

Die LG Laacher See beim 3. Raiffeisentriathlon in Neuwied

Starkregen wurde für den Wettkampftag vorausgesagt, doch davon unbeirrt trafen sich die LG'ler Saskia Afflen, Andreas Grams und Axel Schäfer mit weiteren 440 Athleten aus ganz Deutschland bei der Startunterlagenausgabe die Triathlons in Neuwied. Pünktlich um 11 Uhr fiel für Saskia und Axel der Startschuss der Olympischen Distanz. Bei kühlen Temperaturen entschieden sich die meisten Triathleten, mit Neoprenanzug die 1,5 km im Rhein zu schwimmen. Axel benötigte 24:17 Min., dicht gefolgt von Saskia, die nach 25:56 Min das Ufer erreichte. Nach dem Schwimmen war das Radfahren angesagt. Vom Ufer über den Deich erreichten sie die erste Wechselzone. Über die eigens hierfür gesperrte Raiffeisenstraße ging es in 2 Runden auf insgesamt 44 km mit 550 Höhenmetern bis nach Rengsdorf hinauf.



Der Regen blieb Gott sei Dank aus, dafür kam starker Seitenwind auf. "Auf der Bergabfahrt in Höhe der Brücke Ober-/Niederbieber zwang mich der Wind aus der günstigen Aeroposition, so konnte ich gerade noch einen Sturz vermeiden," berichtet Axel. Trotzdem konnten beide hier mit guten Leistung überzeugen. Axel erreichte nach 1:15 Std. die Wechselzone. Auf Saskia's Lieblingsdisziplin machte sie mit einer Zeit von 1:32 Std. weitere Plätze gut. Angekommen in der 2. Wechselzone wurde das Rad schnell abgestellt und in die bereitgestellten Laufschuhe geschlüpft. In einer recht passablen Zeit von 44:45 Min erreichte Axel mit einer Gesamtzeit von 2:27:36 Std. die Ziellinie und freute sich über den 12. Platz der AK M 50. Saskia ging es auf der Laufstrecke etwas vorsichtiger an und mit 63:16 Min. konnte sie das Ziel in einer Gesamtzeit von 3:06:21 Std. erreichen. Sie wurde auf den 8. Platz ihrer Altersklasse gewertet.

Foto:

Saskia Afflen und Axel Schäfer nach ihrem Triathlon in Neuwied

Andreas Grams startete auf der sogenannten Sprint-Distanz, mit 500 m Schwimmen, 22 km Radfahren und anschließend 5 km Laufen. Das „Rheinschwimmen“ war in 13:03 Min. absolviert, in 46:47 Min. ging es für eine Runde hoch nach Rengsdorf auf die Radstrecke. Wieder zurück in der Wechselzone lief er eine Runde durch den Neuwieder Schlosspark in 24:08 Min. Mit einer Gesamtzeit von 1:28:16 Std. belegte er den 4. Platz in seiner AK.

Nach dem Wettkampf ließen die LG'ler den Tag gemütlich ausklingen und fachsimpelten über den erfahrungsreichen Tag.