Pressespiegel

Green Hell Triathlon
24. Juni 2012

Ann-Kathrin Schürmann
Presse- & Öffentlichkeitsarbeit

T +49 (0) 2691 302 9205
M +49 (0) 151 5713 2044
F +49 (0) 2691 302 9299
ann-kathrin.schuermann@nuerburgring.de

Nürburgring Automotive GmbH
Nürburgring Boulevard 1
53520 Nürburg

www.nuerburgring.de

Nürburgring Automotive GmbH

Pressespiegel
Green Hell Triathlon
24. Juni 2012

Inhaltsverzeichnis

Nr.	Medium	Überschrift	Datum
Tageszeitungen/ Print Magazine - Vorberichterstattung			
6	Adenauer Wochenspiegel	Eisenmänner zieht es in die "Grüne Hölle"	13.06.2012
7	LOSS JONN (Stadtmagazin Köln)	Green Hell Triathlon	Mai/ Juni
8	Rhein-Zeitung K Ahrweiler	Triathlon vom Freilinger See zum Nürburgring	14.06.2012
Tageszeitung - Nachberichterstattung			
10	Rhein-Zeitung K Ahrweiler	700 Starter bei Premiere am Ring	25.06.2012
Tageszeitungen/ Print Magazine online - Vorberichterstattung			
12	eifel-aktuell.de	GREEN HELL TRIATHLON am 24. Juni auf dem Nürburgring	12.06.2012
13	express.de	Ritter, Römer und Autofreaks	13.04.2012
14	general-anzeiger-bonn.de	Triathlon am Nürburgring/ Bisher haben sich fast 700 Starter gemeldet	14.06.2012
15	ortszeitungen.de	Green Hell Triathlon - Startschuss fällt in Freilingen	15.06.2012
16/17	rundschau-online.de	Green Hell Premiere: Der Anti-Sportler beim Triathlon	22.06.2012
18	welt.de	Triathlon in der Grünen Hölle	15.12.2011
Tageszeitungen/ Print Magazine online - Nachberichterstattung			
20	bergisches-handelsblatt.de	Green Hell Triathlon am Nürburgring	10.07.2012
21	derwesten.de	Triathletinnen trotzen der Grünen Hölle	27.06.2012
22	derwesten.de	Sieben Stunden durch die grüne Hölle	04.07.2012
23	derwesten.de	Olper Trio trotz in der "Grünen Hölle" allen Widrigkeiten	06.07.2012
24	DorstenerZeitung.de	Triathlon durch die grüne Hölle	05.07.2012
25	ksta.de (Kölner Stadtanzeiger)	Ein knallharter Triathlon	24.06.2012
26	ksta.de (Kölner Stadtanzeiger)	Green Hell Triathlon Fotostrecke	05.07.2012
38/39	lokalkompass.de	Green Hell Triathlon und Kanaltriathlon Voerde	04.07.2012
40	presseanzeiger.de	Carboo4U Sporternährung Partner bei Premiere von Green Hell	22.06.2012
41	rga-online.de (Remscheider G.-A.)	Rader Heiner Wenda auf dem Nürburgring mit starker Leistung	
42	RuhrNachrichten.de	Nürburgring: Triathlon durch die grüne Hölle	05.07.2012
43	thueringer-allgemeine.de	Katja Konschak siegt in „Grüner Hölle“	27.06.2012
44	volksfreund.de	Triathlon: Windige Premiere am Ring	27.06.2012

Nürburgring Automotive GmbH

Pressespiegel
Green Hell Triathlon
24. Juni 2012

Inhaltsverzeichnis

Triathlon Magazine online - Vorberichterstattung			
46	challenge-magazin.com	Topathleten und Promis starten in der "Grünen Hölle"	22.06.2012
47	connecticum.de	Green Hell Triathlon - Premiere	24.06.2012
48	lauftipps.de	Green Hell Triathlon/ Der Countdown zur Premiere läuft	12.06.2012
49	lauftipps.de	Triathlon in der grünen Hölle	12.06.2012
50	radsport-forum online	GREEN HELL! Triathlon-Premiere auf dem Nürburgring	07.11.2011
51	report-k.de	Die Kölner Multisport Veranstaltungen	24.04.2012
52	soq.de	Prominenz bei Triathlon-Premiere am Nürburgring	-
53	tri2b.com	GREEN HELL: Triathlon-Premiere auf dem Nürburgring	10.11.2012
54	trib2b.com	Neue Rennen: Betzenberg und Nürburgring im Blickpunkt	20.06.2012
55	triafreunde.com	Green Hell Triathlon Nürburgring	-
56	x-plore.de	Kampf in der grünen Hölle - Nun sind die Triathleten dran!	25.05.2012
Triathlon Magazine online - Nachberichterstattung			
58/59	lauftipps.de	Green Hell Triathlon/ Favoriten machen den Sieg unter sich aus	24.06.2012
60/61	netzathleten Magazin	Hart, Härter, Green Hell Triathlon	28.06.2012
62	tour-magazin.de	Triathlon-Premiere am Nürburgring	26.06.2012
63	tri2b.com	Nürburgring feiert Triathlon-Premiere	24.06.2012
64	triathlon.de	Green Hell Triathlon 2012: Premiere am Nürburgring	25.06.2012
65	tri-mag.de	Premiere auf dem Nürburgring/ Per Bittner besiegt die grüne Hölle	25.06.2012
66	tri-mag.de	Bock am Ring: Rollentausch	26.06.2012
Blogs			
68	asv-triathlon.org	Ein Halleluja für "The Green Hell"	-
69	Bürger Blog Blankenheim	Green Hell Triathlon startet am Freilinger See	23.06.2012
70	campanaradsport.de	Green Hell Olympic	02.07.2012
71/72	clemenscoenen.blogspot.de	Grüne Hölle!	27.06.2012
73	fiko-triathlon.de	Christian Nitschke wird Zweiter beim 1. Green Hell Triathlon	06.07.2012
74	jens-kaiser.net	Wenn's läuft, dann läuft's - Sieg am Nürburgring	24.06.2012
75	m-reuter.de	"Green Hell" Triathlon auf der Nordschleife	06.07.2012

