriAs-Akteurin war auch an diesem Tag einmal mehr Hanna Winckler. Die 27-jährige Newcomerin bleibt in ihrer noch jungen Karriere weiterhin ungeschlagen. Nach dem Titelgewinn bei den Landesmeisterschaften über die Sprintdistanz und dem Sieg im Jedermann-Rennen des ITU-World-Cup-Triathlons in Hamburg war Hanna Winckler auch in Kiel nicht zu bezwingen. Mit über fünf Minuten Vorsprung entschied sie in 1:08:35 Stunden die Frauenkonkurrenz des Ligarennens über die Sprintdistanz (0,75 km - 20 km - 5 km) souverän für sich. Bei den Männern gelang dem Team von TriSport Lübeck der dritte Sieg im dritten Rennen. Schnellster Einzelathlet war der 19-jährige Nick Hansen vom Borener SV. In starken 1:03:45 Stunden gewann der Junioren-Landesmeister von 2013 über die Sprintdistanz (0,75 km - 20 km - 5 km) unangefochten.



Schnellster Schleswig-Holsteiner in Glücksburg: Jan Stelzner.



Tolle Stimmung am Straßenrand, vor dem Schloss und in der Wechselzone > Fotos: Binder, Schlaber, Kumm



Nordseewellen als Einstimmung. > Foto: TomTom Hong Kong

### 10. TriFun-Triathlon auf Pellworm:

#### Windiger Triathlonspaß im Wattenmeer

PELLWORM, 10.08.2014 >> Mit einem ausgelassenen Triathlonfest in den Wellen des Wattenmeers und auf den Straßen und Wegen der Insel feierten über 160 Athleten und mehr als 500 Zuschauer die zehnte Auflage des TriFun-Triathlons auf Pellworm. Der Ausdauerwettkampf wurde seinem namensgebenden Motto einmal mehr gerecht und ließ bei Leistungssportlern und Hobbytriathleten gleichermaßen den Spaß im Mittelpunkt stehen. Bei angenehm warmen Wassertemperaturen präsentierte sich die Nordsee frei von Quallen und ließ schon bei der ersten Disziplin die Laune bei den Teilnehmern ansteigen. Auch der heftige Wind und der Wellengang trübte die Triathlonlust der Aktiven nicht, die sich von den schlechten Wetterprognosen nicht hatten bremsen lassen und auf der Insel mit bestem Triathlonwetter auf der landschaftlich wohl einmaligen Strecke für ihren Mut belohnt wurden.

Am Ende des Wettkampftages durfte das Oldenburger Triathlon-Ehepaar Kerstin und Thomas Stoll als Siegerpärchen des Jedermann-Triathlons (0,5 km - 20 km - 5 km) jubeln. Thomas Stoll setzte sich dank einer famosen Radleistung bei den Männern durch. Nach 58:06 Minuten gewann er vor Jan-Peter Brückner vom Eckernförder MTV (58:43 Min.). Bei den Frauen gewann nach 1:02:32 Stunden Kerstin Stoll vor der zunächst als Siegerin gefeierten Eike Petersen (1:02:35 Stunden), die durch eine Zeitstrafe wegen eines Fehlers in der Wechselzone den ersten Platz wieder hergeben musste.



Lasse Priester allein in Front.  
> Foto: Krawczyk

### 23. Q-Tri in Bornhöved

#### Lasse Priester knackt den Streckenrekord

BORNHÖVED, 17.08.2014 >> Bei der 23. Auflage Quellenhaupt-Triathlons hatte der Wettergott ein Einsehen mit den Teilnehmern und auch mit den zahlreichen Helfern. Weitestgehend trocken konnten die knapp 500 Athleten ihre Wettkämpfe beenden und dankten

dies mit einem neuen Streckenrekord. Bei den Starts am Morgen musste das Schwimmen aufgrund der niedrigen Wassertemperatur verkürzt werden, was aber zu dem Zeitpunkt die gute Nachricht war. Bis eine Stunde vor dem ersten Start war noch nicht klar, ob die Außentemperatur den Schwellenwert von 14°C überschreiten würde, damit die Schüler überhaupt einen Triathlon bestreiten durften. Aber am Ende hatte Petrus ein Einsehen, sodass regulär ein Triathlon stattfinden konnte.

Insgesamt machten sich knapp 100 Kinder auf den Weg, die Sieger in ihren Altersklassen zu ermitteln. Auf sie folgten wie in jedem Jahr die vier Wettkämpfe der Erwachsenen. Unter den Augen der mehr als 3000 Zuschauer gingen 400 Athletinnen und Athleten an den Start, um am Ende ein grandioses Finish von Lasse Nygaard Priester (Wasserratten Norderstedt) zu feiern. Priester, der im vorherigen Saisonverlauf lange vom Pech verfolgt war, konnte den Streckenrekord auf der Sprintdistanz (0,5 km - 22 km - 5 km), der bereits und von Stephan Bergemann im Jahr 2008 aufgestellt worden war, um acht Sekunden auf 55:25 Minuten drücken. Hinter dem neuen Streckenrekordhalter lief mit Friedrich Hegge von TriSport Lübeck ein weiterer starker Junior als Gesamt-Zweiter ins Ziel. Bei den Frauen gewann die Hamburgerin Anke Hennecke dank einer starken Laufleistung mit nur 29 Sekunden Vorsprung vor Rike Kubillus, die fast zeitgleich mit der späteren Siegerin zum letzten Wechsel gekommen war.

### 7. Wanderup-Triathlon

#### Hanna Winckler bleibt ungeschlagen

WANDERUP, 23.08.2014 >> Beim 7. Wanderup-Triathlon legten sich knapp 270 Ausdauersportler in rauem Ambiente, das mit kühlen Temperaturen im Wasser und vor allem in der Luft, viel Wind und einigen heftigen Regenschauern schon etwas Herbstliches an sich hatte, zum Ausklang der Saison im Norden noch einmal elanvoll ins Ziel. Diejenigen, die sich von Wind und Wolken nicht abhalten ließen, erlebten in Wanderup unter vereinzelt Sonnenstrahlen einen interessanten Wettkampf. Während die vom Regen aufgeweichte Wechselzone am Bade-



Neoprensprint am Baggersee. > Foto: Binder

see fast schon Crosslaufcharakter hatte, fanden die Athleten auf der Rad- und Laufstrecke nahezu perfekte Bedingungen vor, um ordentlich aufs Tempo zu drücken. Besonders gut gelang dies den Assen von den TriAs Flensburg. Im Sprintrennen (450 m Schwimmen, 20 km Rad, 4,5 km Lauf) setzte Hanna Winckler ihre Erfolgsserie dieses Sommers fort. Die 27-jährige TriAs-Athletin bleibt in ihrer ersten Triathlonsaison weiter unbesiegt und ließ in Wanderup auch nur ganze vier Männer früher ins Ziel rennen. Nach 57:18 Minuten machte Winckler ihren Erfolg perfekt und gewann souverän vor ihren durchaus ebenfalls starken Vereinskameradinnen Conny Nissen (1:03:42 Std.) und Kristina Iversen (1:04:19 Std.). Bei den Männern machte Dirk Wunderlich seinen Wanderup-Hattrick perfekt. Der 32-jährige gewann in 54:48 Minuten zum dritten Mal in Folge den Sprint-triathlon in der Geestgemeinde.

