

## Kampf dem Winterspeck

Im vorletzten Dienstagsschwimmtraining kam die spontane Idee sich zwischen den Feiertagen einmal zum Grundlagentraining zu treffen. Was eignet sich dazu besser als kurze Intervalle in moderatem Tempo? Frisch erholt wird mit sauberer Technik in den Intervall gestartet und bevor die Ermüdung einsetzt, ist dieser auch schon wieder vorbei. Genügend Wiederholungen sorgen für die nötige Grundlage. Was liegt also näher als einen Klassiker auszugraben und in die Tat umzusetzen: 100 x 100m sollten es sein. In unserem Hallenbad mit 16 2/3 m durchaus auch eine Herausforderung an die Wadenmuskulatur. Nach einer ersten leichtsinnigen Umfrage, ob es daran Interesse gibt, kam die positive Resonanz - wie kann es unter lauter verrückten Triathleten auch anders sein!?



Am 27.12.2018 um 10:00 Uhr war es dann soweit. Sieben Schwimmerinnen und Schwimmer haben sich im Hallenbad eingefunden, um sich der Herausforderung zu stellen. Alexandra Lechner und Karin Seierlein sind leider kurzfristig erkrankt. Somit war Sonja Pöhlmann-Dietel die einzige Frau in unserer Reihe. Um 10:10 Uhr startete sie, parallel zu den anderen, auf Bahn 4 ihren ersten Intervall. Obwohl sie als einzige mit einer Abgangszeit von 2:30 Minuten geschwommen ist, hat sie ihr selbst gestecktes Ziel um 10 Intervalle überboten – Herzlichen Glückwunsch zu deinen 6 Kilometern, Sonja!

Auf Bahn 2 und 3 starteten Patric Loscher, Christian Röhr, Augustin Siegfried und Tobias Keilwerth. Allesamt bestrebt mit einer Abgangszeit von 2:15 Minuten zum ersten mal die 100 Intervalle zu meistern. Die ersten 50 Intervalle verliefen sehr rund und die vier Herren machten planmäßig eine kurze Extrapause, um hochmotiviert die zweite Hälfte anzupacken.

Parallel dazu schwammen Bernd Wolfschläger und ich selbst mit einer Abgangszeit von 2:00 Minuten. Bernd stieg planmäßig bei Nummer 50 aus. Wohlwissend (da Wiederholungstätter), dass die zweite Hälfte erst ab Intervall 70 beginnt, verschob ich meine Pause etwas nach hinten. Da ich keine Zeit zum Nachdenken aufkommen lassen wollte und sich das Ende schneller nähern würde, verkürzte ich meine Abgangszeit auf 1:45.

Gegen 12:00 Uhr kamen Lisa, Karin, Johannes und Armin zur moralischen Unterstützung vorbei. Armin hatte sogar daran gedacht, Verpflegung für die bis dahin schon gut aufgeweichten Dauerschwimmer mitzubringen – danke dafür! Um 13:20 Uhr war es dann endlich soweit: Ich stieg nach 10 km glücklich und zufrieden aus dem Wasser. Mein erster Gedanke „Nie wieder mache ich das!“ – erst nächstes Jahr wieder ;).

Die Kollegen auf Bahn 2 und 3 hatten zu diesem Zeitpunkt noch knapp 15 Intervalle vor sich. Armin stieg noch mit ins Wasser und begleitete sie für 10 Intervalle. Die „Ehrenrunde“ überließ er dann den wahren Helden des Tages, die alle um 13:55 Uhr die 100 x 100m Premiere mit einer Abgangszeit von 2:15 Minuten erfolgreich meisterten – Herzlichen Glückwunsch, ihr seid spitze!

Es hat mir noch nie so viel Spaß gemacht, die 100 x 100m zu schwimmen wie in dieser Runde. Ich würde mich freuen, das im nächsten Jahr mit euch und vielleicht ein paar mehr Teilnehmern/innen zu wiederholen!

