

Triathlon

Triabolos



35 % der Mitglieder sind weiblich, das älteste Mitglied ist 76, das jüngste sechs. Natürlich wird kindgerecht ausgebildet, werden Grundlagen für die spätere Performance gelegt, lass trotzdem aber mal raten, die Eltern der Sechsjährigen sind auch Triathleten ;-). Aber so geht's, besser schwimmt's, denn da preschen in Sachen Solidarität auch gerade die Triabolos vor: Wir berichteten in der letzten Ausgabe von der Corona-bedingten Schiefelage bei der Schwimmausbildung unserer Kids, als dass ganz Schuljahrgänge keinen Schwimmunterricht haben konnten. Seit Januar gibt es Extra-Schwimmkurse für Kids ab vier Jahren, ab April verteilen die Triabolos deswegen auch Seepferdchen ([alle Infos unter www.triabolos.de/schwimmkurs-fur-kinder-419](http://www.triabolos.de/schwimmkurs-fur-kinder-419)).

Für Jedermann und Jedefrau gibt es alljährlich ein Rookie-Programm, nach C. dann hoffentlich dieses Jahr erstmalig wieder, es startet jeweils im April, läuft bis Mitte Juli und schwimmt radelt läuft dann beim Hamburg Wasser World Triathlon mit. Triathlonpremiere unter Gleichgesinnten, alles kann, nichts muss. Die Triabolos selber veranstalten den Elbe-Triathlon, der ist immer im Sommer, auf der Dove-Elbe in Hamburg Allermöhe. Auch da machen immerhin deutlich über 2.000 Athlet:innen mit. „Der ist wie ein Familienfest, sehr entspannt, schöne Strecke“, sagt Wilm. Der Verein

ist unheimlich engagiert, alles, was die machen, ist sehr professionell, mag mit auch daran liegen, dass sich die Mitglieder vornehmlich online abstimmen. Es gibt kein klassisches Vereinsheim, aber auch das scheint sich bald zu ändern. Gerade in den letzten zwei Jahren gab es zigfache anspruchsvolle, klasse produzierte Onlinetrainings. Man trifft sich dann eben beim Training und den sehr beliebten Trainingslagern, Laufen in St. Peter Ording, Schwimmtraining in Lindow/Brandenburg, Radtraining in Ratzeburg oder oder oder. Wilm sagt: „Die Trainingscamps sind echte Highlights. Wir haben immer auch Leute dabei, die aufgrund ihrer körperlichen Voraussetzungen nie einen ganzen Triathlon leisten können und trotzdem voller Begeisterung dabei sind.“ So muss das sein. Richtig aua wird es bei den „100 x 100“ am 11. Juni im Poseidonbad (50 Meter). Die ganz schrägen Schwimmer:innen und Triathlet:innen unter uns/Euch (wir haben leider keine Zeit ;-)), schwimmen 100-mal die 100 Meter; das Ganze kann aber auch als Staffel bis zu viert absolviert werden, dann sind es nur noch 2,5 km zügiges Schwimmen pro Person :-). Kann manfrau machen, klingt sehr besonders, danach ist BBQ, klingt schon besser. [Alle Infos unter: 100mal100.weebly.com](http://100mal100.weebly.com)

Anzeige

Wenn man Triathlon im Kopf hat, denkt man an all die extrem seh-nigen, elastischen Menschen-mit-kaum-Unterhautfettgewebe, in äußerst praktischen SchwimmRadLauf-Einteilern, die vor allen Dingen hier in Hamburg den Hamburg Wasser World Triathlon oder gar den IRONMAN durchpflügen.

Und die so schnell Fahrrad fahren oder laufen, dass man sich verschämt abwendet, weil es schön wäre, wenn man nur einmal an eine solche Geschwindigkeit herankäme. Meistens erwartet man Einzelathlet:innen, die offensichtlich keine Modelleisenbahn haben oder keinen Garten, den sie durchpflügen könnten. Fehl-anzeige, belegt durch die Triabolos in Hamburg, mit ca. 900 Mitgliedern Europas größter Triathlon-Verein. Wir sprechen mit Wilm, der sich in diesem Fall einfach mal

um die PR gekümmert hat. Die damalige Gründungsidee war tatsächlich „das Gemeinschaftserlebnis“, wie er beschreibt. „Jede:r ist willkommen, und für jede und jeden gibt es das passende Training, von verbissen bis relaxed“, sagt er, „auch für so Dödel wie mich.“ Es gibt Mannschaften für die Landes- und Regionalligen. Alljährlich sind Sportler:innen des Vereins auf über 200(!!!) internationalen Events vertreten, durchaus auch auf Hawaii, beim IRONMAN. Dass auch für ambitionierte Athlet:innen einiges geboten wird, zeigt unter anderem die Tatsache, dass Nils Goerke (in der Hamburger und nationalen Lauf- und Triathlonszene als Coach omnipräsent, war auch als Triathlet selbst richtig erfolgreich), sowie Thomas Hellriegel (erster deutscher Gewinner des IRONMAN auf Hawaii und einer der besten deutschen Triathleten auf der Ironman-Distanz) Triabolos-Mitglieder und als zugängliche Coaches bei regelmäßigen Trainingslagern Teil des Netzwerks für „normale“ Triabolos sind.



ddm
DIERICHSDRUCK+MEDIA

DEIN ZEITSCHRIFTENDRUCKER

MIT FRISCHEM WIND AUS KASSEL!
www.ddm.de

IRGENDJEDERE DRUCKEREI | **PMG** PRINT MEDIA GROUP | **ddm** DIERICHSDRUCK+MEDIA | **ColorDruck:: solutions** | **PMGi** | **PubliKom** | **printTailor**