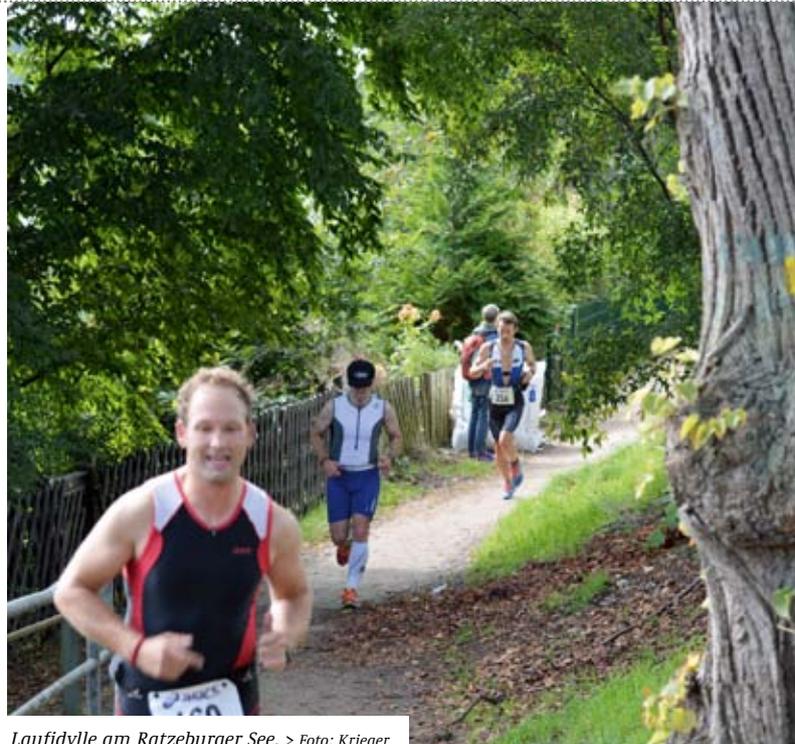
### 30. Ratzeburger Insel-Triathlon

#### Gelungenes Jubiläum des Klassikers

RATZEBURG, 24.08.2014 >> Die Jubiläumsveranstaltung in der Inselstadt Ratzeburg war nach Ansicht von Teilnehmern und Veranstaltern ein voller Erfolg. „Wir hatten bestes norddeutsches Triathlonwetter und das hat sicherlich auch dazu beigetragen, dass wir eine tolle Veranstaltung mit hochkarätigen Leistungen hatten“, resümierte Volker Sonnenburg, Vorsitzender der Ratzeburger Triathleten und gleichzeitig Organisationsleiter der Jubiläumsveranstaltung.

Mit Peter Langfeld vom Tri Endurance Germany konnte ein neuer schleswig-holsteinischer Landesmeister auf der Mitteldistanz (2 km - 80 km - 20 km) gekürt werden. Langfeld absolvierte das Rennen in einer Zeit von 4:05:21 Stunden und gewann die Meisterschaftswertung vor Jan Stelzner vom Tri-Sport Lübeck. Bente Rathsack vom MTV Leck lief nach 4:55:30 Stunden als neue Landesmeisterin ins Ziel und verdrängte Titelverteidigerin Brittt Günther (Elmshorn) auf den zweiten Platz.

Auf der Olympischen Distanz flog Jan-Pierre de Lannoy (Tri Endurance) nach 2:03.28 förmlich ins Ziel und verbesserte das Vorjahresergebnis auf dieser Distanz um über eine Minute. Bei den Frauen finishte die Oldenburgerin Lisa Brack in 2:36:11 als Erste und verbesserte damit ihr eigenes Vorjahresergebnis um mehr als vier Minuten. „Es sind aber nicht nur die Bestzeiten, die eine solche Veranstaltung auszeichnen. Die große



Laufidylle am Ratzeburger See. > Foto: Krieger

Zahl von 736 Teilnehmern in diesem Jahr zeigt, dass der Insel-Triathlon auch nach 30 Jahren nichts von seiner Attraktivität eingebüßt hat“, sagte Organisator Sonnenburg. Dem konnte Ratzeburgs Bürgermeister Voß nur zustimmen. „In Ratzeburg sind wir stolz auf diese Traditionsveranstaltung und danken besonders unseren Triathleten, aber auch den mehr als 240 ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern dafür, dass diese Veranstaltung Jahr für Jahr so erfolgreich über die Bühne geht“, sagte der Bürgermeister.

### 3. Floose-Cup

#### Kinder bewiesen ihr Talent

SCHAFFLUND, 30.08.2014 >> Insgesamt 55 Teilnehmern starteten beim Kinder-Triathlon Floose-Cup im Freibad Waldeck in Schafflund. Zum dritten Mal veranstaltete der junge Triathlonverein Fri Ööwingsfloose unter der Leitung von Martina Marczyshewski und Stephan Lobsien den Floose-Cup for Kids.

Bei gutem Wetter und vielen Zuschauern wurden die Erwartungen des Organisationsteams übertroffen. Dank großer Unterstützung umliegender Firmen, Feuerwehr, DLRG und Helfern wurde den Kindern und Jugendlichen ein nahezu professioneller sportlicher Rahmen mit guter Verpflegung, Medaillen, T-Shirts und Sachpreisen geboten. Nicht zuletzt durch die leidenschaftliche Moderation des in der Szene bekannten Bernhard Vogel entstand eine stimmungsvolle Atmosphäre. In zwei Distanzen konnten sowohl die jüngsten als auch die bereits älteren Cracks (bis 15 Jahre) ihr Talent erproben oder unter Beweis stellen. Bei der abschließen-



Junge Talente entdecken den Triathlon. > Foto: Foto-Marzi

### Die SHTU-Landesmeister 2014

#### Triathlon Mitteldistanz

##### Offene Klasse

Frauen	Bente Rathsack, MTV Leck
Männer	Peter Langfeld, Tri Endurance Germany
Frauen	
AK 3 (30-34)	Elena Jopp, USC Kiel
AK 4 (35-39)	Bente Rathsack, MTV Leck
Sen 2 (45-49)	Brittt Günther, Tri EMTV Elmshorn
Sen 3 (50-54)	Dietlinde Schosniig, SV Großhansdorf
Männer	
AK 1 (20-24)	Felix Iwers, Tus Holtenau Kiel
AK 2 (25-29)	Jan Stelzner, Tri-Sport Lübeck
AK 3 (30-34)	Birger Jörgensen, USC Kiel
AK 4 (35-39)	Danny Bender, SG Athletico Büdelsdorf
Sen 1 (40-44)	Peter Langfeld, Tri Endurance Germany
Sen 2 (45-49)	Stephan Birnmeyer, Trias Bad Schwartau
Sen 3 (50-54)	Bodo Reiner, TriAs Flensburg
Sen 4 (55-59)	Friedhelm Weiss, MTV Heide
Sen 5 (60-64)	Peter Gulde, Sport-Club Itzehoe
Sen 6 (65-69)	Fritz Dieterich, Spiridon-Club Bad Oldesloe

den Familienstaffel nahmen auch noch spontan Familien teil. Hier stand der Spaß im Vordergrund und sollte Mut zu weiteren sportlichen Aktivitäten mit der Familie machen. Die Organisatoren hoffen auf eine Fortsetzung im nächsten Jahr.