Tobias Müller

## Herrieder Aquathleten beim Hesselberglauf 2018



Platz	Platz AK	Name	Zeit
6	2	Hansch, Ingo	27:01:00
12	3	Frisch, Tobias	28:28:00
32	5	Evert, Sven	32:25:00
48	9	Jechnerer, Armin	33:04:00
65	13	Hölzlein, Peter	35:45:00

Mannschaftswertung		
1	Herrieder Aquatheten (Hansch, Fritsch, Ebert)	01:26:54
2	TSV Oettingen (Schebesta, Deißler, Bickel)	01:31:08
3	TSV Nördlingen (Bestler, Brenner, Wagner)	01:34:13

## Triathlon in Beilngries: „Heimspiel“ im Altmühltal



Sieben Herrieder Aquathleten starteten beim Bühler Beilngries Triathlon im Naturpark Allmühltal: Glückselig Robert, Schmitt Philipp, Schwarz Gunther, Kurz Mario und Wettengl Harald (von links) – Müller Tobias und Keilwerth Tobias nicht im Bild

### BEILNGRIES – Auch wenn das Wetter nicht mitspielte, waren bei dem 3. Bühler Beilngries Triathlon am Samstag über 700 Teilnehmer und Staffeln über die Sprint- und Olympische Distanz am Start, davon sieben Herrieder Aquathleten.

Bei der dritten Auflage dieses Triathlons waren ab Samstag Mittag nach den Liga-Wettkämpfen (Regionalliga und Bayernliga) über 700 Teilnehmer über die Sprint- (750 m Schwimmen, 20 Rad und 5 km Laufen) und Olympische Distanz (1,5 km Schwimmen, 40 km Rad und 10 km Laufen) am Start, davon 7 Herrieder Aquathleten über die längere Distanz. Neben den mittlerweile ungewohnten niedrigen Temperaturen regnete es zu Beginn und sorgte somit für nasse Streckenverhältnisse.

Ebenfalls war mit der „Queen of Kona“ Natascha Badmann (Schweizerin, 51 Jahre) eine der bekanntesten Größen des Triathlonsports als Staffelstarterin vertreten. Sie gewann zwischen 1998 und 2005 insgesamt sechsmal die Ironman-Weltmeisterschaft auf Hawaii.

Nach dem Schwimmen im Main-Donau-Kanal mit einer Wende blieb es nass und regnete zu Beginn auf der Radstrecke, welche auf der ST 2230 entlang der Altmühl nach Pfraundorf verlief (4 Runden) und aufgrund des flachen Profils sehr schnelle Radzeiten erlaubte. Die abschließende Disziplin führte die Athleten auf 4 Runden durch die Altstadt.

Müller Tobias (Platz 16, Zeit 2:06:25), Schmitt Philipp (Platz 44, Zeit: 2:11:42), Keilwerth Tobias (Platz 77, Zeit: 2:16:31), Schwarz Gunther (Platz 95, Zeit: 2:19:04), Kurz Mario (Platz 121, Zeit: 2:21:57), Wettengl Harald (Platz 238, Zeit: 2:39:11) und Glückselig Robert (Platz 309, Zeit: 3:00:27) zeigten sich im Ziel zufrieden mit ihren Ergebnissen.



Gunther Schwarz

Platz	Platz AK	Name	Swim	T1	Bike	T2	Run	Total
16	3	Mueller Tobias	00:22:39	00:01:48	01:00:59	00:00:59	00:39:58	02:06:25
44	4	Schmitt Philipp	00:29:46	00:02:28	00:57:15	01:42:00	00:40:30	02:11:42
77	17	Keilwerth Tobias	00:27:14	00:03:24	01:02:42	00:01:53	00:41:15	02:18:31
95	11	Schwarz Gunther	00:28:15	00:04:20	01:02:32	00:02:37	00:41:18	02:19:04
121	24	Kurz Mario	00:31:15	00:02:22	01:02:14	00:01:32	00:44:32	02:21:57
238	36	Wettengl Harald	00:34:18	00:03:06	01:10:40	00:03:06	00:47:06	02:39:10
309	39	Glueckselig Robert	00:36:15	00:03:45	01:13:35	00:02:40	01:04:10	03:00:26

