

2025-05-18 - 1. Ingelheimer Triathlon

Gelungene Premiere beim Sprinttriathlon – Ein aufregender Einstieg für unsere Leichtathleten!

„Es ist ja nur ein Versuch, um herauszufinden, ob wir als Leichtathleten mithalten können“, sagten unsere drei Ausdauersportler. Doch der kleine, aber feine „Kleine Karl“ – so nennt sich die Veranstaltung – hatte es in sich: Ein Sprinttriathlon mit den Disziplinen 500 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5000 m Laufen.

Mit 288 Teilnehmern war die Veranstaltung restlos ausgebucht – darunter unsere mutigen Athleten **Till Möritz, Sebastian Hänseroth** und **Clemens Roth**.

Bei sehr kühlem Wetter begann der Wettkampftag mit dem Schwimmen.



1. Disziplin – Schwimmen

Der jüngste im Bunde, Clemens, zeigte erneut sein Können im Wasser. Nach 12:44 Minuten stieg er aus dem Becken – eine beeindruckende Leistung!

Direkt dahinter folgte Till in 12:53 Minuten, während Sebastian mit 14:11 Minuten noch etwas mehr Zeit benötigte.

2. Disziplin – Rad

Auf einer gesperrten Strecke mussten drei Runden absolviert werden.

Der schnellste Radfahrer unseres Trios war Till, der nach 35 Minuten den Wechselraum erreichte. Sebastian kam mit einem Rückstand von vier Minuten ins Ziel, während Clemens, der mit einem Ersatzrad antrat, noch einmal zwei Minuten auf Sebastian verlor.



Start-Nr. 205, Sebastian Hänseroth



Start-Nr. 206, Clemens Roth

3. Disziplin - Lauf



Hier zeigte sich, dass das harte Ausdauertraining der letzten Wochen Früchte getragen hat. In einem lockeren, gleichmäßigen Lauf bewältigten alle drei Athleten die Strecke mit Bravour. Besonders überraschend war Clemens' Laufleistung: Mit 22 Minuten war er drei Minuten schneller als Till – eine tolle Leistung für den jungen Nachwuchsathleten!



Abbildung 1 – Till im Ziel



Sebastian auf den letzten Metern zum Ziel



Die Premiere unserer drei Leichtathleten war ein voller Erfolg! Im Ziel strahlten alle drei vor Glück – Wir freuen uns auf die nächsten Herausforderungen!