### 16. Rendsburg Triathlon

#### Geburtstagskind noch abgefangen

RENSBURG, 31.08.2014 >> Ein gut besetztes Teilnehmerfeld von über 200 Startern konnte das 70-köpfige Helferteam des Rendsburger TSV und der SG Athletico Büdelsdorf zum spätsommerlichen Triathlon in Rendsburg begrüßen.

Im Mittelpunkt der Wettkämpfe stand diesmal die Landesmeisterschaft der Schülerklassen (A bis C) und Jugend B sowie die Wertung im Kids-Cup und der Jugend. Im Rennen der Jugend B sah es lange so aus, als könne Athletico-Lokalmatadorin Merle Schreiber an ihrem 14. Geburtstag fast einen Heimsieg bejubeln. Doch auf der Laufstrecke konnte das Geburtstagskind nicht mit dem Tempo der späteren Meisterin Mara-Sophie Münster (TriAs Flensburg) mithalten, die bei der letzten Disziplin über eine Minute Vorsprung herauslief. Für Merle Schreiber blieb am Ende der dritte Platz hinter Sandra Kiel vom TSV Bargtheide.

Den Sprinttriathlon gewann Tim Janke (Hardtseemafia) in 1:04:18 Stunden vor Danny Bender (Athletico). Bei den Frauen gewann Katja Bruns aus Pronstorf in 1:21:15 Stunden.

### 8. Norderstedter TriBühne-Triathlon

#### Toller Abschied für Lasse Priester

NORDERSTEDT, 07.09.2014 >> Der 8. TriBühne-Triathlon im Norderstedter Stadtpark hatte wieder viel zu bieten. Neben den beliebten Einsteigerrennen „My First Triathlon“ gab es in diesem Jahr zusätzlich den Mini-Triathlon für Triathlonanfänger und Einsteiger mit wenig Erfahrung und den neu eingeführten Teamsprint für alle. Das Wetter spielte auch mit und viele Zuschauer fanden sich auf dem Wettkampfgelände ein, um die Athleten bei ihren Wettkämpfen anzufeuern.

Neben den ganzen Schülern und Jugendlichen gingen viele Hobbyathleten im Volkstriathlon und über die Olympische Distanz an den Start. Für viele Hobbysportler, auch aus anderen Sportbereichen, waren die Staffeln der absolute Höhepunkt.

### Die SHTU-Landesmeister 2014

#### Triathlon Jugend/Schüler/-innen:

##### Schüler C

weiblich [Isabella Bernsdorf, VfL Oldesloe](#)

männlich [Bjarne Rehkamp, TriAs Flensburg](#)

##### Schüler B

weiblich [Janka Krohn, TSV Bargtheide](#)

männlich [Hinnerk Mischke, Triathlonverein Dänischer Wohld](#)

##### Schüler A

weiblich [Lina Günther, Tri EMTV Elmshorn](#)

männlich [Lucas Hüllweck, Möllner SV](#)

##### Jugend B

weiblich [Marie-Sophie Münster, TriAs Flensburg](#)

männlich [Fynn Sängler, Sport-Club Itzehoe](#)

##### Jugend A

weiblich [Nina Eim, Sport-Club Itzehoe](#)

männlich [Philipp Gehring, Sport-Club Itzehoe](#)

##### Junioren

weiblich [Stina Mick, TSV Bargtheide](#)

männlich [Lasse Nygaard Priester, SG Wasserratten Norderstedt](#)



Abschiedsparty für den Vereinshelden. > Foto: Schröter

Die sportlichen Höhepunkte waren die Landesmeisterschaften der Jugend A und Junioren und das erneut in Norderstedt ausgetragene Finale der Triathlon-Landesliga.

Bei den Landesmeisterschaften der Jugend A setzten sich mit Nina Eim und Philipp Gehring zwei Talente vom SC Itzehoe überlegen durch.

Bei den Junioren gewann Lasse Nygaard Priester von der ausrichtenden SG Wasserratten Norderstedt nur einen Tag nach seinem Start bei Elite-DM im Sprinttriathlon noch den letzten Landesmeistertitel seiner ausklingenden Juniorenkarriere. Bei den Juniorinnen war Stina Mick vom TSV Bargtheide erfolgreich. Im abschließenden Wettkampf der Landesliga behielten die Triathleten vom Tri-Sport Lübeck wie schon in den vorherigen drei Wettkämpfen die Oberhand. Bei den Frauen verteidigten die TriAs Flensburg mit ihrem Tagessieg die Tabellenführung und stellten mit Hanna Winckler erneut die schnellste Einzelstarterin.

Nach Ausklang der Wettkämpfe wurde Lasse Nygaard Priester gebührend von seinem Team der SG Wasserratten Norderstedt verabschiedet. Nachdem er den gesamten Nachwuchsbereich mit großem Erfolg durchlaufen hat, beginnt für ihn nun ein neuer Abschnitt auf seinem weiteren Weg. Nach einem halben Jahr in Australien wird Lasse Nygaard Priester im Februar 2015 zum Bundesstützpunkt nach Saarbrücken wechseln und dort seine Karriere im Triathlon neben dem Studium fortsetzen.

### 1. Canal-Triathlon

#### Gelungene Premiere im kalten Kanalwasser

RENSBURG, 13.09.2014 >> Kaum hatte Peer Sönksen die Zielinie passiert, da wurde der Sieger des 1. Canal-Triathlons gleich wieder gefordert. Während der 16-Jährige vom SC Neubrandenburg noch nach Luft rang und sich von den Strapazen des mehr als einstündigen Wettkampfes (1:01:30 Std.) erholte, musste er NDR-Moderatorin Meike Jäger, die zusammen mit Olympia-Teilnehmerin Anne Haug die Veranstaltung fachkundig begleitete, Rede und Antwort stehen. Schön sei es gewesen, aber auch sehr anstrengend japste Sönksen ins Mikrofon und lobte im nächsten Atemzug die vielen Zuschauer im Rendsburger Kreishafen und entlang der Strecke. „Die Stimmung war fantastisch. Die Leute haben einen gepusht. So viele Zuschauer hat man sonst ja eher selten bei einem Triathlon. Die Veranstaltung sollte auf jeden Fall wiederholt werden.“

Das Wagnis des TSV Vineta Audorf, den beliebten Dörpsee-Triathlon unter neuem Namen in den E.ON-Hanse-Cup einzubetten, hatte sich gelohnt. Organisator Klaus Waskönig erhielt für



die gelungene Premiere fast ausnahmslos positive Rückmeldungen von den rund 150 Teilnehmern.

