



Die Regionalliga-Teams (von links): Nidia Ruiz Porath, Niels Beeck, Lena Schlag, Alexander Riwny, Antonia Koch, Frank Reimann, Beeke Kriech, Jonathan Pargätzi, Steffi Tegeler, Matz Materne, Henno Garbers. Außerdem gehören zu den Teams: Cliff Parnitzky, Sebastian Körner, Martin Dausend, Matthias Pelster, Hanna Otto und Bettina Eggers.

Foto: be

Triathleten leben den Teamgedanken

VON ANDREAS SAFFT

Lüneburger erstmals mit Frauen und Männern in der Regionalliga vertreten. Auftakt der Saison am Sonntag in Vierlanden

Lüneburger keine Sorgen machen.

Lüneburg. An mangelnder Vorbereitung soll das Projekt Regionalliga nicht scheitern. Elf Tage haben die Frauen und Männer vom Triathlon-Team Lüneburg auf Mallorca geschwitzt, vier Tage zuletzt über Himmelfahrt in Ratzeburg bei tropischen Temperaturen. „Mit bis zu vier Einheiten pro Tag“, betont Beeke Kriech, Teamkapitänin der Lüneburgerinnen. Wie gut ihre Mitstreiterinnen und die Männer in Form sind, wird der Liga-Auftakt am Sonntag in Vierlanden zeigen.

Die Frauen debütieren nach der Landesliga-Meisterschaft in der dritthöchsten deutschen Klasse, die Männer haben nachträglich als Dritte den Wiederaufstieg geschafft. Deren Kapitän Frank Reimann traut seinen Mannschaftskameradinnen aber eine Menge zu: „Die können unter den Top Fünf landen. Die haben starke Schwimmerinnen, das ist in der Regionalliga besonders wichtig.“

Denn die Felder werden deutlich dichter zusammen sein als in der Landesliga. Wer beim Schwimmen mitten im Pulk hängenbleibt, riskiert nicht nur blaue Flecke und verliert früh

den Kontakt zur Spitze. Auch auf dem Rad sind die Landesliga-Meisterinnen stark. Und beim Laufen, wo es auf jeden Platz ankommt, können sich die Aktiven gegenseitig pushen.

Frank Reimann, bei dem ein Muskelriss vom Hamburg-Marathon mittlerweile gut verheilt ist, und Henno Garbers leben vor allem von der Erfahrung. Dass Reimann über Himmelfahrt mal 1000 Meter am Stück geschwommen war, beeindruckt Beeke Kriech nicht: „Ich habe 3000 ge-

schafft.“ Sie selbst und Lena Schlag verzichten mit Blick auf die Regionalliga-Termine sogar auf einen Mitteldistanz-Start in diesem Sommer, denn das Triathlon-Team möchte möglichst zu allen fünf Wettbewerben ein möglichst starkes Aufgebot melden – und die Sommerferien sorgen schon mal für den einen oder anderen Ausfall. Ohne einen ausgeprägten Teamgeist kommen also die Individualisten in der Liga nicht aus. Aber in dieser Beziehung muss man sich um die

Frauen und Männer setzen auf ihre ausgeglichen besetzten Kader. So haben sich die Talente Antonia Koch und Matz Materne zu Leistungsträgern entwickelt. Allzu viel Hilfe ist auf der Strecke – zum Beispiel durch das Windschatten-Verbot beim Radfahren – nicht möglich, wichtig ist aber auch die moralische Unterstützung. Gelaufen wird in der Regel auf Pendelkursen, so dass man alle seine Teamkollegen einmal vor oder nach dem Wendepunkt sieht. „Da kann man sich wunderbar gegenseitig anschreien“, meint Reimann grinsend. Denn der verbale Tritt in den Hintern bewirkt kurz vor der Ziellinie bisweilen Wunder.

NUR DER PLATZ ZÄHLT IN DER REGIONALLIGA

Jagdrennen zum Finale krönt die Saison

Fünf Wettbewerbe in den fünf beteiligten Bundesländern umfasst die Regionalliga-Saison. Sprintdistanzen stehen zum Start in Hamburg-Vierlanden (11. Juni) sowie in Itzehoe (9. Juli) auf dem Programm. Über die doppelt so lange Olympische Distanz führen die Wettbewer-

be in Schwerin (25. Juni) und Bremen-Stuhr (30. Juli). Zum Abschluss steigt am 26./27. August ein Doppelpack in Bad Zwischenahn – erst ein Swim & Run, dann eine Sprintdistanz, bei der mit den Abständen des Vortags gestartet wird – also ein Jagdrennen wie beim Biathlon.

In die Wertung kommen jeweils die ersten drei Frauen und die ersten vier Männer mit ihrer Platzziffer. Mit einem Dreifach-Triumph würden die Frauen also das Idealergebnis von 1+2+3 gleich 6 einfahren. Für die Tabelle werden alle Platzziffern addiert.