

3. Platz in Hofheim

Nachdem mein Versuch, bei der DJK Mühlbach wieder Fußball zu spielen, kläglich gescheitert war, habe ich wieder zum Triathlon zurück gefunden. Das rechte Knie war etwas demoliert und deshalb konnte ich erst spät mit dem Lauftraining beginnen. Nach ein paar Trainingsläufen musste ich einen Rückschlag hinnehmen. Erst als ich meinem Knie mit Operation gedroht habe, ging es langsam aufwärts. Zu den Wettkämpfen waren wir (mein Knie und ich) wieder fit.

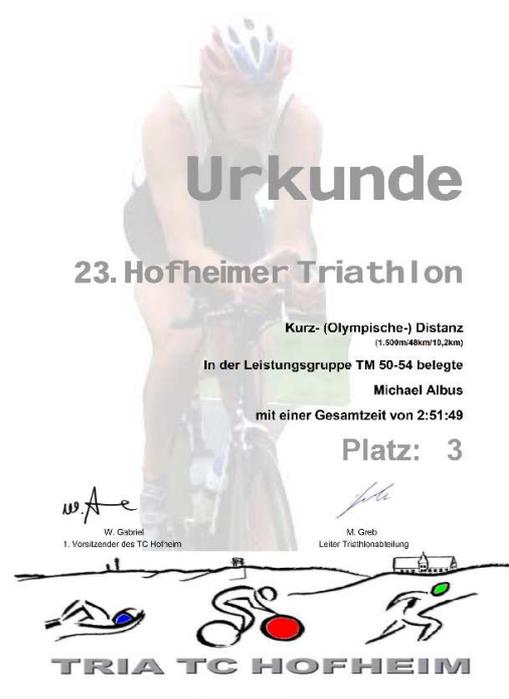
Kicken ist halt doch was anderes als Joggen.
Ich bewundere alle alten Knie, die das Fußballspielen noch vertragen!

Bei beiden Wettkämpfen waren die äußeren Bedingungen recht gut – abgesehen davon, dass es auf der Bamberger Radstrecke zeitweise heftig geregnet hat. Windig war es auch, aber das ist alles besser, als zu viel Hitze. Und so habe ich beide Rennen ohne Schwächeanfall überstanden.

Es waren mal wieder gute Oldies am Start: In Bamberg war der Zweitschnellste ein 45-jähriger und der Viertschnellste ein 49-jähriger. In Hofheim war einer dabei (aus dem Bayerischen Wald), der nächstes Jahr 70 wird. Und der hat nur 10 min. länger gebraucht als ich – und ich hab mich wirklich beeilt. Immerhin hab ich mal wieder einen Podestplatz geschafft und die Bronzemedaille in meiner Altersklasse gewonnen (siehe Fotos). Mein DJK-Mühlbach-Trikot hat mir dabei geholfen.

Ergebnisse 2012:

Datum	Ort	Laufzeit Std:min:sec	Strecken (km)	Gesamtplatz	Platz in AK 50
15.07.12	Bamberg	2:31:16	1,5 42 10	98 (von 188)	7 (von 16)
29.07.12	Hofheim	2:51:49	1,5 48 10,4	23 (von 66)	3 (von 8)
02.09.12	Bad Kissingen	2:47:05	1,5 42 10	25 (von 63)	3 (von 11)



Spontan habe ich zum Abschluss der Triathlon-Saison 2012 am Bad Kissinger Triathlon teilgenommen und nochmal einen 3. Platz für die DJK Mühlbach erreicht.

Ursprünglich sollte in der Saale geschwommen werden, was aber mangels behördlicher Genehmigung verhindert wurde. Also mussten im Terrassenschwimmbad 30 Bahnen zurückgelegt werden bevor es auf die Radstrecke ging. Diese führte Richtung Rhön (Poppenroth) und hatte deshalb einige Höhenmeter zu bieten. Die Laufstrecke war im Kurparkgelände, also schön eben und teilweise schattig. Die Kurgäste sprangen auch rechtzeitig zur Seite, wenn ein Läufer kam.

Die Altersklassen waren nicht in 5-er, sondern in 10-er Schritten eingeteilt, was meine Platzierung begünstigte.