Ulrike Harksen von der SG Athletico Büdelsdorf gewann die Premiere in 1:16:35 Stunden. Nach 500 Meter Schwimmen im 16 Grad Celsius kalten Kanalwasser – erstmals überhaupt durfte offiziell im Nord-Ostsee-Kanal geschwommen werden – lag Harksen noch eine halbe Minute hinter Kimberly Groth (Post SV Heide). Auf der 25 Kilometer langen Radstrecke zur Breihol-

zer Fähre und zurück zog die SG-Athletin dann an Groth vorbei und legte den Grundstein zum späteren Sieg vor Klubkollegin Margit Bartsch.

## 12. Schüler- und Jugendduathlon

### Kampf um die letzten Cup-Punkte

KIEL, 21.09.2014 >> Zum traditionellen Ausklang der Kids-Cup-Serie trafen sich die jüngsten Nachwuchssportler auf dem Kieler Uni-Gelände zum 12. Schüler- und Jugendduathlon. Insgesamt 112 Kinder kämpften im Zweikampf aus Radfahren und Laufen um die letzten zu ergatternden Punkte des Kids-Cups der SHTU. Viele bekannte Talente aus den Nachwuchszentren des Landes, aber auch neue Gesichter aus Kiel und Umgebung zeigten zum Ausklang des Sommers ihre Klasse.

## 24. Elmshorner Duathlon

### Triumpftag für Tri-Endurance-Athleten

ELMSHORN, 21.09.2014 >> Im Rahmen des 24. Volksbank-Duathlons in Elmshorn wurden die letzten Titel der Saison vergeben. Nachdem mit dem Flensburger Duathlon und dem Geltinger Birklon zwei Duathlon-Klassiker des Nordens aus dem Wettkampfprogramm verschwunden sind, war die Elmshorner Veranstaltung in diesem Jahr der einzige Straßen-Duathlon dieser Art in Schleswig-Holstein. Nichts Neues für die Teilnehmer war der starke, teilweise böige Wind auf der Elmshorner Radstrecke. Trotz dunkler Wolken am Himmel blieben den Aktiven bis auf einen kurzen Schauer aber die befürchteten Regengüsse erspart. Bei den Titelkämpfen der Männer (6 km - 32 km - 6 km) gab es einen Dreifach-Triumph für die Cracks von Tri-



Start zum einzigen Straßenduathlon des Landes. > Foto: Tri-EMTV

Endurance Germany. Marcel de Lannoy gewann in 1:25:56 Stunden die offene Wertung des Elmshorner Duathlons und holte sich in der Landesmeisterschaftswertung den Titel vor seinen Vereinskameraden Peter Langfeld und Jean-Pierre de Lannoy. Auch der Titel der Damen ging an Klub aus Geesthacht. Elvira Schlatter gewann vor Diana Mull (Bornhöved) und Susanne Schönebeck (Itzehoe).

## 11. Frörup-Mountain-Crossduathlon

### Schwerer als in den Vorjahren

FRÖRUP, 25.10.2014 >> Mit einem knackig anspruchsvollen Wettkampf in den Fröruper Bergen rundeten die Ausdauerwehrcämpfer ihre Wettkampfsaison 2014 stimmungsvoll ab. Über 80 Athleten bescherten dem 11. Frörup-Mountain-Crossduathlon eine neue Rekordbeteiligung und hatten im Gehölz sichtlich Spaß an der Kombination aus Crosslauf und Mountain-Bike-Fahren. Mehrere umgestürzte Bäume, die noch als Nachwirkungen des Orkantiefs „Christian“ die Waldwege blockieren, stellten die Aktiven vor neue Herausforderungen. So mussten die Ausdauercracks auf den Runden mehrfach von ihren Rädern steigen und diese über die natürlichen Hindernisse tragen. Organisator Ludwig Kiefer sah in der diesjährigen Auflage das bislang anspruchsvollste Rennen in den Fröruper Bergen.



Spaß mit Hindernissen > Foto: Meister

Im Hauptrennen über die lange Strecke aus (4,5 km - 16 km - 4,5 km) konnte Conny Nissen von den TriAs Flensburg ihren Vorjahreserfolg ungefährdet wiederholen. In 1:49:30 Stunden gewann die 29-jährige mit klarem Vorsprung vor Beeke Jandt von der SG Athletico Büdelsdorf (1:54:01 Std.). Im Rennen der Männer erlebten die Zuschauer bei der zweiten Disziplin den großen Auftritt von Jan Hendrik Nothbaar. Der 23-jährige von der LAV Husum holte die führenden Fahrer bereits auf der ersten Radrunde ein und zog dann mit seinem Crossrad unwiderstehlich der Konkurrenz davon und gewann In 1:26:11 Stunden vor dem Neumünsteraner Marco Kolmorgen (1:28:24 Std.) und Vorjahressieger Björn Nahnsen (1:29:25 Std.). <<

## Die SHTU-Landesmeister 2014

### Duathlon

#### Offene Klasse

Frauen	Elvira Schlatter, Tri Endurance Germany
Männer	Marcel de Lannoy, Tri Endurance Germany

#### Frauen

AK 3 (30-34)	Beeke Jandt, SG Athletico Büdelsdorf
Sen 1 (40-44)	Susanne Schönebeck, Sport-Club Itzehoe
Sen 2 (45-49)	Elvira Schlatter, Tri Endurance Germany

#### Männer

AK 1 (20-24)	Marcel de Lannoy, Tri Endurance Germany
AK 2 (25-29)	Jean-Pierre de Lannoy, Tri Endurance Germany
AK 3 (30-34)	Artur Wingert, USC Kiel
AK 4 (35-39)	Christian Draak, FC Voran Ohe
Sen 1 (40-44)	Peter Langfeld, Tri Endurance Germany
Sen 2 (45-49)	Luis Almeida, Tri Team Neumünster
Sen 3 (50-54)	Bernd Gaasch, Borener SV
Sen 4 (55-59)	Joachim Skroblin, Spiridon-Club Bad Oldesloe
Sen 5 (60-64)	Manfred Hümmecke, TuS Holtenuau Kiel

## Triathlon-Landesliga

### Lübeck und Flensburg souveräne Titelgewinner

Zwei souveräne Meister setzten in der dritten Saison der Triathlon-Landesliga die sportlichen Ausrufezeichen. Nachdem im Jahr zuvor noch bis zu den letzten Metern des Finalrennens um die Titel gekämpft worden war, zeichnete sich 2014 schon lange vor dem Finale ab, wer am Ende die Meisterurkunden in Empfang nehmen wird. Die Männer von Tri-Sport Lübeck und die Damen der TriAs Flensburg sind die souveränen Sieger der Triathlon-Landesliga-Saison und damit SHTU-Mannschaftsmeister 2014.

