

# Velden Tri & Wir

## Velden Tri 2008

Nachdem heuer mein absoluter Schwerpunkt im Rad liegt, war der Velden Tri am Sonntag einfach aus der Tradition heraus.

Ich bekam als erstes in Velden eine Gratulation von Hannes Hafner (Veranstalter in Zusammenarbeit mit Elmar Schubert), dass ich seit Anfang der Velden Tris am Start bin und immer als erster in der Anmeldungsliste aufscheine.

Wir waren eine kleine Speed Abordnung mit "Speed" Freunden am Start. Bernhard, Evi & Klaus.

Nach der üblichen Wettkampfbesprechung ging es zum einschwimmen. Hier bemerkte ich, dass ich heuer in Summe max auf 3,5 km Schwimmtraining gekommen bin.

Der Start der Staffel & Damen erfolgte 5 min vor dem Männerfeld. Hier gab es einige "Probleme" mit dem Startschuss und daher schwammen alle einfach mal los.

Der See war sehr unruhig und auch im Feld dominierte die Hektik. Keiner hielt die Linie und es kam auf 750 m immer zu sinnlosen Rempeleien im Wasser die Kraft & Rhythmus gekostet haben.

Ich bin ganz gemütlich meinen Teil mit Routine geschwommen und nach 15:07 aus dem Wasser. Bernhard folgte mir knapp mit 16:57.

Evi war 18:27 geschwommen und mit den 5 min Vorsprung vom Start schon am Rad.

Ich wechselte eher gemütlich und machte mich auf die 20 km Rad. Die Strecke war im Gegensatz zu den vergangenen Jahren verändert worden. Ob schöner, schneller, besser sei mal dahin gestellt.

Nach 10 km war die Wende in Wernberg und ich sah Bernhard schon heran fliegen. ( Resümee 2008 für 2009: auch für 20 km einen Tri Aufsatz auf das Rad)

Bei Km 15 habe ich dann Evi "gestellt" und bin mit Anfeuerung bei ihr vorbei.

Der Rad Split: Klaus - 35:10 // Bernhard: 35:44 und Evi: 38:17 absolviert und es ging auf die kurze Laufstrecke.

Da merkte ich nach knapp 500 m, dass ich 2008 meine Lafschuhe noch nie verwendet hatte. Ein kleiner aber kurzer Krampf in der Schienbeinmuskulatur machte meinen Laufstil etwas "unrund". Später musste ich auch noch 2 kurze Gehstrecken einbauen damit sich der Krampf löst.

Bernhard ist wie von mir erwartet bei km 2 in grüner Mamba Bekleidung bei mir vorbei geflogen. Ich wollte seinen Speed aufnehmen, aber nach knapp 100 m dachte ich mir: lauf du dein Tempo.

Evi ist dann zwischen km 3 - 4 bei mir vorbei gezogen. Ich hab mich dann etwas "unehrenhaft" in den kleinen Windschatten gehängt.

Der Lauf Split: Bernhard: 23:13 // Evi: 28:03 & Klaus: 29:11.

Ergebnis:

Evi: 1:27:42

Bernhard: 1:17:38

Klaus: 1:21:32

Der Wettkampf in Velden hat einmal wieder seinem Ruf alle Ehre gemacht. Ein schöner, perfekt organisierter Wettkampf. Es wäre für 2009 auch ein perfekter Wettkampf um intern die Vereinsmeisterschaften abzuhalten. Zwar müssen dann einige Speedies schwimmen lernen, aber bis dahin ist ja noch Zeit.