### Teilnehmerrekord beim Aquathlon 2018

Fotos: Günther Holzinger und Klaus Büttner



1, 2, 3. weiter> >>

#### Ergebnisse und Urkunden

#### Herrieder Aquathleten beim Challenge in Roth 7. Juli 2018

PLATZ	STARTNUMMER	NAME	AK	finish
113	1049	Brunner, Stefanie (GER)	30	11:38:56
310	1235	Müller, Petra (GER)	50	13:34:56
311	1225	Marzok, Antje (GER)	45	13:34:57
564	1919	Schmidt, Norbert (GER)	50	10:34:08
940	1902	Augustin, Siegfried (GER)	55	11:10:05
1330	2646	Eberlein, Martin (GER)	35	11:42:24
1340	647	Wahler, Christoph (GER)	35	11:43:30
1566	2848	Muschler, Martin (GER)	45	12:05:49

#### Herrieder Aquathleten beim Brombachsee-Schwimmen 2018

16 00:31:07 Müller Tobias  
112 00:45:08 Schnell Uwe

#### Herrieder Aquathleten beim Rothsee-Triathlon 17. Juni 2018

Platz	Pl.AK	Pl.(M/W)	Startnr.	Name	AK	Ziel
63	12	70	481	Müller, Tobias (GER)	T35	02:20:22
138	31	150	563	Hansch, Ingo (GER)	T30	02:29:16
164	13	178	682	Schmidt, Norbert (GER)	T50	02:30:57
209	35	227	514	Wahler, Christoph (GER)	T35	02:33:52
361	51	407	684	Beyer, Bruno (GER)	T40	02:44:01
453	61	519	565	Frieb, Holger (GER)	T50	02:48:57
620	96	732	1145	Wettengl, Harald (GER)	T35	03:03:21
715	107	867	683	Glückselig, Robert (GER)	T35	03:16:35
34	7	320	166	Brunner, Stefanie (GER)	T30	02:38:48

#### Herrieder Aquathletin löst Ticket für Ironman Hawaii

Mit Cordula Gruber feiern die Herrieder Aquathleten ihr erstes Mitglied, das sich für den Ironman Hawaii qualifizieren kann. Um an das begehrte Ticket zu kommen musste sich die Münchner Triathletin der jedoch richtig verausgaben. Während bei verschiedenen Ironman Rennen des vergangenen Wochenendes, unter anderem auch in Hamburg, das Schwimmen wetterbedingt ausfallen musste, konnte dieses beim Schweizer Ironman in Zürich bei guten Bedingungen durchgeführt werden. Allerdings wurde hier wegen der Wassertemperatur des Zürichsees Neoprenverbot ausgesprochen. Von Anfang an hatte es Cordula mit einer sehr starken Gegnerin auf der Jagd um das einzige Hawaii-Ticket in ihrer Altersklasse W55 zu tun. In Zürich war mit ihr die ehemalige Profi-Triathletin Fernanda Keller (Brasilien) am Start. Diese konnte sich in den Jahren 1989 bis 2004 insgesamt 14x in den Top Ten und hiervon sogar 6x als Dritte in der Gesamtwertung beim Ironman Hawaii platzieren. Das Schwimmen ohne Neopren kam Cordula jedoch sehr entgegen und so konnte sie bereits auf den 3,8 Schwimmkilometern (1:06 Std.) auf ihre schärfste Konkurrentin einen Vorsprung von knapp viereinhalb Minuten herausarbeiten. Sehr

gut lief es auch auf den folgenden 180 Radkilometern. Für diese benötigte sie knapp über sechs Stunden und war hier sogar eine Viertelstunde schneller als die Brasilianerin. Als der Marathon in Angriff genommen wurde, hatte es in der Züricher Innenstadt bereits 35 Grad und diese setzten auch der deutschen Athletin nun richtig zu. Auf den 42 Kilometern standen wegen größerer energetischer Probleme nun gezielte Nahrungsaufnahme in den Verpflegungszonen (Salzbrezeln und Cola) sowie intensives Herunterkühlen der Körpertemperatur mit ausreichend Wasser im Vordergrund. Obwohl nun die Gegnerin bis zur Halbmarathonmarke immer näher kam, zahlte sich die konsequente Versorgung schlussendlich doch aus. Cordula konnte nach einer tollen Gesamtzeit von 11:57 Std. und einem Vorsprung von über 30 Minuten auf die legendäre Gegnerin den ersten Platz in ihrer Altersklasse feiern. Beim 40-jährigen Jubiläum am 13. Oktober möchte sich die Ausdauersportlerin mit ihrer bereits achten Teilnahme dann auch vom Ironman Hawaii verabschieden.