#### Die SHTU-Vereine in den Triathlon-Ligen 2014

##### 2. Bundesliga Nord Herren

1. EJOT Buschhütten II

10. SC Itzehoe

##### Regionalliga Nord Frauen

1. Kaifu-Tri-Team Hamburg II

4. TSV Bargteheide

##### Regionalliga Nord Männer

1. Tri Team tri Zack Rostock

3. Tri Endurance Germany

4. USC Kiel

6. TSV Bargteheide

13. LAV Husum

#### Landesliga

Frauen	Punkte
1. TriAs Flensburg	6
2. TSV Bargteheide II	11
3. Tri-Sport Lübeck	15
4. Triathlonteam Südtondern	16
5. SG USC Kiel/Dänischer Wohld	19
6. SG Wasserratten Norderstedt	16
7. Eckernförder MTV	26
8. Borener SV	28
9. Tri-Team Neumünster	36
Männer	
1. Tri-Sport Lübeck	4
2. Sport-Club Itzehoe II	14
3. TriAs Flensburg	17
4. SG Trias Bad Schwartau /PSV Eutin	22
5. SG Wasserratten Norderstedt	22
6. Tri-Team Neumünster	24
7. Triathlonteam Südtondern	30
8. Eckernförder MTV I	33
9. Borener SV	36
10. TSV Bargteheide II	37
11. USC Kiel II	39
12. Tri Endurance Germany II	39
13. Triathlonverein Dänischer Wohld	47
14. Eckernförder MTV II	55

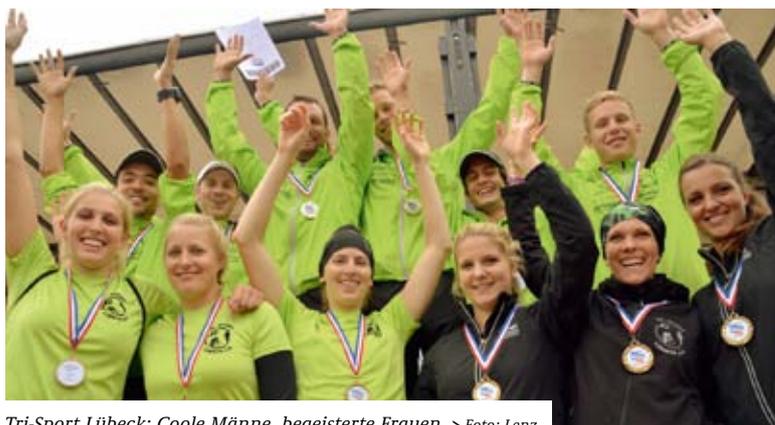


Siegreiche Flensburger Frauen mit Begleitung > Foto:Binder

Topathleten des Meisterteams, in dem auch Jan Stelzner als feste Größe überzeugte. „Nach so einer Landesliga-Saison sind wir hoch motiviert, im nächsten Jahr auch in der Regionalliga Nord eine gute Platzierung zu erreichen“, kündigten die neuen Champions schon ihre Ambitionen an. Die mit vielen jungen Assen gespickte zweite Mannschaft des SC Itzehoe und die Routiniers von den TriAs Flensburg landeten auf den weiteren Spitzenrängen der Abschlusstabelle.

Bei den Damen sicherten sich die TriAs Flensburg den Meistertitel. Mit drei Tagessiegen konnten auch die Athletinnen aus dem Norden die Konkurrenzteams am Ende klar auf Abstand halten. Lediglich beim Rennen über die Olympische Distanz mussten sich die Flensburgerinnen der zweiten Damen-Mannschaft des TSV Bargteheide geschlagen geben, die in der Abschlusstabelle auf dem zweiten Platz landete. Die Damen von Tri-Sport Lübeck sorgten mit ihrem dritten Platz dafür, dass die Klubs aus Lübeck und Flensburg in der imaginären Mixed-Wertung mit jeweils einem Meistertitel und einem dritten Platz gleichauf liegen.

Die TriAs-Damen beendeten zum zweiten Mal in Folge die Landesliga-Saison auf dem ersten Platz und schafften so eine Titelverteidigung, die das System eigentlich gar nicht vorsieht. Im Vorjahr hatten die Flensburgerinnen jedoch auf den mit dem Meistertitel verbundenen Aufstieg in die Regionalliga verzichtet und suchten stattdessen nochmals den Vergleich auf Landesebene. Hier schaffte es das Team von der Förde bei den Sprintrennen auch mehrfach, alle drei gewerteten Athletinnen in den TopTen-Rängen zu platzieren. Hanna Winckler setzte als herausragende Einzelathletin dieses Triathlonsommers die Glanzlichter. Die 27-jährige Neueinsteigerin blieb in ihrer ersten Triathlonsaison ungeschlagen und gewann alle drei Sprintrennen der Landesliga. „Wir haben einen Top-Zusammenhalt und neben den eingesetzten Athletinnen auch mit Anita Seliger und Ilse Ommen zwei Sportlerinnen, die sich perfekt um Support und Organisation gekümmert haben“, lobte die Topathletin das Gesamtensemble der TriAs, die sich 2015 nun in der Regionalliga versuchen wollen.



Tri-Sport Lübeck: Coole Männer, begeisterte Frauen. > Foto: Lenz

**2. Bundesliga Nord**

**SC Itzehoe wiederholt den 10. Platz**

Mit dem SC Itzehoe mischte in der Saison 2014 nur noch ein SHTU-Verein auf Bundesebene im Ligageschehen mit. Die Damen des USC Kiel, die sogar den sportlichen Aufstieg in die erste Liga geschafft hatten, zogen zu Jahresbeginn ihr Team komplett zurück und beendeten so schon vor Saisonstart vorübergehend eine erfolgreiche Ära der Landeshauptstädterinnen.

So hielten die Männer aus Itzehoe die Farben des nördlichsten Bundeslandes hoch, was durchaus respektabel gelang. Mit dem 10. Platz wiederholte das Team um André Beltz exakt die Vorjahresplatzierung und sicherte sich ungefährdet den Klassenerhalt. Den lange Zeit möglichen einstelligen Tabellenplatz gaben die Itzehoer erst beim Finalrennen in Grimma aus der Hand. Bei den Rennen zuvor in Buschhütten, Halle, Eutin und Münster konnten sich die Steinburger immer wieder erfolgreich gegen die hochkarätigen Konkurrenzteams behaupten. Als einer von wenigen Klubs in der zweithöchsten deutschen Liga konnte der SCI sein Team ausschließlich aus Assen des eigenen Vereins zusammenstellen und untermauerte so auch in der Liga seinen Status als Top-Talentschmiede des Landes. Neben Routinier André Beltz gingen junge Assen wie Pascal Jeworek, Frederic Süßmann, Benjamin Sievers und Nico Eim auf Punktejagd.

**Regionalliga Nord**

**Tri Endurance Germany landet auf drittem Platz**

Vier Männermannschaften und ein Frauenteam aus Schleswig-Holstein setzten die SHTU-Akzente in der Triathlon-Regionalliga Nord. Eine richtige starke Saison lieferten die Triathleten von Tri Endurance Germany aus Geesthacht ab. Bis zum Saisonfinale in Bad Zwischenahn schnupperte die Crew um Marcel und Jean-Pierre de Lannoy sogar an einem möglichen Aufstieg in die 2. Bundesliga. Mit dem Tagessieg beim vorletzten Wettkampf in Güstrow schoben sich die Männer von der Elbe sogar vorübergehend auf den zweiten Platz, der dann aber beim Finale nicht gehalten werden konnte. So sprang wie im Vorjahr in der Abschlusstabelle der dritte Platz heraus.