Inhaltsverzeichnis

76	nietschke-triathlon.de	Green Hell Triathlon - Eine gelungene Premiere!	26.06.2012
77	rsf-borken.de	Green Hell Nürburgring: Hirle auf Platz 5	27.06.2012
78-80	silkemarathon.wordpress.com	Grüne Hölle	26.06.2012
81/82	triathlon.oeffi.de	Bericht 1. Green Hell Triathlon 24.06	02.07.2012
83/84	triathlonclub-wuppertal.de	Green Hell Triathlon am 24.6.2012 –Die Grüne Hölle vom Nürburgring	24.06.2012
85	um-team.utemueckel.de	Green Hell Triathlon	25.06.2012
86	wasser-freizeit.de	Green Hell Triathlon (Nürburgring)	26.06.2012
87/88	wir-in-freilingen.de	Im Gespräch mit... Axel Meißner	-
89-91	wir-in-freilingen.de	Hervorragende Platzierungen für Freilinger Teilnehmer beim Green Hell Triathlon	-
Social Media			
93	Facebook.com	Bildergalerie - Green Hell Triathlon	26.06.2012
94-99	Facebook.com Green Hell Triathlon	Pinnwand Green Hell Triathlon	13.07.2012

Tageszeitungen/ Print Magazine

Vorberichterstattung

Eisenmänner zieht es in die »Grüne Hölle«

Kräftezehrende Triathlon-Premiere am Nürburgring mit drei unterschiedlichen Distanzen

Der Countdown läuft: In elf Tagen, am Sonntag, 24. Juni, fällt der Startschuss zur Premiere des »Green-Hell-Triathlons«, der die Eisenmänner und -frauen vom Freilinger See an den Nürburgring führt. Zuvor wurden im Beisein von Schauspieler Thomas Held (»Sechserpack«) und Jörg Lindner, Geschäftsführer Nürburgring Automotive GmbH, Konzept, Streckenführung und Aktuelles zur Veranstaltung vorgestellt.

NÜRBURGRING. Weltweit übt die »Grüne Hölle« auf Motorsportler und -fans eine magische Anziehungskraft aus. Und dieser ganz besondere Reiz erreicht neuerdings auch Sportler, die ausschließlich von ihrer eigenen Kraft angetrieben unterwegs sind: Triathleten. Bisher haben sich rund 700 Starterinnen und Starter für das Debüt des Ausdauersport-Ereignisses »Green-Hell-Triathlon« registrieren lassen. Erwartet werden 850 Sportler. Interessierte haben noch kurzfristig die Möglichkeit, sich anzumelden. Startunterlagenausgabe Ring-Boulevard: Freitag, 22. Juni, 14-20 Uhr; Samstag, 23. Juni, 10-21 Uhr; Sonntag, 24. Juni, 4.30-6.30 Uhr. Parallel können sich Helfer für die Organisation (Streckenposten usw.) unter der Helfer-Hotline 0221-2949931 melden.

Das Rahmenprogramm beinhaltet eine Pasta-Party am 23. Juni, eine Triathlonmesse (Ring-Boulevard) sowie Moderation und Musik. Im Premierenjahr warten drei Distanzen auf die Teilnehmer: »Green Hell 226 half« - Mitteldistanz, 1,9 km Schwimmen, 99 km Rad, 21 km Laufen; »Green Hell Olympic«, 1,5 km Schwimmen, 58 km Rad, 10 km Laufen; »Green Hell Shorty«, 500 m Schwimmen, 37 km Rad, 5 km Laufen. Nach dem Schwimmen geht es über gesperrte Straßen zum Nürburgring und dort auf die Nordschleife sowie später mit den Laufschuhen über den GP-Kurs.

Mehr Informationen stehen im Internet:
www.greenhell-triathlon.de

Von links: Melanie Graf (Organisation), Schauspieler Tommy Held, Jörg Lindner (Geschäftsführer NAG) und Uwe Jechke (Jeschke & Friends, Veranstalter Cologne Triathlon Weekend). *Foto: Wer*

im überblick

Globeboot 2012

Das kostenlose Outdoor-Testival für die ganze Familie

Am ersten Maiwochenende veranstaltet Globetrotter Ausrüstung am Heider Bergsee in Brühl die *Globeboot*. Über 80 Boote und mehr als 100 Zelte warten darauf, ausprobiert zu werden, dazu wird die neueste Ausrüstung für das Leben draußen gezeigt. An vielen Ständen stellen Hersteller und Outdoor-Experten Produkte vor und bieten spannende Aktionen für Groß und Klein.

Stellen Sie etwa beim Axtwerfen und Bogenschießen Ihre Treffsicherheit unter Beweis, während die Kinder bei der T-Shirt-Mal-Aktion ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Fester Bestandteil des Outdoor-Events ist Geocashing, mit GPS-Geräten der neuesten Generation geht's auf moderne Schatzsuche. Messerschmieden und Messerschärfen sind weitere Highlights. Exklusiv an diesem Wochenende geben die Spezialisten der Outdoorschule Süd praktische und aktuelle Outdoor-Erste-Hilfe-Tipps. Beim Floßbau kann man handwerkliches Geschick unter Beweis stellen, um nach Fertigstellung den Heider Bergsee mit dem selbst gebauten Gefährt zu überqueren. Teamgeist zählt beim Rennen der Mannschaftskanadier, hier sind tolle Preise zu gewinnen.

05. und 06. Mai 2012, 10-18 Uhr. Ort: Heider Bergsee, Campingplatz, 50321 Brühl www.heiderbergsee.de

Weitere Infos unter www.globetrotter.de

Die Kölner Multisportszene wächst!

