

Montag, 9. August 2010

# 14. Volkstriathlon Sieg ist hart umkämpft

299 Teilnehmer kämpften gestern im und um den Salzgittersee um den Sieg beim Triathlon. Den Sieg machten die auswärtigen Gäste in einem spannenden Duell unter sich aus.



Beobachtet von der zweiten Startgruppe (weiße Badekappen) stürmt die erste Gruppe in der Reppnerschen Bucht zum Schwimmen.

Fotos (4): Dennis Lendeckel

## Dirk Sandeck sichert sich auf Anhieb den Sieg

Doppelter Premierenerfolg beim 14. Salzgitter Volkstriathlon – Sandecks Lebensgefährtin Carolin Nagel wird beste Frau

Von Dennis Lendeckel

**LEBENSTEDT.** Ein Jahr älter, 26 Sekunden schneller als im Vorjahr und trotzdem wieder nur Zweiter. Dennoch war es nicht im Geringsten ein Grund für Markus Weinmann, den 14. Salzgitter Volkstriathlon in schlechter Erinnerung zu behalten. „Ich bin sehr glücklich, wieder Zweiter geworden zu sein. Auf der Laufstrecke hat man den Altersunterschied gemerkt“, meinte der 48-Jährige aus Goslar. Er gratulierte sportlich fair und mit neidloser Anerkennung der überragenden Leistung des Siegers.

Der hieß Dirk Sandeck und startete zum ersten Mal am Salzgittersee. Der 32-Jährige aus Müden/Aller kam mit der drittschnellsten jemals gestoppten Zeit von 1:03,59 Stunden ins Ziel und hatte doppelten Grund zur Freude. Seine Lebensgefährtin Carolin Nagel überquerte nach 1:12,18 Stunden als Schnellste aller Frauen den Zielstrich.

Für die 24-Jährige war es ein Start-

ziel-Sieg. Sieben Minuten und 31 Sekunden nach dem Startschuss durch Salzgitters Oberbürgermeister Frank Klingebiel passierte sie nach 500 Metern Schwimmen die Wechselzone. Zwar stürmte mit Henriette Schmitz eine Frau 48 Sekunden früher aus dem Wasser, doch brachte sie damit nur ihre Staffel „Das Tretlager“ fast uneinholbar in Führung.

Auf der 25 Kilometer langen Radstrecke und der anschließend zu laufende 5,4 Kilometer langen Runde um den See ließ sich Nagel nicht mehr einholen. Knapp zwei Minuten Vorsprung sprachen eine deutliche Sprache.

Spannender verlief der Wettkampf bei den Männern. Nachdem Sandeck als Erster aus dem 21,9 Grad warmen Wasser stieg, baute er auf dem Rad seine Führung erst aus, ehe Weinmann in seiner Paradedisziplin kontinuierlich das Feld von hinten aufrollte. Eine Minute hatte er nach der ersten Disziplin Rückstand auf Sandeck, beim Wechsel vom Rad auf die Laufstrecke kamen beide

zeitgleich zur Wechselzone.

„Er war schon beim Schuhtausch schneller und dann hat er sich stetig abgesetzt, eine ganz starke Laufleistung“, lobte Weinmann seinen 16 Jahre jüngeren Kontrahenten.

„Endlich hat es mit einem Sieg geklappt“, strahlte Sandeck. Ein dritter und drei zweite Plätze standen bei seinen bisherigen Wettkämpfen dieses Jahres zu Buche. Damit übernahm er gleichzeitig die Führung im Tri-Cup Braunschweiger Land, dessen vierte von sechs Stationen Salzgitter war.

Bei den Staffeln landeten die Titelverteidiger vom Tretlager zwar erneut auf dem obersten Podest, doch Henriette Schmitz, Christoph Gerbershagen und Olaf Eschemann blieben mit ihrer Gesamtzeit hinter dem Einzelsieger zurück. 2006 und 2009 hatte das Tretlager jeweils die absolut schnellste Zeit hingelegt. Nach der Radstrecke lag das Trio noch knapp in Führung.

Die einzelnen Ergebnisse erscheinen in der Dienstausgabe der SZ.



Spannung an der Spitze: Rad an Rad kamen Dirk Sandeck (vorn) und Markus Weinmann zum Wechsel von der Rad- auf die Laufstrecke.

## In fast allem die Nummer eins

Der Lichtenberger Niels Michaelis ist nicht nur für seine Familie spitze

Von Dennis Lendeckel

**LEBENSTEDT.** Er war nicht der Erste und auch nicht der erste Salzgitteraner im Ziel. Doch die Zahl eins hat für Niels Michaelis ab sofort ganz besondere Bedeutung, wenn er an den Salzgitter Volkstriathlon denkt.

Der Lichtenberger ging zum ersten Mal überhaupt bei einem Triathlon an den Start, er war der Erste, der sich die Startunterlagen in der vergangenen Woche bei der ausrichtenden Sport- und Freizeit Salzgitter GmbH abholte, stürzte sich mit der ersten Startgruppe in die Fluten, und er war vermutlich der erste Dreikämpfer, der sich gestern im Ziel ein Küsschen seiner Lebensgefährtin abholte. Zudem erwarten beide in Kürze ihren ersten Nachwuchs.