Nur einen Platz hinter Tri Endurance Germany folgte mit dem USC Kiel auf Platz 4 schon der nächste Klub aus Norden. Die Männer des TSV Bargtheide komplettierten als Sechste der Endtabelle den Reigen der SHTU-Klubs in den oberen Tabellenregionen.

Zufrieden zeigten sich aber auch die Männer vom Aufsteiger LAV Husum, die in ihrem ersten Regionalliga-Jahr mit Platz 13 den sportlichen Klassenerhalt sicherten. Trotz der gelungenen Saison wird der Klub von der Nordsee jedoch wegen zu dünner Personaldecke 2015 sein Team zurückziehen und nicht mehr in der dritthöchsten Liga antreten.

Eine zweite starke Saison in der Regionalliga zeigten die Damen des TSV Bargtheide. Mit einem Mix aus erfahrenen Athletinnen und Nachwuchskräften konnten die Bargtheiderinnen erneut überzeugen. Nach Platz 2 in Bergedorf und Platz 3 in Itzehoe folgten in Stuhr und Güstrow jeweils siebenten Plätze, ehe die TSV-Triathletinnen beim Finalrennen als Tagessiegerinnen ihren Status als Spitzenteam wieder untermauerten. Am Ende landete das einzige Frauenteam aus Schleswig-Holstein auf dem vierten Platz der Abschlusstabelle.



Die Crew des SC Itzehoe hielt in der zweiten Liga gut mit.



Guter Mix aus Talent und Erfahrung: Die Männer und Frauen aus Bargtheide.

**KN Förde Triathlon**  
27. KN Förde Triathlon 2015



Wolf-Carow.de

**08.08.2015**  
Kindertriathlon

**09.08.2015**  
Förde Triathlon

**Seebad Düsternbrook**

**Olympisch • Volk • LL SH**

**Anmeldestart 01.12.2014**

**Kieler Nachrichten**

**foerde-triathlon.de**

# >> Wettkämpfe 2015 in Schleswig-Holstein

**3 22.03.2015**  
**Elmshorn**  
8. 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

**28.03.2015**  
**Enge-Sande**  
5. Langenberg-Crossduathlon  
TSV Rot-Weiß Niebüll /  
SV Enge-Sande  
4,5 - 11 - 4,5  
halligdreeathlon@yahoo.de  
www.hallig-dreeathlon.de/  
aktuelles.html  
04671-9330586  
Björn Nahnsen, Dörpstraat 37,  
25821 Vollstedt

**5 03.05.2015**  
**Flensburg**  
Triathlon Flensburg  
Triple Events GbR  
0,5 - 21 - 5 / 0,75 - 21 - 5 /  
Schüler B 0,2 - 5 - 1 /  
Schüler A + Jug B 0,4 - 10 - 2,5  
Kiefer@triple-events.de  
www.triple-events.de  
046 38 - 30 74 90  
Fax 046 38 - 30 74 91

**10.05.2015**  
**Kropp**  
8. Kropp-Triathlon  
DLRG Kropp  
0,5 - 21 - 5 / 0,7 - 21 - 5  
Schüler 0,1 - 5-1  
Jug/Jun 0,3 - 10 - 2,5  
martin-thomsen@mail.de  
www.kropp-triathlon.de  
046 24 - 80 90 25  
Fax 046 24 - 48 31 09  
MartinThomsen,  
Ivo-Braak-Ring 30, 24848 Kropp

**23.05.2015**  
**Brunsbüttel**  
23. Wal-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

**6 14.06.2015**  
**Geesthacht**  
7. 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

**14.06.2015**  
**Lübeck**  
4. Sieben-Türme-Triathlon  
Lübeck  
TriSport Lübeck  
0,5 - 22 - 6,6 + Staffel /  
Schnuppertri. 0,25 - 11 - 3,3 /  
1,5 - 44 - 10 + Staffel  
7TT@TriSport-Luebeck.de  
www.TriSport-Luebeck.de  
0151 51 79 62 44  
Martin Lenz, Paulstraße 4,  
23568 Lübeck

**18.06.2015**  
**Großensee/Trittau**  
16. 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

**21.06.2015**  
**Eutin**  
21. Rosenstadt-Triathlon /  
16. Norddeutscher Polizeicup /  
18. Kindertriathlon  
PSV Eutin  
0,5 - 20 - 3,3 / 0,5 - 20 - 6,6 /  
1,5 - 40 - 10 / Schnuppertri.  
0,2/0,25 - 10 - 3 + Staffel /  
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

**26.06.2015**  
**Ladelund**  
Ladelunder Jedermann-Triathlon  
TSV Ladelund  
0,3 - 14 - 3  
TSVLadelund@aol.com  
www.tsv-ladelund.de  
Jörg Helmer, Am Redder,  
25926 Ladelund

**28.06.2015**  
**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

**7 04.07.2015**  
**Risum-Lindholm**  
25. Stäljmun-Herrenkoog-  
Triathlon  
TSV Rot-Weiß Niebüll  
0,5 - 24 - 5 / 2 - 84 - 20 /  
Staffel 0,5 - 24 - 5 /  
Schüler 0,1 - 5 - 1  
vogel@herrenkoog-triathlon.de  
www.herrenkoog-triathlon.de  
0151 - 62 61 58 63  
Bernhard Vogel, Daagel 17,  
25920 Risum-Lindholm

**05.07.2015**  
**Bad Oldesloe**  
23. Poggensee-Triathlon  
Spiridon-Club Bad Oldesloe  
0,5 - 21 - 7  
schop.um@t-online.de  
www.spiridon-oldesloe.de  
045 31 - 883 70  
Udo Schop,  
Lindenstraße 1a, 23843 Rümpel

**05.07.2015**  
**Heiligenhafen**  
5. Fisherman-Heiligenhafen-  
Triathlon  
TSV Heiligenhafen  
0,5 - 20 - 5 / 0,75 - 20 - 5  
fisherman-heiligenhafen@  
gmail.com  
www.fisherman-heiligenhafen.de

**11.07.2015**  
**Möln**  
Möllner Seeschwimmen  
+ Swim & Run  
Möllner SV  
0,5 - 2 / 1 - 4  
seeschwimmen@gmx.de  
www.moellner-seeschwim-  
men.de  
045 42 - 891 24  
Joachim Werth, Kösliner Str. 6,  
23879 Möln

**11.07.2015**  
**Sankt Peter-Ording**  
12. „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

## 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 Wettkampfregele sowie den Versicherungsschutz der Teilneh-

mer. 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.