Was vor über 25 Jahren mit dem Köln Triathlon begonnen hat wird durch den Jeschke & Friends Veranstaltungsservice immer weiter entwickelt. Inzwischen werden unter der Regie von Jeschke & Friends drei Multisportevents in Köln sowie der Green Hell Triathlon am Nürburgring ausgerichtet. Diese Events werden 2012 von Jeschke & Friends organisiert:

22. April 2012
Bike & Run Cologne im Forstbotanischen Garten in Köln Rodenkirchen. Beim Bike & Run Cologne wird in Einzelzeitfahrmanier von der Startrampe in die Auftaktdisziplin Radfahren gestartet. 25 km sind auf dem Rad zu bewältigen. Anschließend wird in die Laufschuhe gewechselt. Laufend sind weitere 10 km zu absolvieren.
Auch als Staffel (zu zweit) möglich!
Alle Infos unter
www.bike-and-run-cologne.de

17. Juni 2012
Swim & Run Cologne am Fühlinger See. Beim Swim & Run Cologne haben die Teilnehmer die Wahl aus verschiedenen Distanzen die alle alleine oder als Staffel bewältigt werden können:
Langdistanz: 4 km Swim/21 km Run
Halbdistanz: 2 km Swim/14 km Run
Volksdistanz: 1 km Swim/7 km Run
Cologne12: 12 km Langstreckenschwimmen
Geschwommen wird in der Regattabahn des Fühlinger Sees und gelaufen wird um den Fühlinger See.
Alle Infos unter
www.swim-amd-run-cologne.de

24. Juni 2012
Green Hell Triathlon am Nürburgring. Die Premiere des Green Hell Triathlon lockt in diesem Jahr erstmals mit einer besonderen Herausforderung in die „Grüne Hölle" an den Nürburgring. Eine Runde auf der ca. 20 km langen Nordschleife hält knapp 500 Höhnemeter bereit, eine (Lauf-) Runde auf der Grand-Prix-Strecke bietet auf ca. 5 km mit knapp 100 Höhenmetern weitere beachtliche Anstiege. Folgende Distanzen stehen beim Green Hell Triathlon zur Auswahl:
Green Hell 226 half: 1,9 km Swim , 99 km Bike, 21 km Run
Green Hell Olympic: 1,5 km Swim, 58 km Bike, 10 km Run
Green Hell Shorty: 0,5 km Swim, 37 km Bike, 5 km Run
Auch hier sind alle Distanzen als Staffel möglich.
Alle Infos unter
www.greenhell-triathlon.de

31. August bis 02. September 2012
Cologne Triathlon Weekend in Köln
Ca. 4.200 Athleten lockte das Cologne Triathlon Weekend im Jahr 2011 nach Köln. Das Triathlon Wochenende hält für jeden die passende Distanz bereit! Von Jung bis Alt, vom Rookie bis zum Profi versammelt sich in Köln die Triathlonszene. Are you ready?!
Und hier die ganze Auswahl von Iron-Distanz bis Volksdistanz:
Cologne226: 3,8 km Swim, 180 km Bike, 42,2 km Run
Cologne226 half: 1,9 km Swim, 90 km Bike, 21,1 km Run
CologneOlympic: 1,5 km Swim, 40 km Bike, 10 km Run
CologneSmart: 0,7 km Swim, 24 km Bike, 7 km Run
CologneKids: verschiedenen Distanzen je nach Alter
Alle Distanzen auch als Staffel möglich.
Alle Infos unter
www.colognetriathlonweekend.de

Melanie Graf (Organisation), Schauspieler Tommy Held, Jörg Lindner (Geschäftsführer Nürburgring Automotive GmbG AG) und Uwe Jeschke vom Veranstalter freuen sich auf die Ringpremiere. Foto: Werner Dreschers

Triathlon vom Freilinger See zum Nürburgring

Sport Mehr als 700 Athleten gehen an den Start

Von unserem Reporter
Niki Radtke

Nürburgring. Erneut verlangt die Grüne Hölle am Sonntag, 24. Juni, Mensch und Maschine alles ab. Dieses Mal steht aber nicht die Kraft von Motoren im Vordergrund. Beim Green Hell Triathlon sind Muskelkraft, Ausdauer und gutes Taktieren gefragt. Knapp 700 Athleten haben sich bereits für die körperliche Herausforderung angemeldet.

Die längste Distanz, die an diesem Tag bewältigt werden kann, ist die Mitteldistanz. Geschwommen werden dabei 1,9 Kilometer im Freilinger See in Blankenheim. Anschließend müssen die Sportler 99 Kilometer in die Pedale treten. Vom See geht es über gesperrte Kreis- und Landstraßen auf die Nordschleife mit bis zu 17 Prozent Steigung. Bei der finalen Laufdistanz müssen dann noch 21 Kilometer auf der Grand-Prix-Strecke bewältigt werden.

Beim Schauspieler Thomas Held, der für einen guten Zweck an den Start geht, werden Kindheitserinnerungen wach: „Schon als kleines Kind verbrachte ich mit meinem Vater viel Zeit an der Nordschleife." Genau mit diesen schönen Erinnerungen will er das Rennen durchhalten. „Ich blende die Belastung erst einmal aus und versuche, die Atmosphäre zu genießen", behauptet Held, der die olympische Distanz in Angriff nimmt. Mit den Spenden, die er für den Triathlonverein „Mach 3 Köln" und den Verein „Goldene Jungs" erläuft, will er Kindern und Jugendlichen aus sozialen Brennpunkten in Köln helfen. Diejenigen, die spontan am Triathlon teilnehmen möchten, können sich ab Freitag, 22. Juni, vor Ort nachmelden. Wer den Wettkampf nicht alleine bestreiten will, hat die Option mit einer Staffel anzutreten. Auch hier ist eine Nachmeldung möglich.

Weitere Infos im Internet unter www.greenhell-triathlon.de. Es werden noch Helfer gesucht. Wo man sich meldet und wie man vergütet wird, erfahren Interessierte unter Telefon 0221/294 99 31.

Tageszeitungen

Nachberichterstattung

Copyright: Ingo Kutsche

Bärenstarker Auftritt: Die erste Auflage des Green Hell Triathlons am Nürburgring wertete der Veranstalter angesichts von 700 Teilnehmern als Erfolg. Darum soll am am 23. Juni 2013 die nächste Auflage folgen.

700 Starter bei Premiere am Ring

Ausdauersport Viel Betrieb beim 1. Green Hell Triathlon

Nürburgring. Gelungene Triathlon-Premiere auf dem Ring. Am gestrigen Sonntag waren rund 700 Ausdauersportbegeisterte an den Nürburgring gepilgert, um sich bei der ersten Auflage des Green Hell Triathlons zu messen. „Die Teilnehmerzahl spricht eine eindeutige Sprache. Wir blicken auf eine sehr gute Premiere und freuen uns auf das Jahr 2013. Dann werden wir diese tolle Veranstaltung wiederholen", freut sich Ausrichter Uwe Jeschke.

