

Triathlon Saison 2012 des 1.SVG Hohe Wand

Eine lange und für den 1.SVG Hohe Wand sehr erfolgreiche Triathlonsaison ist mit Mitte September zu Ende gegangen.



Mit unserem kleinen aber immer professioneller trainierenden Team konnten wir in der letzten Saison schöne Erfolge einfahren. Die Saison stand ganz im Zeichen internationale Erfahrung zu sammeln.

Wir haben in dieser Saison 5 Trainingskurse abgehalten.

Begonnen hat die Saison mit 3 Trainingskursen noch im Jahr 2012. Die Kurse fanden in Lignano und Zypern mit dem Schwerpunkt Schwimmen und im Sportzentrum Obertraun mit dem Schwerpunkt Grundlagenausdauer statt.

In den Semesterferien fand ein Trainingskurs in Seefeld statt wo ebenfalls Grundlagenausdauer auf dem Programm stand.

Martin Demuth konnte in dieser Zeit mit der Öster. Nationalmannschaft einen 3- wöchigen Kurs in Fuerteventura verbringen, mit Schwerpunkt Lauf und Rad.

Zu Ostern fand wieder unser alljährlicher Rad- Trainingskurs, diesmal in Umag / Kroatien statt. Mit einem Team von 12 Athleten fanden wir hier ein ausgezeichnetes Umfeld, vom Schwimmbecken bis zu der Unterbringung vor.

Sportärztlich konnten wir im Herbst und im Frühjahr 2 Laufbahnuntersuchungen durchführen.

Im Frühjahr bekamen wir auch unsere neuen Raddresses die von den Sportlern sehr gut angenommen werden und bei fast jeder Ausfahrt getragen werden.

Wir habe es heuer auch geschafft, fast täglich ein betreutes Training durchführen zu können.

Es wurde an 6 Tagen in der Arena Nova und im Borg geschwommen.

Dienstag und Donnerstag waren wir auf der Laufbahn in Wr. Neustadt, Freitag zum Stabilisationstraining in der Turnhalle und 2-mal gab es gemeinsame Radausflüge.

Im Mai begann die Wettkampfsaison.

Leider hatten wir auch mit Krankheiten und Verletzungen zu kämpfen.

So konnten Philip Eibl und Steffi Riegler, wegen Mandeloperation und Überlastung, über die ganze Saison keine optimalen Leistungen erbringen. Vorallem Philip zeigte in der Vorbereitung seine Klasse

und zog mit seinem Trainingsehrgeiz die Anderen mit. Ab Oktober wird er im Heeresleistungszentrum Seebenstein ein professionelles Trainingsumfeld vorfinden und seine Erfolge erzielen.

Felix Deiser, einer unserer bisherigen Leistungsträger hat sich nun für Skilanglauf als seine Hauptsportart entschieden und war nur mehr sporadisch beim Triathlon am Start. Wenn er aber startete zeigte er seine Klasse. Mit Matti Waldner wechselte noch ein 2. Athlet endgültig zu den Skilangläufern. Da beide ab Herbst im Skigymnasium Stams trainieren stehen sie uns nicht mehr zur Verfügung. Wie wünschen ihnen aber auch dort viel Erfolg.

Daher blieben nur mehr unsere 2 Aushängeschilder um Erfolge einzufahren und für beide lief die Saison ausgezeichnet.

Nathalie Birli, heuer die erste Saison auch über die Olympische Disziplin am Start, kann man als Aufsteigerin der Saison bezeichnet.

Sie startete aber auch mehrere Rennen bei der Französischen Bundesliga mit teilweise extrem guten Resultaten. In der österreichischen Cupwertung belegte sie den tollen 2. Gesamtrang.

Sie erreichte folgende Platzierungen:

ÖM Wien (Olympisch)	Damen gesamt	5. Platz (U23 ÖM 2. Platz)
ÖM Pörtschach (Sprinttriathlon)	Damen gesamt	4. Platz (U23 ÖM 3. Platz)
ÖM Duathlon:	Damen gesamt	7. Platz (U23 ÖM 4. Platz)
Kitzbühel Triathlon Sprint	Tagessieg	
Römersee Triathlon Sprint	Tagessieg	
Bordeaux Triathlon	Einzel Damen gesamt	6. Platz (Team 2. Platz)
Faaker See Triathlon Olympisch:	Damen gesamt	3. Platz (U23 1. Platz)
Piberstein Triathlon	Damen gesamt	4. Platz
Ausee Triathlon – NÖ-LM	NÖ LM	3. Platz (U23 1. Platz)
Alpe d’huez Triathlon	Damen gesamt	11. Platz

Der Freund von Nathalie, Tom Curtis, ein Engländer der normal für Kenia an den Start geht, startete bei den Österreich Cup Rennen für die 1.SVG Hohe Wand. Durch seine Erfolge konnten wir auch bei den Herren den 2. Gesamtrang in diesem Jahr belegen.