12.07.2015

**Bargteheide**

20. 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

26.07.2015

**Eckernförde**

3. 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  
Martin Müller, Noorwanderweg,  
24340 Eckernförde

02.08.2015

**Glücksburg**

14. 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

09.08.2015

**Kiel**

27. 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

16.08.2015

**Bornhöved**

24. 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 - 24 48  
Wolfgang Krawczyk, Achtern  
Diek 18a, 24619 Bornhöved

22.08.2015

**Wanderup**

8. 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

29.08.2015

**Pellworm**

11. 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

30.08.2015

**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

06.09.2015

**Norderstedt**

9. 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

12.09.2015

**Rendsburg**

2. Canal-Triathlon  
TSV Vineta Schacht-Audorf  
0,5 - 25 - 5  
Klaus.Waskoenig@freenet.de  
www.triathlon-doerpsee.de  
043 31 - 927 72  
Klaus Waskönig, Hüttenstr. 7,  
24790 Schacht-Audorf

13.09.2015

**Elmshorn**

25. 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

20.09.2015

**Kiel**

13. 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

10.10.2015

**Frörup**

12. Frörup-Mountain-  
Crossduathlon  
Triple Events GbR  
0,75 - 2,5 - 0,45 / 3 - 8 - 1,5 /  
4,5 - 16 - 4,5  
Kiefer@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  
13.09.2015 Elmshorn

**Triathlon**

Sprint  
(Altersklassen u. Offene Klasse)  
06.09.2015 Norderstedt

Olympische Distanz  
(Altersklassen u. Offene Klasse)  
14.06.2015 Lübeck

Mitteldistanz  
(Altersklassen u. Offene Klasse)  
30.08.2015 Ratzeburg

Jugend, Junioren  
06.09.2015 Norderstedt

**Norddeutsche  
Meisterschaften 2014**

**Triathlon**

Langdistanz  
02.08.2015 Glücksburg

**Landesliga 2014**

14.06.2015 Lübeck  
(Olymp. Distanz)  
11.07.2015 St. Peter (Sprint)  
09.08.2015 Kiel (Sprint)  
06.09.2015 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, Stefan Schröter,  
Claudia Grube, André Beltz,  
Stephan Schott, Christina Hollstein,  
Jan Philipp Krawczyk und  
verschiedene Veranstalter.

Fotos: Thomas Hoy, Harald Klipp,  
Martina Marczykowski,  
Peter Schmidt, Sabine Möller,  
Daniel Grohmann, Matthias Voigt,  
Marcus Fülber, Lars Krieger,  
Björn P. Jacobsen, Gerhard Schlaber,  
Stephan Schott, TomTom Hong Kong,  
Jan Philipp Krawczyk,  
Niels-Peter Binder, Uwe Euskirchen,  
André Beltz, Ulrich Meyer,  
Martin Lenz, Alex Tossi und  
verschiedene Veranstalter

Gestaltung: Rita Erven

Auflage: 2.500 Exemplare

Aktuelle Informationen und Nachrichten  
findet Ihr auf

**www.shtu.de**



# >> Die Triathlon-Vereine in Schleswig-Holstein

## Herzogtum Lauenburg

**VfL Börnsen**  
Jens Naundorf  
Haidweg 10a  
21039 Börnsen  
040 - 72080 15  
www.vfl-boernsen.de  
jens.naundorf@vfl-boernsen.de

**Eisenbahner SV Büchen**  
Britta Hellmig  
Pracherbusch 15  
21514 Büchen  
041 55 - 49 96 45  
www.esv-buechen.de  
hellmig-buechen@t-online.de

**Tri Endurance Germany**  
Bernd Wachter  
Finkenweg 46  
21502 Geesthacht  
041 52 - 768 39  
www.triendurancegermany.wordpress.com  
bernhardwachter@alice-dsl.de

**SSV Güster**  
Adolf Kronetzki  
Rosenburger Str. 20  
21514 Güster  
041 58 - 81 47  
ssv.guester@t-online.de

**Möllner SV**  
Martin Ollmann  
Neues Land 10  
23879 Mölln  
045 42 - 66 98  
www.moellnersv.de  
motown@gmx.net

**Ratzeburger SV**  
Volker Sonnenburg  
Herrenstr. 4  
23881 Breitenfelde  
045 42 - 899 11  
v.sonne@t-online.de

**Stormarn**  
**Ahrensburger TSV**  
Michael Brackenwagen  
Eschenweg 41  
22949 Ahrensburg  
041 02 - 82 41 22  
brackenwagen@aol.com

**Spiridon Bad Oldesloe**  
Dr. Fritz Dieterich  
Im Hoelk 45  
23843 Bad Oldesloe  
045 31 - 44 54  
1vorsitz@spiridon-oldesloe.de

**VfL Oldesloe**  
Ricardo Ruiz Porath  
Lorentzenstraße 19  
23843 Bad Oldesloe  
045 31 - 88 51 10  
RicardoRuizPorath@t-online.de

**TSV Bargteheide**  
Stephan Schott  
Schilfweg 38  
22941 Bargteheide  
045 32 - 26 25 39  
www.tsv-tri-bargteheide.de  
Stephan.Schott@de.bp.com  
**Barsbütteler Sportverein**  
Wolfgang Wittpohl  
Hinterm Garten 2  
22885 Barsbüttel  
040 - 670 18 89  
www.barsbuettele-sv.de  
info@barsbuettele-sv.de

**LG Glinde**  
Thomas Appel  
Asbrook 5  
21509 Glinde  
01 77 - 350 87 87  
tomtom88@alice-dsl.de  
www.lgglinde.de

**SV Grobhansdorf**  
Holger Michl  
Feldkirchenring 13  
22926 Ahrensburg  
041 02 - 69 77 69;  
040 - 380 22 14 86  
www.sgv.eae-media.com  
hmm@alice.de

**FC „Vorán“ Ohe**  
Andreas Bockhold  
Am Südhang 62  
22113 Oststeinbek  
01 63 - 249 93 43  
www.ohe-schwimmen.de  
info@ohe-schwimmen.de

**TSV Trittau**  
Christian Obst  
Hebbelstraße 11  
22946 Trittau  
01 77 - 400 28 45  
Christian.Obst@wandsbek.ham-burg.de

**E.on/Hanse**  
Helmut Probst  
Am Ehrenmal 6  
22175 Hamburg  
040 - 640 68 09  
helmut-probst@t-online.de

**Lübeck**  
**LBV Phönix Lübeck**  
Reinhard Bucholtz  
Bei der Wasserkunst 6  
23564 Lübeck  
04 51 - 79 44 61  
reinhardbucholtz@gmx.de

**Tri-Sport Lübeck**  
Gabi Welzel  
Roonstr. 14  
23566 Lübeck  
04 51 - 62 56 98  
www.tri-sport-luebeck.de  
info@trisport-luebeck.de

## Ostholstein

**Trias Bad Schwartau**  
Uwe Euskirchen  
Pelzerhakener Str. 15 - 17  
23730 Neustadt  
04 51 - 70 73 32 98  
www.trias-badschwartau.de  
UEuskirchen@aol.com

**SC Delphin Bad Schwartau**  
Michael Nörenberg  
Poststraße 20  
23669 Timmendorfer Strand  
045 03 - 89 12 10  
M.noere@t-online.de