Bei zunächst trockenem, aber sehr windigem Wetter fiel der Startschuss frühmorgens am Freilinger See nahe des Eifelstädtchens Blankenheim. Bei der Triathlon-Premiere erwartete die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Anschluss an das Schwimmen ein anspruchsvoller Ritt auf dem Rad zum Nürburgring auf die Nordschleife, bevor auf dem Grand-Prix-Hochgeschwindigkeitskurs mit dem abschließenden Lauf das Finale eingeläutet wurde.

Übe die Olympischen Distanz (1500 Meter Schwimmen, 58 km Radfahren, 10 km Laufen) platzierte sich der Kölner Ex-Radprofi Marcel Wüst auf dem dritten Tagesrang. Der begeisterte Triathlet musste sich nur dem Sieger Jens Kaiser aus Ransbach-Baumbach und dem Zweitplatzierten Holger Schill (EJOT Team TV) geschlagen geben. TV-Schauspieler Thomas Held (Comedy-Serie „Sechserpack") erreichte mit Rang 66 die angestrebte Top 100-Platzierung.

Bei den Frauen gewann Tanja Erath (Triathlon Team Witten) vor Silvia Noya Crespo (1890 Bielefeld) und Antje Dietz.

Über die Halbdistanz (1900/99/21) siegten die Favoriten: bei den Männern Per Bittner (Team TBB) vor seinem Teamkollegen Christian Nitschke und Jürgen Stilgenbauer (Team ROWE Sport); bei den Frauen Katja Konschak (SV Nordhausen) vor Isa Roth aus Bonn und Marion Wittler aus Bielefeld.

Alle Ergebnisse im Internet unter der Adresse **www.greenhell-triathlon.de**

Tageszeitungen/ Print Magazine online

Vorberichterstattung

Copyright: Ingo Kutsche

GREEN HELL TRIATHLON am 24. Juni auf dem Nürburgring

Nürburgring/Blankenheim-D. (red) In wenigen Tagen ist es soweit! Am Sonntag, 24. Juni 2012, steigt rund um den Nürburgring die Premiere des GREEN HELL TRIATHLON. Insgesamt haben sich bisher fast 700 Starterinnen und Starter
für den Ausdauersport-Event in der berühmt-berüchtigten „Grünen Hölle" des Nürburgrings angemeldet.
Im Premierenjahr 2012 werden mit GREEN HELL Olympic (Olympische Distanz 1.500m Schwimmen, 58km Radfahren, 10km Laufen), GREEN HELL 226half (Mitteldistanz 1.900m Schwimmen, 99km Radfahren, 21 km Laufen) und GREEN HELL Shorty (Einsteigerdistanz 500m Schwimmen, 37km Radfahren, 5km Laufen) drei Distanzen angeboten, die alle auch als Staffel bewältigt werden können. Die Radstrecken werden bei allen Distanzen aufgrund der lokalen Gegebenheiten etwas länger werden als die „klassischen" Distanzen. Die GREEN HELL 226 half-Teilnehmer werden 3,5 Runden auf der Nordschleife mit je knapp 500 Höhenmetern absolvieren, die GREEN HELL Olympic-Athleten werden 1,5 Runden auf der Nordschleife drehen.
Der Startschuss zum GREEN HELL TRIATHLON fällt am Freilinger See in der Nähe des Eifelstädtchens Blankenheim. Nach dem Schwimmen müssen die Athleten eine anspruchsvolle Anfahrt mit dem Rad zum Nürburgring in Angriff nehmen. Dort wartet auf alle eine rasante Fahrt über die berüchtigte Nordschleife bevor der abschließende Lauf auf dem Formel 1-Hochgeschwindigkeitskurs, der sogenannten Grand-Prix-Strecke, stattfindet. Rund um den Triathlon planen Veranstalter und Organisatoren ein Festival mit Pasta-Party (am Vorabend), Triathlon-Messe und Finisher-Event mit Musik und Moderation.

Letzte Nachmeldemöglichkeit
Die Online-Anmeldung ist bereits seit Anfang Juni abgeschlossen. Bisher haben sich fast 700 Starterinnen und Starter für den ersten Green Hell Triathlon angemeldet. Kurzentschlossenen bieten Veranstalter und Ausrichter eine letzte Möglichkeit der Nachmeldung für Einzelstarter und Staffeln bis unmittelbar vor der Veranstaltung in der Startnummernausgabe am ring°boulevard. Nachmeldemöglichkeit Greenhell Triathlon 2012: Freitag, 22. Juni, 14.00 bis 20.00 Uhr; Samstag, 23. Juni, 10.00 bis 21.00 Uhr; Sonntag, 24. Juni, 4.30 bis 6.30 Uhr

Anmeldegebühren: GREEN HELL Shorty: 60 Euro; GREEN HELL Olympic: 84 Euro; GREEN HELL 226half: 180 Euro

Mechernich

Ritter, Römer und Autofreaks

Die Ritterspiele in Satzvey locken viele tausend Besucher.

Die Ritterspiele in Satzvey locken viele tausend Besucher.

Wussten Sie, dass die Deutsche Meisterschaft im Schiffmodellbau ausgerechnet in der bergigen Eifelregion stattfindet? Jetzt wissen Sie es: Am 7. Juni treffen sich die Schiffsbauer in Blankenheim. Dort findet auch neben der Tour de Ahrtal der „Green- Hell-Triathlon" am Freilinger See statt. In Dahlemlocken zwei Motorsportereignisse: der Porsche Club Rheinland am 28. April und das ADAC-Motorradrennen am 23. Juni. Weinfest, Biermarkt, Burgenfahrt und Knollenfest. In der Kreisstadt Euskirchen wird viel gefeiert und genossen. Wie auch beim traditionellen Simon-Juda-Markt. Mehr Informationen finden Sie auf der Homepage des Kreises Euskirchen. (www.kreis-euskirchen.de). In Hellenthal begeistern die Sternradfahrt (22. April) das Wanderfest und das Burgfest die Besucher. Und natürlich die Traditionsveranstaltung „Anno Pief".

