

Motivations-Spruch und Doppel-Sieg

ROTHSEE-TRIATHLON Strahlende Gesichter bei der 35. Ausgabe: Sebastian Neef und Rebecca Robisch gewinnen auf der Olympischen Distanz.

VON PIA ILCHEMANN

HILPOLTSTEIN/HEUBERG – „Pain is just french for bread“ steht auf einem Schild, das eine junge Frau am Ufer des Rothsees in die Höhe hält. Übersetzt: „Schmerz bedeutet nur Brot auf Französisch“. Sie versucht die Sportler, die beim 35. Memmert Rothsee-Triathlon gerade aus dem Wasser kommen, damit zu motivieren. Manche lächeln, als sie das Schild sehen.

Andere brauchen keine Extra-Motivation. So wie Rebecca Robisch, die als erste Frau die Ziellinie überquert und sich gleichzeitig zur mittelfränkischen wie Bayerischen Meisterin über die Kurzdistanz (1,5 Schwimmen, 40 km Radfahren, 10 km Laufen) kürt. Eigentlich bereitet sich die 36-Jährige nämlich auf eine Langdistanz vor: Den Challenge Roth, der am 7. Juli 40 Jahre Triathlon feiert. „Die Olympische Distanz heute war so eine spritzige Einheit“, sagt Robisch. „Ich habe die Woche über einen großen Trainingsblock gemacht mit vielen Kilometern, lange Einheiten. Vorgestern bin ich 30 Kilometer gelaufen.“

Mit ihrer Zeit ist sie zufrieden: „Ich bin schneller Rad gefahren als vergangenes Jahr, das ist schon mal sehr gut. Allgemein bin ich ziemlich fit vor dem Challenge. Ich habe gehofft, dass alles gut geht, und ich keinen Defekt habe.“ Im Vorjahr war sie kurz vor der zweiten Wechselzone über ihr Rad gestolpert, diesmal läuft

NAMEN & ZAHLEN

Bayer- und Mittelfr. Meisterschaft Kurzdistanz

1. Sebastian Neef [TSG 08 Roth] 1:57:35,28 Stunden, 2. Lukas Stengel [Arriba Göppersdorf] 1:58:18,90, 3. Tim Frisch [La Carrera TriTeam Rothsee] 1:59:22,07, 4. Alexander Richter [TSG 08 Roth] 2:00:58,83, 5. Raphael Jungblaus [TSG 08 Roth] 2:04:32,74, 6. Florian Halmthue [Arriba Göppersdorf] 2:05:16,52, 7. Micho Grosch [TSG 08 Roth] 2:05:55,87, 8. Jonas Stengel [Arriba Göppersdorf] 2:06:19,17, 9. Adrian Lober [La Carrera TriTeam Rothsee] 2:06:32,14, 10. Maximilian Frank [Radfreunde Hilpoltstein] 02:07:01,68.

Frauen: 1. Rebecca Robisch [Radfreunde Hilpoltstein] 2:09:12,94, 2. Laura Mederer [TSG 08 Roth] 02:18:14,45, 3. Michelle Rosenthal [Turn- und Sportverein Albenfurt] 2:27:54,49, 4. Christina Müller [PowerBärs Reditz/Embech] 2:34:03,23, 5. Hannah Baysal [TB Erlangen] 2:34:42,37, 6. Anna-Lena Jahn [TV 1848 Schwabach] 2:35:03,63, 10. Lea Marie Bott [TSG 08 Roth] 2:45:12,28.

2. Bundesliga Süd - Mannschaftswertung:

1. TSG Roth/Hubert Schwarz Team [Kilian Bauer, Sebastian Neef, Alexander Richter, Lukas Stengel], 2. DSW Darmstadt II, 3. SV Ludwigsburg 08, Frauen: 1. TSV Mannheim, 2. Viktoria Augsburg, 3. TSV Vöhringen, 4. Tristar Regensburg.



Sebastian Neef gewinnt vor seinem Liga-Teamkollegen Lukas Stengel und dem Hilpoltsteiner Tim Frisch, Foto: Salvatore Giurdanella



Rebecca Robisch (Radfreunde Hilpoltstein) kommt nach 2:09:12 Stunden ins Ziel - unter frenetischem Beifall. Foto: Salvatore Giurdanella

alles glatt.

Mit mehr Widrigkeiten hat der männlichen Sieger Sebastian Neef zu kämpfen. „Ich bin heute beim Radfahren, was eigentlich meine Stärke ist, gar nicht reingekommen. Das Schwimmen war solide, ich bin zwar schlecht weggekommen, aber habe nichts verloren“, sagt der 35-Jährige, der am Tag zuvor schon in der 2. Bundesliga für die TSG 08 Roth gestartet war.