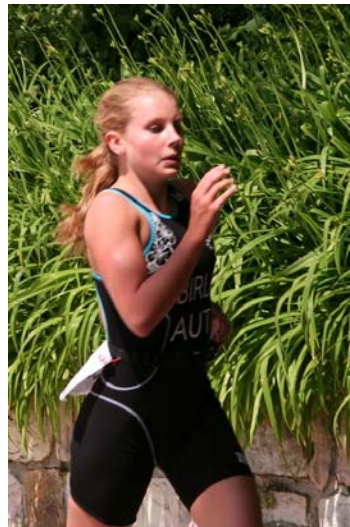
Durch die Anwesenheit von Tom bei einigen Trainingseinheiten, war das für unsere jungen Athleten ein großer Ansporn. Noch dazu, da er ein Trainingspartner von Hayes (Eng. Olympiastarter) ist und ein extrem guter Läufer ist.

Seine Kontakte haben wir genützt und werden heuer in Februar ein 3- wöchentliches Trainingslager in Neuseeland im seinen Club abhalten.

Für Martin Demuth stand die Saison unter den Vorzeichen auch international Erfahrung zu sammeln. Es war bei 5 Europacuprennen in Tschechien, Ungarn, Holland und Ö am Start. Dieses Jahr musste man als Lernjahr einordnen. Teilweise mit sehr guten Teilzeiten, (zB als 8. aus dem Wasser in Holland- aber auch mit Rückschlägen wie die Disqualifikationen gleichen Rennen wegen Nichtbeachtung einer Zeitstrafe. In Wien wurden auch die Ersten Europacuppunkte gewonnen. Bei den Österreich Meisterschaften lief es ich nicht ganz nach Wunsch.



Martin



Nathalie

Er erreichte folgende Platzierungen:

Martin Demuth Holten / NL

ÖM Wien (Junioren)	Junioren	4. Platz
ÖM Pörtlach (Jugend)	Jugend	4. Platz
ÖM Aquathlon	Jugend	3. Platz
TUM Triathlon München	Jugend	1. Platz
Europacup Wien	Junioren	28. Platz
Europacup Ungarn	Junioren	12. Platz

Leider hatte das gesamte Team über das ganze Jahr einige Probleme mit der 4. Disziplin dem Wechsel.

Von Problemen mit Neoausziehen, Helm verschließen, falsches Ablegen der Sachen, nicht finden des Rades, Übersehen der Zeitstrafe, falsches Montieren der Sternnummer, war alles vorhanden.

Diese Schwächen werden nächstes Jahr durch gezieltes Training hoffentlich ausgemerzt.

Seit 1. Oktober stecken schon wieder in der Vorbereitung für das nächste Jahr.

Geplant sind wieder 6-7 Trainingskurse:

Oktober	Lignano	Schwerpunkt Schwimmen
Dezember	Ramsau	Schwerpunkt Grundlagenausdauer
Dez./ Jän	Zypern	Schwerpunkt Schwimmen
Februar	Neuseeland	Schwerpunkt Rad / Lauf
		Start bei der nationalen Meisterschaft als Saisonstart
März	Porec	Schwerpunkt Rad
April	Umag	Schwerpunkt Rad / Lauf

Ziele für die kommende Saison:

3-4 Nachwuchsathleten wieder ins Team aufzunehmen und an die österreichische Spitze heranzuführen.

Österreichischer Meisterschaft Plätze zwischen 1-3

Qualifikation zur Junioren EM / Türkei

Start bei der gesamten Europacupserie bzw. deutschen bzw. französischen Bundesliga.

Großes Ziel ist die Europameisterschaft in Kitzbühle im Juni 2014

Möchte mich auch bei allen Unterstützern und Sponsoren, besonders beim NÖ- Triathlonverband bedanken, die uns großzügig unterstützen und so ein professionelles Training unserer Athleten erst ermöglichen.

Mit Nathalie Birli haben wir seit September einen geprüften Triathlon- Lehrwart in unseren Reihen.

Christian Demuth

Triathlon Sektion