Neben den Ritterspielen bietet Mechernich den Besuchern den Historischen Handwerkermarkt mit der Kirmes, das Brunnenfest und die Sommerwoche im Mühlenpark. In Nettersheim stehen der Blumenmarkt (16. Mai), der Kräutertag sowie das Römerlager auf dem Programm und das Gewerbefest in Herhahn. Zülpich bietet ebenfalls ein reichhaltiges Angebot für die Besucher: Der Chlodwiglauf am 22. April, das Musikfest, Weinfest und Michaelkirmes sowie der Regionalgas-Marathon und die Tour de Tolbiac zählen zu den Höhepunkten im Programm der Eifelstädte. Nur in der Gemeinde Weilerswist tut sich offenbar nichts. Jedenfalls hat die Verwaltung keine Termine benannt.

Triathlon am Nürburgring - Bisher haben sich fast 700 Starter gemeldet

Am 24. Juni steigt rund um den Nürburgring die Premiere des "Green Hell Triathlons". Fast 700 Starterinnen und Starter haben sich für den Ausdauerwettbewerb in der "Grünen Hölle" des Nürburgrings in der Eifel bereits angemeldet.

Im Premierenjahr werden drei verschiedene Distanzen angeboten: "Olympic" (1500 m Schwimmen, 58 km Radfahren, 10 km Laufen), "226 half" (1900 m Schwimmen, 99 km Radfahren, 21 km Laufen) und "Shorty" (500 m Schwimmen, 37 km Radfahren, 5 km Laufen).

Der Startschuss fällt am Freilinger See in der Nähe von Blankenheim. Anschließend geht es mit dem Rad Richtung Nürburgring. Zum Abschluss steht der Lauf über die Grand-Prix-Strecke an.

Artikel vom 14.06.2012

Green Hell Triathlon - Startschuss fällt in Freilingen

Die deutsche Triathlon-Szene wird 2012 um ein weiteres Highlight reicher: Am 24. Juni 2012 steigt in der Eifel rund um den traditionsreichen Nürburgring der GREEN HELL TRIATHLON.

Im Premierenjahr 2012 werden mit GREEN HELL Shorty (Kurzdistanz 500m Schwimmen, 37km Radfahren, 5km Laufen), GREEN HELL Olympic (Olympische Distanz 1.500m Schwimmen, 58km Radfahren, 10km Laufen) und GREEN HELL 226half (Mitteldistanz 1.900m Schwimmen, 99km Radfahren, 21 km Laufen) drei Distanzen angeboten, die auch als Staffel bewältigt werden können. Der Startschuss für alle Distanzen fällt in der VG Blankenheim am Freilinger See. Nach dem Schwimmen müssen die Athleten eine anspruchsvolle Anfahrt mit dem Rad zum Nürburgring in Angriff nehmen. Dort wartet auf alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine rasante Fahrt über die berüchtigte Nordschleife bevor der abschließende Lauf auf dem Formel 1-Hochgeschwindigkeitskurs, der sogenannten Grand-Prix-Strecke, stattfindet. Rund um den Triathlon planen Veranstalter und Organisatoren ein Festival mit Pasta-Party, Triathlon-Messe und Finisher-Event.

Ab sofort können sich Ausdauerathleten auf der Homepage www.green-hell-triathlon.de informieren.

Green Hell-Premiere

Der Anti-Sportler beim Triathlon

Erstellt 22.06.2012

Die Strecke wird er bestimmt meistern: Für Wolfgang Helmes-Mertin soll allerdings der Spaß im Vordergrund stehen, wenn er morgen in „seinem“ See in den Triathlon startet. Foto: Küpper

Weil im Freilinger See, an dem der Lommersdorfer Wolfgang Helmes-Mertin groß geworden ist, die Premiere des „Green Hell Triathlon“ startet, hat der Anti-Sportler beschlossen, auch an den Start zu gehen. Von Franz Küpper

Lommersdorf/ Freilingen.

Einen Oberkörper wie die Klitschkos. Den Mut eines römischen Feldherrn. Dazu eine Mischung aus viel Ausdauer und Wille – so stellen wir uns einen Triathleten vor, der wagemutig im eiskalten Wasser, Ellbogen an Ellbogen, um jeden Meter kämpft. Sich nass wie ein Königspudel auf den Sattel schwingt und mit bissigen Zähnen den Berg hinauf radelt. Und zum Schluss, getragen vom Applaus der Zuschauer, zum Finish ins Ziel einläuft. Ernährungspläne und harte Wochen und Monate der Vorbereitung, den Körper auf Maximal-Belastung getrimmt.

So überhaupt nicht in dieses Bild eines verbissenen Athleten passt der Lommersdorfer Wolfgang Helmes-Mertin. Er ist 44 Jahre alt und von Beruf Mobilfunk-Techniker. Er kennt den Triathlon-Sport größtenteils aus den Medien. Im Internet hat er aber gelesen, dass am morgigen Sonntag am Freilinger See die Premiere des „Green Hell Triathlon“ startet. „Die schwimmen in meinem See“, sei sein erster Gedanke gewesen. Er ist nämlich in Freilingen aufgewachsen, hat im See das Schwimmen gelernt, sich dort mit seinen Freunden getroffen. Da verwundert seine Reaktion auf die Ankündigung nicht: „Und jetzt schwimmen die in meinem See. Da muss ich mitmachen.“

Was viele im Kreise seiner Familie und Freunde nicht glauben wollten, setzt Helmes-Mertin morgen in die Realität um. Der selbst ernannte „Anti-Sportler“ geht beim Triathlon an den Start.

Den größten Respekt hat Helmes-Mertin indes vor „seinem“ See: Die 500-Meter-Schwimmrunde bereitet ihm doch ein wenig Bauchgrimmen. Vorbereitet hat er sich nämlich nur relativ wenig. Immerhin ein paar Mal im Kaller Schwimmbad „ein paar Bahnen gezogen“, wie er sagt. Dort seien die Früh-Schwimmer, meist eher „gemütlich“ schwimmende Rentner, die größten Hindernisse gewesen.