Erst am Wendepunkt der Laufstrecke in der zweiten Runde überholt der langjährige Regensburger den bis dahin führenden Lukas Stengel. „Ziemlich spät“, sagt Neef und grinst. „Nachdem ich ihn attackiert hatte, habe ich gesehen, er kommt nicht mit. Dann kann man die letzten Kilometer ein bisschen genießen, davor war es echt zäh.“

Der Mannschaftssieg in der 2. Bundesliga Süd - die TSG 08 gewann vor Darmstadt und Ludwigsburg - befähigt die Rother Triathleten. „Das Liga-Rennen war sau schnell, das Niveau in der 2. Bundesliga ist extrem

gestiegen“, sagt Neef. Umso mehr freut er sich über den Doppel-Sieg: „Es ist eine Ehre, für diesen Verein zu starten.“

Im Einzel-Rennen kommt zunächst Kollege Lukas Stengel (Arriba Göppersdorf) mit 33 Sekunden Vorsprung aus dem Wasser. „Ich bin erstmal Vollgas losgefahren und habe mich die ganze Radstrecke über gut gefühlt“, sagt der 23-Jährige. „Auf den geraden Stücken habe ich nie jemanden gesehen, also habe ich mich immer weiter gepusht.“ Seine Taktik: „So viel Vorsprung wie möglich herausholen.“

Das gelingt fast. „Ich wusste, dass ich auf Sebi beim Laufen wahrscheinlich zwei Minuten brauchen würde. Es waren 1:40, hat also nicht ganz gereicht.“ Dennoch ist der gebürtige Erlanger super zufrieden: „Es ist mein Ziel, hier irgendwann ganz oben zu stehen.“ 2017 fing er mit dem Triathlon an, hatte am Rothsee seinen ersten Wettkampf. „Seitdem bin ich begeistert dabei.“ Aktuell liegt Stengels Fokus auf dem Mitteldistanz-Tri-

athlon, „die Olympische Distanz passt da immer ganz gut rein. Aber mein Ziel ist es schon, mich auf der Mitteldistanz weiterzuentwickeln“, sagt der Maschinenbau-Student.

Auch Tim Frisch (La Carrera TriTeam) will sich weiterentwickeln und startet im September bei seinem ersten Mitteldistanz-Rennen. Am Rothsee läuft er als Dritter ins Ziel. Zuvor gibt es einen harten Kampf auf dem Rad mit Sebastian Neef. „Mal war er für zehn Kilometer 100 Meter vorne, dann wieder ich. Sebi läuft aber schneller als ich“, sagt Frisch, weswegen der 25-Jährige dann relativ entspannt mit Wohlfühltempo ins Ziel kommt.

Dort wartet er auf seinen Bruder Bastian, der Elfter wird. Der ist seit zehn Jahren begeisterter Triathlet. „Es kann so viel passieren während eines Rennens, auch taktisch, es gewinnt nicht immer der Beste“, sagt der 22-Jährige, der Grundschullehrer mit Hauptfach Sport studiert. „Ich finde es sehr cool, dass es drei Disziplinen sind. Das ist zwar ein

großer Trainingsaufwand, aber wenn man mal in einer Disziplin wie zum Beispiel dem Laufen verletzt ist, kann man meistens trotzdem schwimmen.“

Zum ersten Mal im Rothsee geschwommen ist Firat Sahin aus Nürnberg, der für seine Firma in der Staffel antritt. Der 27-Jährige staunt nicht schlecht, als alle anderen Schwimmer mit professioneller Ausrüstung neben ihm stehen - die meisten tragen einen Einteiler. Sahin dagegen hat eine normale Badehose mit weiten Beinen an.

„Ich dachte mir, wo bin ich hier gelandet? Mein Kollege hat zuvor zu mir gesagt, dass es eine lustige Veranstaltung sein wird, aber als ich hier ankam, dachte ich nur: Hier weht ein anderer Wind.“ Aber nicht nur. Ein Zuschauer klemmt ein Schild an den Zaun der Staffel-Wechselzone. Auf diesem steht: „Es gibt Bier im Ziel.“ An Motivation mangelt es beim Rothsee-Triathlon schließlich niemandem.

Elias Kolar weiter auf Rekordkurs

ROTH – Tübingen zählt in der Leichtathletik zu den Top-Adressen in Deutschland. Zum einen durch den 5000 Meter-Olympiasieger von 1992, Dieter Baumann, und zum anderen durch seine als Bundestrainerin wirkende Frau Isabell Baumann, die Mitte Juni zu Qualifikationsrennen für Deutsche Meisterschaften eingeladen hatte. In allen Wettbewerben standen routinierte Tempomacher bereit, die für das optimale Tempo sorgten.