#### Herrieder Aquathleten beim Sprinttriathlon Feuchtwangen 10.06.2018

Platz	Platz AK	AK	Name	Swim	Bike	Run	Ges
8	4	M30	Hansch, Ingo	9:33	35:50	20:04	1:05:28
9	5	M30	Müller, Tobias	8:00	36:26	21:21	1:05:48
20	11	M30	Keilwerth, Tobias	9:41	38:26	22:14	1:10:22
27	4	M40	Fohrer, Ilja	10:43	40:08	21:49	1:12:41
37	19	M30	Kurz, Mario	12:09	39:24	23:54	1:15:28
52	9	M50	Klopfer, Jürgen	12:31	41:22	26:33	1:20:26
66	29	M30	Wettengl, Harald	12:59	43:40	26:48	1:23:28
10	3	W20	Sabla, Tamara	12:28	46:48	27:52	1:27:08

#### Herrieder Aquathletin holt Deutschen Titel auf der Triathlon-Mitteldistanz

Am vergangenen Wochenende wurden erstmalig in Ingolstadt die Deutschen Meisterschaften auf der Triathlon-Mitteldistanz ausgetragen. Diese besteht aus insgesamt 1,9 Kilometer Schwimmen, 90 Kilometer Radfahren und einem Halbmarathon (21 KM). Mit am Start und auch sehr erfolgreich waren auch die Herrieder Aquathleten Cordula und Michael Gruber. Da beide in München wohnen, hatten sie die bei den Titelkämpfen mit einer kurzen Anreise einen kleinen Heimvorteil. Cordula Gruber freute sich nach einem sehr anstrengenden Wettkampf mit einer tollen Gesamtzeit von 5:12 Std. über die Deutsche Meisterschaft in der Altersklasse W55. Ihr Mann Michael lieferte mit 4:38 Std. ebenfalls eine Top-Leistung ab. Er verpasste als vierter der Altersklasse M55 das DM-Podest nur knapp - mit nicht einmal dreißig Sekunden Rückstand auf den Drittplatzierten. Gesamtsieger und Deutscher Meister der Elite wurde -vor allem aufgrund eines überragenden Radfahrens- Frederic Funk in einer Zeit von 3:44 Std.

#### Vereinsmeisterschaften 2018 - Zwischenbilanz

Es ist Mitte Mai, die Saison bereits im vollen Gange und die ersten Titel zu den Vereinsmeisterschaften der Herrieder Aquathleten sind bereits vergeben. Herzlichen Glückwunsch!

10 km Herren:	21 km Herren:	Duathlon Herren:
<b>Ingo Hansch</b>	<b>Martin Eberlein</b>	<b>Viktor Schlund</b>
10 km Damen:	21 km Damen:	Duathlon Damen:
<b>Susanna Rinehart</b>	<b>Antje Marzok</b>	<b>Jenny Vogt</b>

Im Rahmen des **City-Laufes in Ansbach** Anfang Mai hatten auf der 10 km Strecke bei den Herren Ingo Hansch (Zeit 36:37 Ges. 3. Platz AK 2) und bei den Damen Susanna Rinehart (55:52 - Ges. 36. AK 4.) mit deutlichem Abstand die schnellsten Beine. Ingo Hansch wurde mit dieser tollen Zeit auch 3. der gesamten Konkurrenz. Auch in der Mannschaftswertung schafften es die Herren (Hansch, Ebert, Hölzlein) mit dem 3. Gesamtrang auf das Treppchen.