Im Freilinger See lauern dagegen ganz andere Gefährdungen: „Die Wellen und die Ellbogen der anderen Teilnehmer“, sagt Helmes-Mertin. Er blickt ein wenig unentschlossen über das sich kräuselnde Wasser des Sees, fragt sich, ob es eigentlich das Richtige sei, zu starten.

Nach dem Radfahren kommen fünf Kilometer Laufen. Die sollten doch für Hobby-Sportler wie Helmes-Mertin zu schaffen sein. Allerdings hat er morgen ja bereits Schwimmen und Radfahren in den Knochen, bevor er überhaupt die Laufschuhe schnürt. „Wenn ich bis dahin überhaupt noch im Wettkampf bin...“, sagt Helmes-Mertin.

Bekommt er so kurz vor dem Wettbewerb etwa Angst vor der eigenen Courage? Will er vor dem Startschuss noch kneifen? „Auf gar keinen Fall! Der Spaß steht an erster Stelle.“ Die Teilnahme sieht der Mobilfunk-Techniker auch als Chance, um die eigene körperliche Fitness zu verbessern. „Damit ich den Funkmast noch hoch komme.“ Unterstützt wird Helmes-Mertin morgen von einem kleinen Fan-Club. Familie und Freunde reisen an und wollen ihn anfeuern – damit auch er, vom Applaus getragen, als strahlender Triathlet ins Ziel einlaufen kann.

Doch er hat sich ja schon die Ausrüstung zugelegt. Im Discounter hat er sich für 29,99 Euro einen Neoprenanzug gekauft. Den kann er brauchen: Der See ist 19 Grad kalt. „Das Problem ist nur: der ist nicht dicht“, stellt Helmes-Mertin fest. Spätestens im Wasser spürt er, wie die klirrende Kälte so langsam von unten nach oben hochzieht. Fürs Foto will sich Helmes-Mertin nur mit ein paar Kraulzüge einschwimmen. Nach wenigen Sekunden pustet er bereits kräftig durch die Backen. Wird’s so was mit den 500 Metern? „Ich hoffe, ich geh hier nicht unter...“

Nach dem Schwimmen steht Helmes-Mertin das Radfahren bevor: 37 Kilometer bis zum Nürburgring: „Darauf freue ich mich, weil ich gerne Rad fahre.“ Das Mountainbike mit Straßenprofil hat er sich vor gut einem Jahr gekauft. Ob er es im Gewusel der Wechselzone, in der sich alle Teilnehmer nach dem Schwimmen in Windeseile umziehen, bevor sie in die Pedale treten, überhaupt wiederfindet? „Gute Frage. Ich hoff’s!“

Triathlon-Premiere in der Grünen Hölle

Der Nürburgring hat schon viel erlebt: Formel 1, Radrennen, Massenläufe, Musikfestivals. Im kommenden Jahr gibt es in der Eifel eine weitere Neuheit: Am 24. Juni wird erstmals ein Triathlon auf der Rennstrecke ausgetragen.
Der Nürburgring hat schon viel erlebt: Formel 1, Radrennen, Massenläufe, Musikfestivals. Im kommenden Jahr gibt es in der Eifel eine weitere Neuheit: Am 24. Juni wird erstmals ein Triathlon auf der Rennstrecke ausgetragen.
Geschwommen wird im Freilinger See bei Blankenheim. Anschließend geht es mit dem Rad hinauf zum Ring und dort über die berüchtigte Nordschleife – im Volksmund "Grüne Hölle" gerufen. Der Lauf – die dritte Disziplin im Triathlon – wird schließlich auf dem heutigen Hochgeschwindigkeitskurs der Formel 1 ausgetragen.
Angeboten wird der sogenannte Green Hell Triathlon in zwei Varianten. Bei der Olympischen Distanz (OD) geht es für die Sportler über 1500 Meter Schwimmen, 53 Kilometer Radfahren, zehn Kilometer Laufen. Bei der Mitteldistanz (MD) müssen die Teilnehmer schon 1900 Meter ins Wasser, 95 Kilometer in den Sattel und 21 Kilometer auf die Laufstrecke. Auch Staffeln können sich für die Wettbewerbe anmelden.
Die Startgebühr liegt derzeit bei 64 Euro (OD), beziehungsweise 140 Euro (MD).
Mehr Infos und Anmeldung im Netz unter: www.greenhell-triathlon.de

Tageszeitungen/ Print Magazine online

Vorberichterstattung

Copyright: Ingo Kutsche

Green Hell Triathlon am Nürburgring

Platz 2 für Bettina Klippel und Andreas Spanel

Vier Staffeln waren für die Union Blau-Weiß-Biesfeld Triathlon bei der 1. Auflage des Green hell Triathlons am Start. In den frühen Morgenstunden des Sonntags brachte ein Shuttle die Athleten vom Nürburgring zum Freilinger See nach Blankenheim. Eine 30-minütige "Reise"!

Start um 8.04 im See, ca. 19°C Wassertemperatur: Für die 4 Staffelschwimmer galt es 1,5 km zu schwimmen.
Bettina Klippel als 2. Frau insgesamt aus dem Wasser in 22:30 min übergab den Wechselchip auf den Radfahrer Andreas Spanel.

Als 2. Biesfelder kam Ingo Mädje nach 23:58 Minuten in die Wechselzone. Er war kein Staffelstarter, sondern absolvierte diese Olympische Disziplin im Alleingang. Melanie Müller übergab nach guten 28:38 Minuten Ihren Chip an Claudia Braun; gefolgt von Karsten Ebert, der an Lutz Klippel übergab und Stefan Uhlhaas an Michael Müller.

"Green Hell" war Programm auf der RADSTRECKE! Viele Passagen mussten im Wiegeschritt bewältigt werden. 58 km Radfahren mit rund 1400 Höhenmetern! Bei den schnellen Abfahrten auf der Nordschleife brauchten die Bremsen auch nicht in den großzügigen Kurven beansprucht werden.

So kam es zu "Geschwindigkeitsbestzeiten": Das Rad-Tacho von Ingo Mädje zeigte etwa 85km/h.