„Auf dem Rad sah er sehr konzentriert und ernst aus, ich bin sehr stolz auf ihn“, verriet Julia Deneke nach dem Rennen. Gemeinsam mit einigen Freunden fieberte sie an der Strecke mit und feuerte ihren Lebensgefährten kräftig an. Der 36-Jährige wurde von einem Arbeitskollegen gefragt, ob er mit ihm zusammen am Triathlon teilnehmen würde. Spontan sagte Michaelis zu



Niels Michaelis im Ziel.

und begann vor vier Monaten mit dem Training.

Dabei verbesserte er sich in jeder Disziplin. „Mal stand das Schwimmen auf dem Programm, an anderen Tagen das Laufen und auch das Radfahren an extra Tagen“, berichtete Michaelis. Etwa eineinhalb Stunden benötigte er im Schnitt für alle drei Sportarten.

Im Wettkampf steigerte sich der Lichtenberger auf eine 1:22,08 Stunden, eine mehr als respektable Zeit. Besonders auf dem Rad machte er etliche Sekunden und Plätze gut. „Ich wusste, dass ich beim Laufen Zeit verlieren würde, daher war es gut, dass ich beim Radfahren vorlegen konnte“, verriet Michaelis.

Etwa nach einem Kilometer auf der Laufstrecke kämpfte der werdende Vater mit Wadenschmerzen. „An dem Punkt habe ich meinen inneren Schweinehund überwunden“, freute sich Michaelis. Platz 116 im Gesamtklassament und Platz 14 in seiner Altersklasse spielten für ihn keine Rolle. Allein das Durchhaltevermögen und die sportliche Betätigung zählten. Und eben der Kampf gegen die Trainingsgrenze von eineinhalb Stunden.

„Das war definitiv nicht mein letzter Triathlon“, versprach Michaelis. Das lag nicht nur an der guten Organisation, die auch die Gesamtsieger lobten. Ob er im nächsten Jahr dann mit Kinderwagen um den See läuft, ließ er offen. Wenn nicht, steht seine Lebensgefährtin ganz bestimmt mit dem Kind an der Strecke und fiebert Daumen drückend mit.

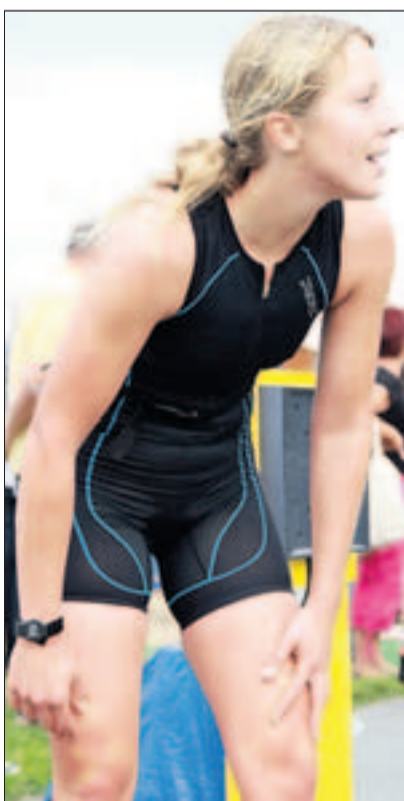
### SPLITTER

**Hervorragende Entscheidung:** Die Trennung der 299 Teilnehmer in zwei Startgruppen entzerrte den Massenstart, verringerte das Gerangel und „Überschwimmen“ im Wasser gegenüber den Vorjahren. Die Kampfrichter hatten wenig Arbeit, mehr als Ermahnungen wegen zu späten Absteigens vom Rad in der Wechselzone sprachen die strengen Wettkampfwächter nicht aus.

**Aufmerksame Helfer:** Zwei Schwimmer bekamen im Wasser Probleme und wurden von der DLRG an Bord des Begleitbootes genommen. Beide wurden schnell wieder wohlauf.

**Lockere Beine:** Zahlreiche Aktive ließen sich im Zelt des Lengeder Fitnessstudios INJOY die stark beanspruchte Muskulatur auflockern. Alle drei Liegen wurden sehr gut frequentiert.

**Weite Wege, traurige Sportler:** Einige Sportler waren nur schwer zu trösten. Am Wettkampftag konnten die Veranstalter keine Nachmeldungen mehr annehmen. Das Limit von 300 Startern war bereits vergangenen Montag erreicht. Ein Triathlet aus Hameln und musste sich schweren Herzens mit der Zuschauerrolle begnügen. Die weiteste Anreise nahm Lars Gröne auf sich. Er kam aus Shanghai, hatte sich aber schon vorher Zeit für den Familienbesuch in Salzgitter genommen.



Die schnellste Frau: Carolin Nagel.

### LOKALSPORT SZ

Chemnitz Straße 33, 38226 SZ  
 ▶ Telefon: 0 53 41/18 98 70  
 ▶ E-Mail: Lokalsport.SZ@bzv.de