Mit der Empfehlung seiner neuen 3000 Meter-Bestzeit in Ingolstadt ging Elias Kolar vom Team Leidl im 5000 Meter-Rennen entsprechend hochmotiviert an den Start. Dem 17-jährigen Rother wurde die Schlagzahl der Männer-Hauptklasse erst in den letzten Runden zu hoch. Nach einem sehr schnellen Schlusskilometer steigerte Kolar dennoch seine aus dem Vorjahr stammende Marke um 21 Sekunden und schaffte mit 14:31,1 Minuten eine neue, unerwartet starke Bestzeit. Deutschlandweit rangiert der zum jüngeren Jahrgang der U20-Jugend zählende Rother über 5000 Meter mit nur elf Sekunden Rückstand auf einem sensationellen zweiten Platz.

Prüßner übernimmt

FUßBALL DJK Veitsaurach stellt seinen neuen Trainer vor.



Jürgen Prüßner (li.) wird neuer Trainer der DJK Veitsaurach. Foto: DJK Veitsaurach

LANDKREIS ROTH – Die DJK Veitsaurach hat einen Nachfolger für das Trainerduo Benjamin Güttler und Bastian Membarth gefunden. Wie der Kreisliga-Absteiger vermeldet, wird Jürgen Prüßner, 58 Jahre alt und aus Gunzenhausen, die 1. Mannschaft zur neuen Saison übernehmen. Güttler und Membarth, die im Sommer 2023 die Geschicke übernahmen, verlassen den Verein nach einem Jahr.

„Wir haben einen Trainer gesucht, der zum Verein, zum Umfeld und insbesondere zu unserer Mannschaft passt. Jürgens sympathische Art und seine Ansichten über Fußball haben uns überzeugt“, wird der DJK-Vorsitzende Rudolf Trost in einer Mitteilung zitiert. Prüßner war zuletzt beim ebenfalls abgestiegenen Liga-Konkurrenten SG Ramsberg/St. Veit in der Kreisliga West tätig, trat dort jedoch im Frühjahr zurück. „Das Saisonziel ist, in der Kreisklasse im oberen Drittel mitzuspielen“, schreibt der Verein, der zudem vermeldet kann, dass „bereits vor Bekanntgabe des neuen Trainers fast alle Spieler trainerunabhängig zugesagt haben. Wir werden ein gutes Team haben“.

Zwei Niederlagen für TV

HOCKEY-OBERLIGA Ein Tor zum Abschied für Schwabacherinnen.

SCHWABACH – Stark ersatzgeschwächt traten die Hockey-Herren des TV 1848 Schwabach zum Oberliga-Gastspiel beim TSV Grünwald an und zeigten trotz der widrigen Umstände eine kämpferische Leistung. Das erste Viertel begann mit einer defensiv stabilen Leistung der Schwabacher. Sie standen tief und ließen dem Gegner wenig Raum zur Entfaltung. Diese Taktik zeigte Wirkung, denn Grünwald fand zunächst keine Mittel, um die kompakte Raumdeckung zu überwinden. Trotz des hohen Drucks auf die Abwehrreihe endete das erste Viertel torlos.

Schnelle Spielverlagerungen

Im zweiten Viertel reagierte Grünwald auf die Raumdeckung der Schwabacher und versuchte, durch schnelle Spielverlagerungen und gezielte Angriffe Lücken zu finden. Jetzt schlichen sich auf Seiten von Schwabach einige individuelle Fehler ein, die der Gegner konsequent nutzte. Zwei unglückliche Gegentore waren die Folge. Kurz vor der Halbzeitpause hatte Schwabach die Möglichkeit, durch zwei Strafecken den Anschluss

zu erzielen, traf jedoch nicht. Durch einen weiteren Münchner Treffer ging es mit einem 0:3-Rückstand in die Halbzeitpause.

Grünwald erhöhte danach auf 4:0. Trotz des Rückstands setzte Schwabach immer wieder Spitzen in Richtung gegnerisches Tor, die jedoch erfolglos blieben. Grünwald erzielte schließlich noch einen weiteren Treffer. Der letzte Spieltag findet zu Hause statt: Dann empfangen die Schwabacher am Sonntag, 30. Juni, um 12 Uhr den Bayreuther TS.

Die Oberliga-Frauen des TV 1848 Schwabach traten in ihrem letzten Saisonspiel gegen Bayreuth an und verloren mit 1:6. Schwabach startete stark und verteidigte die ersten 13 Minuten äußerst diszipliniert, sodass Bayreuth kaum zu gefährlichen Chancen kam. Trotz dieser stabilen Anfangsphase gelang es Bayreuth, innerhalb von nur zwei Minuten zwei Tore zu erzielen, was den Spielverlauf entscheidend beeinflusste. Schwabach gelang es aber, einen Ehrentreffer zu erzielen, bleibt aber Tabellenletzter.