

Artikel publiziert am: 17.03.2011 - 11.25 Uhr

Artikel gedruckt am: 25.05.2015 - 19.24 Uhr

Quelle: <http://www.hallo-muenchen.de/muenchen/m-ost/bogenhausen/vom-meter-geh-athleten-2400778.html>

„Vom Typ ‚10 Meter geh‘ bis zum Athleten“

Triathlon entwickelt sich immer mehr zur Trendsportart. Der Bogenhauser SC Prinz Eugen (SCPE) ermöglicht mit seinem ersten „Swim and Run“ am Samstag, 26. März, zum Saisonstart sowohl ambitionierten Sportlern als auch Freizeit- und Hobbysportlern einen ersten Einblick in zwei Teilbereiche dieser interessanten und abwechslungsreichen Sportart.



Triathlon-Abteilungsleiter Tristan Bechmann. Foto: privat

„Unsere Veranstaltung ist der erste und höchstwahrscheinlich auch der einzige Swim and Run in München und Umgebung“, so Tristan Bechmann, Abteilungsleiter Triathlon beim SC Prinz Eugen. Entstanden ist die Idee aus dem Triathlon-Nachwuchs: „Unser Nachwuchs startet auch in dieser Saison wieder auf Wettkämpfen, der Swim and Run ist eine Vorbereitung auf die Wettkampfsaison“, so Bechmann. Aber die Veranstaltung ist keineswegs nur für Wettkampfprofis gedacht! Das Event richtet sich auch explizit an Hobby- und Breitensportler. Denn eines steht ganz klar im Vordergrund: der Spaß am Sport! Wettkampfablauf Die Vorbereitungen laufen seit dem Schnuppertriathlon des SC Prinz Eugen im vergangenen Juli. In Zukunft soll der Swim and Run jährlich die Triathlon-Saison einläuten. Aktuell sind rund 100 Teilnehmer gemeldet, weitere Startplätze sind aber noch vorhanden. Die Startnummernausgabe ist ab 8 Uhr geöffnet, der Wettkampf beginnt um 9 Uhr. Gestartet wird beim Swim and Run in mehreren

Altersgruppen und über verschiedene Distanzen. Als letztes gehen die Teilnehmer der Volksdistanzwertung an den Start. Sie müssen eine Distanz von 750 Metern schwimmen und im Anschluss fünf Kilometer laufen. Zwischen dem Schwimmwettbewerb und dem Lauf wird eine halbe Stunde Pause gemacht. Der Start beim Laufwettbewerb erfolgt als Jagdstart und richtet sich nach den Ergebnissen beim Schwimmen. Triathlonmesse als Rahmenprogramm Nicht nur der Wettkampf steht beim Swim and Run im Vordergrund, der Triathlonabteilung um Tristan Bechmann ist es gelungen, eine kleine Triathlonmesse als Rahmenprogramm zusammenzustellen. Neben Shiatsu-Massagen besteht die Möglichkeit, Neoprenanzüge für den Triathlon zu testen oder Fahrräder zum günstigen Eventpreis durchchecken zu lassen. Trendsportart Triathlon Der SC Prinz Eugen arbeitet derzeit daran, den Breitensportlichen Bereich in seiner Triathlonabteilung weiter auszubauen. Triathlon hat sich in den letzten Jahren immer mehr zu einer Trendsportart entwickelt. „Marathon laufen reicht den Leuten nicht mehr“, erläutert Tristan Bechmann. „Die internationalen Triathlonwettbewerbe erregen viel Aufmerksamkeit. Die Leute wollen ambitioniert trainieren. Sie sind auf ganz unterschiedlichem Stand: Vom Typ ‚10 Meter geh‘ bis zum ehrgeizigen Athleten.“ Beim SC Prinz Eugen bekommt jeder Sportler einen eigens erstellten Trainingsplan. „Wir bieten individuelles Training zum Gemeinschaftspreis.“ Rund 40 Mitglieder zählt die Triathlon-Abteilung im Moment. Mehrmals in der Woche wird geschwommen, dazu gibt es zwei Mal die Woche einen Lauftreff. Triathlon- und Schwimmabteilung arbeiten bei allen Veranstaltungen eng zusammen. Der äußerst erfolgreiche Cheftrainer der Schwimmabteilung, Elvir Mangafic, kümmert sich auch um die Triathleten. Aber bei allem Trainingsfleiß: „Der Spaß kommt auch nicht zu kurz!“, versichert Tristan Bechmann. Das Hauptaugenmerk liegt dabei auf der Jugendarbeit. Die jüngste Triathletin in den Reihen des SCPE ist gerade einmal acht Jahre alt, „aber sie läuft und fährt schon allen davon“, berichtet der Abteilungsleiter stolz. Triathlon kann jeder! „Triathlon ist ein Breitensport: Fast jeder hat ein Rad, Schuhe und kann schwimmen. Ein Triathlon ist abwechslungsreicher als eine reine Lauf- oder Radveranstaltung. Die Volksdistanz ist auch noch absolut familienfreundlich.“ Mit rund drei Stunden Training pro Woche könne man sich das ganze Jahr über fit halten. Der Einstieg sei jederzeit möglich: „Wir hatten beim Schnuppertriathlon einen Teilnehmer, der mit 70 seinen ersten Triathlon absolviert hat.“ Vielseitiger Sportverein Der SC Prinz Eugen ist einer der vielseitigsten Sportvereine des Münchner Ostens. Neben der großen Triathlon- und der Schwimmabteilung bietet der Verein unter anderem auch Badminton, Volleyball, Leichtathletik, Fechten sowie einen großen Fitnessbereich für alle Altersklassen. Anja Lehner

Artikel lizenziert durch © hallo-muenchen

Weitere Lizenzierungen exklusiv über <http://www.hallo-muenchen.de>