**Polizei SV Eutin**  
Thelse Schilling  
Sielbecker Landstr. 26  
23701 Eutin  
045 21 - 79 85 75  
www.rosenstadt-triathlon.de  
Thelse-Schilling@t-online.de

**TSV Heiligenhafen**  
Thomas Wende  
Fischerstraße 1  
23774 Heiligenhafen  
043 62 - 50 41 14  
www.tsv-heiligenhafen.de  
TWende@t-online.de

**TSV Malente**  
Harald Kitzel  
Voss-Str. 54  
23714 Malente  
045 23 - 56 73  
harald.kitzel@lsv-sh.de

**TSV Ratekau**  
Jens Ehlers  
Schulkoppel 26b  
23689 Pansdorf  
045 04 - 51 48  
maria.jens.ehlers@t-online.de

**NTSV Strand 08**  
Geschäftsstelle  
Postfach 1229  
23662 Timmendorfer Strand  
Jens.Ahlgriem@t-online.de

**Segeberg**  
**TSV Quellenhaupt Bornhöved**  
Andreas Stoltenberg  
Achterndick 17 e  
24619 Bornhöved  
043 23 - 90 05 01  
aps.stoltenberg@freenet.de

**Stadtwerke Norderstedt**  
Andreas Thomsen  
Bahnhofsstraße 23 b  
24598 Boostedt  
0176 - 21 22 31 50  
jessiw74@web.de

**SG Wasserratten Norderstedt**  
Britta Wiesmann  
Tangstedter Landstr. 246  
22417 Hamburg  
040 - 520 76 55  
www.wasserratten.de  
britta.wiesmann@wasserratten.de

**SC Rönau 74**  
Dr. Bernhard Bambas  
St. Georges-Allee 2  
23795 Klein Rönau  
045 51 - 87 97 53;  
01 72 - 427 65 40  
CBBambas@aol.com

**TSV Stocksee**  
Hannelore Degener  
Nettdorfkamp 3a  
24326 Stocksee  
045 26 - 725  
www.lauftreff-stocksee.de  
lauftreff-stocksee@gmx.de

**Pinneberg**  
**Barmstedter MTV**  
Torsten Streich  
Buchentwiete 3a  
25355 Barmstedt  
041 23 - 16 86  
a-t-streich@versanet.de

**TRI EMTV Elmshorn**  
Hans-Peter Schramm  
Rethfelder Straße 15  
25337 Elmshorn  
041 21 - 75 90 6  
www.tri-emptv.de  
h.p.schramm@tri-emptv.de

**VfL Pinneberg**  
Edmund Rechka  
Drosselweg 39  
25421 Pinneberg  
041 01 - 64 9 28  
www.vfl-pinneberg.de  
kontakt@triathlon-vflpi.de

**Hochschulsport Wedel**  
– PTL Bund  
Daniela Fendt  
Feldstraße 143  
22880 Wedel  
01 76 - 54 02 82 02  
info@hochschulsport-wedel.de

**Steinburg**  
**TSV LO LA**  
Joern Rehkugler  
Hermann-Löns-Straße 9  
25551 Hohenlockstedt  
048 26 - 51 07  
jo.re@t-online.de

**Sport-Club Itzehoe**  
André Beltz  
Feldschmiede 6  
25524 Itzehoe  
01 76 - 62 18 18 25  
info@sci-triathlon.de

**Schenefelder Turnerschaft**  
Hermann Hüser  
Zum Erlengrund 12  
25560 Schenefeld  
048 92 - 959  
H.P.Hueser@t-online.de

## Plön

**SV Fortuna Bösdorf**  
Joachim Dose  
Matthias-Claudius-Ring 65  
24326 Ascheberg  
045 26 - 792  
cajo996@aol.com

**TSV Plön**  
Ruth Mielke  
Mühlengrund 6  
24329 Grebin  
043 83 - 472  
ruthmielke@web.de

**Tri-Team Schellhorn**  
Stephan Rühle  
Wehrbergallee 13  
24211 Schellhorn  
01 75 - 360 55 30  
ruehle.s@web.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  
24326 Flüggeborn  
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  
Freeseenberg 68  
24161 Altenholz  
04 31 - 325 72  
jens.ewering@sg-tantalus.de

**SV Wiking Kiel**  
Alice Krüger  
Alte Landstraße 2  
24107 Quarnbek  
043 40 - 499 79 91  
wiking.kiel@t-online.de

**THW Kiel**  
Martina Große-Hellweg  
Krummbogen 79  
24113 Kiel  
04 31 - 39 18 14  
thwkiel@t-online.de

**USC Kiel**  
Claudia Kratzenstein  
Am Dorfplatz 26  
24145 Kiel  
0431 - 53 61 18 41  
www.usc-kiel.de  
geschaeftsstelle@usc-kiel.de

**Ellerbeker TV**  
Stefan Landtau  
Waisenhofstraße 24  
24103 Kiel  
04 31 - 921 40  
www.etv-kiel-triathlon.de  
ETV-Kiel-Triathlon@freenet.de

**TuS Holtenau**  
Torsten Rohr  
Knooper Weg 179  
24118 Kiel  
04 31 - 221 70 38  
www.triathlon-holtenau.de  
t\_rohr@web.de



## Neumünster

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

## Rendsburg- Eckernförde

**Triathlonverein Dänischer  
Wohld**  
Dieter Michalscheck  
Zur Mühlenau 2b  
24229 Dänischshagen  
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

## SFC Ottendorf

Winfried Werner  
Spitzbergenweg 92  
24109 Kiel  
04 31 - 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

## 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

## 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  
01 73 - 436 55 90  
www.trivelos-flensburg.net  
tim-ole-petersen@  
versanet.de

## Schleswig- Flensburg

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

## TSV Fahrdorf

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

## MTV Gelting 08

Karsten Kretschmann  
Postfach 11 20  
24393 Gelting  
0177 - 464 34 18  
www.mtv-gelting-08.de  
vorstand@mtv-gelting-08.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  
01 70 - 737 69 11  
stephan.epple@freenet.de

## DLRG Kropp

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

## TSV Schleswig

Comelia 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

## 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

Torsten Reimann  
0176 - 61 69 56 50  
Berliner Ring 2  
25899 Niebüll  
www.ladelund-triathlon.de  
t.reimann87@googlemail.com

### TSV Langenhorn

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

### Fri Ööwingsfloose

Bernhard Vogel  
Daagel 17  
25920 Risum-Lindholm  
0151 - 62 61 58 63  
www.floose.de  
vogel@herrenkoog-triathlon.de

## MTV Leck

Bente Rathsack  
Amrumer Weg 33  
25917 Leck  
0160 - 783 07 21  
www.triathlonleck.bplaced.net  
bente-rathsack@gmx.de

## TSV Mildstedt

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

## TSV Rot-Weiß Niebüll

Michael Griesbach  
Dorfstraße 213  
25917 Leck  
046 62 - 51 71  
mgriesbach@foni.net

## 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

## TSG Odin

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





**Schleswig-Holsteinische  
Triathlon-Union e.V.**



**[www.shtu.de](http://www.shtu.de)**