Die weiteren Teilnehmer in diesem Starterfeld waren  
32. (AK 10.) Sven Ebert 43:46  
74. (AK 12.) Peter Hölzlein 46:55

120. (AK 2.) Josef Brumberger 48:48  
333. (AK 3.) Eberhard Hatz 56:33  
407. (AK 6.) Tina Reim 58:11  
622. (AK 18.) Brigitte Lechner 1:07:43  
623. (AK 19.) Julia Fetzer 1:07:43  
624. (AK 17.) Brigitte Weger 1:07:43

Auch auf der Halbmarathon-Distanz waren einige unserer Vereinsmitglieder zu finden. Die Titel des Vereinsmeisters auf dieser Strecke holten sich in der Herren Konkurrenz Martin Eberlein in schnellen 1:32:56 (12. Platz Gesamt und in der AK 11.) und bei den Damen Antja Marzok 2:03:32 (132. Gesamt AK 4.) Hier erreichte uns Mannschaft (Eberlein, Böckler, Beyer) den 2. Gesamtrang!

Die weiteren Aquathleten in diesem Wettbewerb waren

22. (AK 2.) Böckler, Jochen 1:36:45  
38. (AK 8.) Beyer, Bruno 1:41:59  
73. (AK 9.) Ortner, Heiko 1:49:10

Aber auch beim 6,5 km Hobby-Lauf waren einige Vereinsmitglieder am Start.  
Eine Vereinsmeisterschaft findet auf dieser Distanz jedoch nicht statt.

2. Schlund, Viktor 26:11 2. M20  
17. Uhlmann, Klaus 32:17 2. M50  
71. Herrmann, Jörg 38:04 8. M50  
310. Schmidt, Christine 49:10 10. W50  
384. Wachmeier, Frauke 53:07 15. W50

Am 12.05.2018 startete die 17. Auflage des

**SAS-Duathlon in Burgoberbach.** Gleichzeitig fand hier auch die Wertung der Mittelfränkischen Meisterschaften und der Vereinsmeisterschaft der Herrieder Aquathleten statt. Mit 20 Meldungen waren wir wieder sehr zahlreich vertreten und wurden mit einem Verzehrkorb regionaler Spezialitäten belohnt. Wegen des gleichzeitig stattfindenden Laufes rund um das Autobahnkreuz mussten sich 8 Athleten entscheiden welchen Wettbewerb sie bestreiten wollten (separater Bericht). Das Teilnehmerfeld dieses Events ist inzwischen sehr hochkarätig. Mit Bernd Hagen vom Rother Team twenty.six eV kam der Sieger noch aus Mittelfranken. Den 2. Platz errang mit Rossi Huber ein Athlet aus Brescia, Italien. Unsere Vereinsmeisterschaft war hier eine sehr enge Angelegenheit. Die schnellsten Läuferbeine hatte Viktor Schlund. So lag er nach den ersten 5 km mit 21 Sekunden Vorsprung auf Ingo Hansch in Führung, der wiederum nur 30 Sekunden Vorsprung auf Philipp Schmitt hatte. Nach dem Wechsel auf das Rad über eine Distanz von 24 km änderte sich die Reihenfolge und Viktor fiel zwischenzeitlich auf den 3. Rang zurück. Doch seine derzeitige enorme Laufstärke brachten ihn auf den letzten 5 km Laufen wieder in Front und er sicherte in 1:20:30 mit 19 Sekunden Vorsprung auf Ingo und weiteren 23 Sekunden auf Philipp den obersten Podestplatz. In der Damen – Konkurrenz war Jenny Vogt (1:44:47) leider alleine vertreten und holte sich somit den Titel des Vereinsmeisters



Die Finisher der Herrieder Aquathleten:

22 AK 4. Viktor Schlund M20 01:20:30  
23 AK 5. Ingo Hansch M30 01:20:49 Mfr. Meisterschaft PI 3. AK  
25 AK 5. Philipp Schmitt M20 01:20:53  
31 AK 4. Thomas Heumann M40 01:22:23 Mfr. Meisterschaft PI 3. AK