Krankheitsbedingte Ausfälle verdonnerten Andreas Spanel (Biesfeld I) und Lutz Klippel (Biesfeld III) zum Koppeln von 2 Einheiten; d.h. sowohl die Rad- als auch die Laufstrecke wurde von beiden selbst bewältigt.

Als Erster in der Wechselzone 2 (Boxengasse) kam Andreas Spanel, danach Ingo Mädje, gefolgt von Lutz Klippel, Claudia Braun und Michael Müller.

Auf die Laufstrecke gingen dann Andreas Spanel, Ingo Mädje, Lutz Klippel, Wolfgang Schröder und Sven Eicker. Es wurde zwar wärmer, aber der Wind blies heftig weiter.

Die Stimmung am Ring war etwas gedämpft durch die Weitläufigkeit der Wechselbereiche. Das Gros der Athleten und die Begleitungen fanden sich dann im Zielbereich und feuerten die Triathleten für die 2 Runden auf dieser Zielgeraden an.

Die Grand Prix Strecke hatte zwar noch 40 Höhenmeter mehr als der Biesfelder Dorflauf, aber durch die läufertypisch angenehmen ca. 15 -17°C , war sie doch ganz gut zu laufen. Der Stadionsprecher kommentierte die ganze Sache wie folgt: "Bergab haben die Läufer Gegenwind, dafür bergauf Rückenwind!„

Schnellster Biesfelder Läufer war Sven Eicker, der nach 41:37 min Laufzeit die 2 Runden beendete.
Die Zieleinläufe fanden dann natürlich in den jeweiligen Staffeln gemeinsam statt.

Einige Athleten der Union haben sich von einem 2. Start dort als Staffel nicht sehr angetan gezeigt. So waren die weiten Wege, der Shuttletransfer und die weit auseinander gezogenen Wettkampfmittelpunkte maßgebend dafür.

Triathletinnen trotzen der Grünen Hölle

Nürburg/Gladbeck. Bernadette Gabriel vom SV Gladbeck 13 belegte beim 1. „Green-Hell-Triathlon“ am Nürburgring im Gesamtklassement der Frauen den vierten Platz. Ihre Vereinskameradin Tina Gregorius sicherte sich in der Grünen Hölle Rang fünf.

Bernadette Gabriel und Tina Gregorius vom SV Gladbeck 13 nahmen jetzt erfolgreich am Green-Hell-Triathlon teil. Die beiden Sportlerinnen erlebten, wie sie selbst betonten, „einen harten Wettkampf“. Bernadette Gabriel belegte bei der Premierenveranstaltung am Nürburgring im Gesamtklassement der Frauen in 6:54,41 Std. den vierten Platz (1. Platz Altersklasse), Tina Gregorius folgte in 7:09,58 Std. auf Rang fünf (2. AK).

Wind und Regen

230 Sportlerinnen und Sportler stellten sich der Herausforderung namens „Grüne Hölle“. Nur 133 von ihnen kamen ins Ziel. Dabei bereitete vor allem das Radfahren auf der Nordschleife vielen Triathleten Probleme. Anstiege und Abfahrten erwiesen sich als äußerst anspruchsvoll, zudem kam starker Wind auf und außerdem setzte Regen ein. Die beiden Gladbeckerinnen, für die es galt, 2 km im Frelingersee zu schwimmen, 99 km auf dem Rad und danach noch einen Halbmarathon zu absolvieren, trotzten den schwierigen Verhältnissen und kamen schließlich glücklich ins Ziel.

Medium: derwesten.de
Datum: 27.06.2012
Link: http://www.derwesten.de/sport/lokalsport/gladbeck/triathletinnen-trotzen-der-gruenen-hoelle-id6811812.html

Sieben Stunden durch die grüne Hölle

Nürburg. Vier bzw. sieben Stunden Tortur, der innere Schweinehund ebenso wie die Athleten am Boden. Die beiden Schermbecker Jörn Dieckmann und Carsten Klein-Bösing starteten bei der Premiere des Green Hell Triathlon auf und um den Nürburgring in der Eifel und kamen mit einzigartigen Eindrücken zurück nach Dorsten.

Zwei Kilometer Schwimmen im Freilinger See, 99 Kilometer Radfahren, davon teilweise auf der legendären Nordschleife, und abschließende 21 Kilometer Laufen auf dem Grand Prix-Kurs. Die beiden Schermbecker waren nach Sichtung des Streckenprofils gleich Feuer und Flamme für die Teilnahme, Dieckmann entschied sich allerdings für den Start über die etwas kürzere olympische Distanz. Mit der Familie ging es dann freitags in die Eifel, der folgende Tag stand ganz im Zeichen der Vorbereitung. Am frühen Sonntagmorgen hatte das Warten endlich ein Ende, Jörn Dieckmann ging als Erster ins Wasser. Nach 4:07:20 Std überquerte er völlig erschöpft die Linie auf der Zielgerade des Nürburgrings und platzierte sich auf einem guten 128. Rang. Carsten Klein-Bösing dagegen ging über die längere Strecke an seine Grenzen und erreichte nach 6:58:58 Std das Ziel. Lohn für die Strapazen war neben Platz 63 ein tolles Gefühl der geschafften Herausforderung.

Olper Trio trotzt in der „Grünen Hölle“ allen Widrigkeiten

Olpe. Mit Peter Dornseifer, Olaf Seibert und Stefan Baumbach nahmen drei Ausdauersportler des Skiclubs Olpe an der Premiere des „Green Hell Triathlons“ am Nürburgring teil. Rund 700 Triathleten waren bei dieser Veranstaltung auf der weltberühmten Rennstrecke an der Eifel am Start. Die Olper starteten auf der Olympischen Distanz, die bei dieser Veranstaltung aus 1,5 km Schwimmen, 58 Radkilometern und einem abschließenden 10 Kilometer Lauf besteht.

Nach dem Schwimmen im Freilinger See in Blankenheim wurde es auf dem Rad richtig schwer. Denn nach der Anfahrt zur Nordschleife machte der Wettkampf seinem Namen „Grüne Hölle“ alle Ehre.

„Insgesamt 1500 Höhenmeter auf der Radstrecke und bis zu 17 Prozent Steigung bei der Anfahrt zur hohen Acht waren schon hart,“ sagte Peter Dornseifer.