46 AK 7. Tobias Müller M35 01:24:35  
 54 AK 11. Jochen Böckler M40 01:26:03 Mfr. Meisterschaft Pl 6. AK  
 55 AK 4. Norbert Schmidt M50 01:26:31 Mfr. Meisterschaft Pl 1. AK  
 56 AK 9. Benedikt Goth M25 01:26:39  
 80 AK 12. Peter Hölzlein M50 01:31:41 Mfr. Meisterschaft Pl 3. AK  
 86 AK 18. Bruno Beyer M40 01:33:14  
 108 AK 1. Reinhard Joas M70 01:39:31  
 109 AK. 21 Holger Frieß M50 01:39:57 Mfr. Meisterschaft Pl 1. AK  
 20 AK 5. Jennifer Vogt W30 01:44:47 Mfr. Meisterschaft Pl 1. AK



Peter Hölzlein

**Die Herrieder Aquathleten gratulieren ihrem Deutschen Meister:**  
 Reinhard Joas erringt den 1. Platz AK 70 bei der Deutschen Meisterschaft im Duathlon



**POWER MAN**  
 \*\*\* Alsdorf \*\*\*  
 Short  
 Sonntag, 29. April 2018  
 Reinhard Joas  
 M70  
 1. Platz  
 2:27:56.93

**Series**  
**NER M**  
 Alsdorf  
 tag, 29. April 2

1

**Gratulation an unsere Vereinsmitglieder:** Sportler- und Ehrenamtsehrung der Stadt Herrieden für das Jahr 2017

Fotos: Günther Holzinger



1

**Gratulation an Reinhard Joas zu seinem ersten Erfolg als Vereinsmitglied der Herrieder Aquathleten**



**Reinhard Joas**  
 Herrieder Aquathleten  
 Einzel Sprint 5-21-2-7  
 5km Laufen + 21km Radfahren + 2,7km Laufen  
**1. Platz in der Altersklasse TM 70**  
 73. Platz der Gesamtwertung  
 Gesamtzeit 1:38:50  
 Run 0:22:29 - Bike 0:56:57 - Run 0:16:34

Miltenberg, 15. April 2018

*Jens Marco Schaf*  
 Landrat

*S. Ullrich*  
 mandant@kern &  
 Schindler GbR

**Fahrt in den Frühling im April 2018**

Auf herrlichen Wegen in einem Schwenk über die bayerische Landesgrenze hinweg nach Baden-Württemberg zurück nahe Rothenburg o. d. T. - Ein gemütlicher Abend im Gasthaus Lamm, gestärkt mit einem guten Frühstück am Sonntag zurück nach Herrieden



**Herrieder Aquathleten bei "Wuidsaujagt" am Start**  
**Tobias Fritsch Altersklassensieger**  
**Thomas Heumann Bayerischer AK-Vizemeister im Cross-Duathlon**

"Jag die Wuidsau" - mit diesem Leitspruch wurde auch dieses Jahr wieder ins oberpfälzische

Dietldorf bei Burglengenfeld zum Cross-Duathlon eingeladen.

Die bisherigen, gelungenen Austragungen veranlassten den Bayerischen Triathlonverband mit dieser nun fünften Auflage auch erstmalig bayerische Titel im Crossduathlon zu vergeben. Sowohl die urige, familiäre Atmosphäre als auch die anspruchsvollen und gut präparierten Strecken waren der Meisterschaft absolut würdig. Die Teilnehmer hatten beim ersten Auftakt-Crosslauf insgesamt 5,2 Kilometer - zwei Runden mit je 80 Höhenmetern - zu bewältigen. Es folgte der selektive Mountainbikepart mit 17 Kilometern und 550 Höhenmetern, bevor eine weitere 2,6 Kilometer-Laufrunde den Abschluß der selbsternannten "Wuidsaujagt" bildete. Interessante Details der Laufstreckenführung waren nicht nur die Straßenüberquerung über ein selbstgebautes Gerüst oder das Durchlaufen einer kleinen unaufgeräumten Scheune, auch die mehrfachen Anstiege, welche fast nur auf allen Vieren gemeistert werden konnten, werden den Teilnehmern sicher in Erinnerung bleiben.

Beide Aquathleten kamen nicht nur mit den Strecken- sondern auch mit den Wetterbedingungen - zwei Grad minus und eisiger Ostwind- sehr gut zurecht. Nach dem ersten Lauf lag Heumann noch eine halbe Minute vor seinem Trainingspartner, danach wendete sich das Blatt und Tobias Fritsch spielte auf dem technischen Kurs seine Stärke auf dem Mountainbike aus. Auch ein Einbruch auf den letzten Laufkilometern verhinderten ein Top-Ergebnis nicht mehr. Von über 80 Einzelstartern wurde er mit einer Zeit von 1:35:55 Gesamt-Neunter und gleichzeitig Sieger seiner Altersklasse M30. Kleiner Wehrmutstropfen: Mit einem gültigem Startpass hätte der Altersklassensieger für ihn auch den bayerischen Titel bedeutet.

Mit einer ebenfalls guten Zeit von 1:39:40 konnte sich Thomas Heumann als Gesamt-Neunzehnter ebenfalls weit im Vorderfeld behaupten. Mit dieser Zeit wurde er nicht nur vierter der M40, freuen durfte er sich hiermit auch über den bayerischen Vizemeister-Titel in seiner Altersklasse.

Gesamtsieger wurde in 1:23:52 Std. mit Philipp Bertsch ein Mountainbike-Spezialist, der lediglich aus Zeitgründen das Laufen noch mit ins Training aufgenommen hat und für den diese Art Wettkampf eine willkommene Abwechslung darstellte.

*Thomas Heumann*

#### Impressionen vom Langlaufwochenende 2018

*von Peter Hölzlein*



1

#### Eisschwimmen 2018

27 Athleten - 7 davon ohne Neopren - stürzten sich heuer am 1. Januar bei der Auftaktveranstaltung zum Jubiläumsjahr "10 Jahre Aquathleten" in die Altmühl. Anders als sonst sorgte der hohe Wasserstand für eine ungewöhnlich starke Strömung, sodass sich die Schwimmer beim Bahenschwimmen im eigens eingerichteten Trainingsbecken flussaufwärts ordentlich ins Zeug legen mussten. Zunächst aber begrüßte der 1. Vorsitzende Armin Jechner die zahlreichen Zuschauer und das 500. Mitglied des Herrieder Ausdauersportvereins, Oskar Beckenbauer, zusammen mit seiner Familie.

Weil die Herrieder Aquathleten seit ihrer Gründung immer auch Kooperationen mit anderen Vereinen pflegen, eröffneten die Nachwuchskicker der F2-Mannschaft der SG TSV/DJK Herrieden das Eisschwimmen mit einem Schussfeuerwerk auf das "Herrieder Tor", das in der Altmühl schwamm.

Anschließend gab Thomas Wagner die Schwimmstrecke frei, wobei einige Sportler diese mit einem beherzten Sprung von der Brücke in Angriff nahmen. Wegen des Hochwassers konnten nur wenige Zuschauer die Athleten, eskortiert von Booten der FFV Herrieden und dem Vereinskano mit Organisator Johannes Hertlein am Steuer, auf ihrer Strecke zum alten Freibad mehr oder weniger trockenen Fußes begleiten. Aber ein klein wenig Wasserkontakt kann beim Eisschwimmen ja nicht schaden.





[1](#), [2](#) weiter> >>

Herzliche Einladung zum **Eisschwimmen** am **1. Januar 2018**. Die Schwimmer treffen sich um 13.30 Uhr im SG Sportheim, um 14.00 Uhr startet das Eisschwimmen. Der Ort des Einstiegs hängt vom Wasserstand der Altmühl ab. Während sich die "coolen" Schwimmer in die Fluten des alten Freibads stürzen, wartet dieses Mal ein Foodtruck mit heißen Getränken und heißem Imbiss auf die Zuschauer.

#### **Familienwanderung am 6. Januar 2018**

Am Samstag, **6. Januar 2018, um 14.00 Uhr** findet wieder eine **Familienwanderung** statt. Treffpunkt ist um 14.00 Uhr an der Bärenlochhütte. Nach einer kinderfreundlichen Wanderrunde wollen wir in der Bärenlochhütte noch gemütlich zusammensitzen. Für eine kurze Rückmeldung wären wir dankbar: [info@herrieder-aquathleten.de](mailto:info@herrieder-aquathleten.de)