Ein starker Wind mit zeitweiligen Sturmböen taten ihr übriges um beim Radfahren und Laufen die Athleten in ihre Grenzen zu bringen.

Die SC-Triathleten bewältigten jedoch diese Herausforderungen und Olaf Seibert wurde mit seiner Gesamtzeit von 4:32 Stunden. (Schwimmen 32 Minuten/Rad 2:47 Stunden/Laufen: 1:02 Stunden.) sogar Erster seiner Altersklasse.

Peter Dornseifer war der Schnellste des Olper Trios und kam nach 3:46 Stunden. (29 Minuten/2:16 Stunden/53 Minuten) ins Ziel. Dies bedeutete einen guten 57 Rang in der Gesamtwertung und Platz 15 in seiner Altersklasse. Stefan Baumbach beendet den Wettkampf nach 4:40 Stunden. (29 Minuten/3:01 Stunden/1:01 Stunden).

Nicht nur in der Eifel auch im Ruhrgebiet waren zwei Triathleten des SC Olpe am Start.

Beim 10. Westfalentriathlon in Dortmund gingen Albert Wolfschläger und Christoph Hilchenbach auf die Triathlonstrecke.

Es galt zunächst 1,5 Kilometer im Dortmund-Ems-Kanal zu Schwimmen, anschließend einen 10 Kilometer Rundkurs viermal auf dem Fahrrad zu umrunden und schließlich 10 Kilometer im Fredenbaumpark zu laufen.

Albert Wolfschläger wurde mit einer Zeit von 2:35 Stunden. (27 Minuten/1:12 Stunden /55 Minuten) Dritter seiner Altersklasse. Christoph Hilchenbach erreichte das Ziel nach 3:02 Stunden. (39 Minuten/1:24 Stunden./58 Minuten).

Medium: derwesten.de
Datum: 06.07.2012
Link: http://www.derwesten.de/sport/lokalsport/kreis-olpe/olper-trio-trotzt-in-der-gruenen-hoelle-allen-widrigkeiten-id6849670.html

Nürburgring: Triathlon durch die grüne Hölle

SCHERMBECK Mit dem Fahrrad über die legendäre Nordschleife des Nürburgrings? Für die beiden Triathleten Jörn Dieckmann und Carten Klein-Bösing vom SV Schermbeck wurde diese bizarre Herausforderung Wirklichkeit.

Nicht nur Jörn Dieckmann genoss die außergewöhnliche Atmosphäre am Nürburgring. (Foto: Privat)

Beim Green-Hell-Triathlon auf der Eifel-Rennstrecke hatten die beiden Schermbecker für die 226-Half-Distanz gemeldet: 2 km Schwimmen im Freilinger See; 99 km mit dem Rad, davon 3,5 Runden auf der Nordschleife, und abschließend 21 km zu Fuß auf dem aktuellen Grand-Prix-Kurs. Jörn Dieckmann studierte allerdings im Vorfeld des Wettkampfs das Höhenprofil der Strecken und entschied sich daraufhin, auf die olympische Distanz umzubuchen. Die 1500 m lange Schwimmstrecke im glasklaren Wasser bewältigte er in 27:18 min, Carsten Klein-Bösing stieg nach den 2 km der 226-Half-Distanz nach 31:37 min aus dem Wasser.

Die Radstrecke führte die Teilnehmer zunächst durch malerische Eifeldörfer, hielte aber auch 28 Kräfte zehrende Kilometer Kopfsteinpflaster bereit, ehe es bei Adenau auf die Nordschleife des Nürburgrings ging. Dort führte der Kurs weiter bergauf bis zur Hohen Acht und über weitere Wellen Richtung Nürburg.

Jörn Dieckmann wechselte nach 1,5 Runden und rund drei Stunden Wettkampfzeit auf die Laufstrecke, passierte zweimal die Mercedes-Kurve, das Schumacher-S und die NGK-Schikane und kam schließlich nach 4:07 Std. glücklich ins Ziel.

Carsten Klein-Bösing nahm nach vier Stunden Wettkampfzeit gerade zum letzten Mal per Rad die Nordschleife in Angriff und fragte sich zum x-ten Male, warum er nicht auch umgebucht hatte. Bei den Anstiegen fuhr er bewusst gemächlich, dafür erreichte er bei den Abfahrten selbst ohne Pedaleinsatz Spitzengeschwindigkeiten von 86 km/h.

Wind und Starkregen

Die abschließenden 21 Lauf-Kilometer hielten ebenfalls noch giftige Anstiege und Gefälle bereit, peitschender Wind und Starkregen machten das Rennen endgültig zur Tortur, doch die Kulisse und die Helfer am Streckenrand motivierten die Läufer, weiter zu machen.

Nach 6:58 Std. erreichte Klein-Bösing das Ziel und konnte zusammen mit Jörn Dieckmann ein Fazit ziehen: „Es war hart, es tat zwischendurch richtig weh, doch alles in allem war es ein tolles Erlebnis, und wieder einmal ein gutes Gefühl, den inneren Schweinehund besiegt zu haben. Doch ohne spezielles Training bitte nur bis zur olympischen Distanz.“

Ein knallharter Triathlon

Nach dem Schwimmen im fast warmen Freilinger See ging es per Rad zum Nürburgring. Der Weg zur grünen Hölle war kalt, feucht und windig. 600 Sportler meisterten die Aufgabe. Von Stephan Everling

Blankenheim-Freilingen. Die Eifel zeigte sich von ihrer unangenehmeren Seite am Sonntag beim Green Hell Triathlon. Schon beim Start ließen die 13 Grad Lufttemperatur das 19 Grad warme Wasser, mit denen der Freilinger See auf die Athleten wartete, geradezu kuschelig erscheinen. Doch als gegen Mittag zu dem ohnehin schon stürmischen Wind auch noch teilweise heftiger Regen einsetzte, wurde klar, dass die Voraussage der Veranstalter wahr geworden war, der Green Hell Triathlon werde aufgrund der Streckenführung und der Bedingungen besonders schwierig sein.

Aber wer sich zu einem Triathlon anmeldet, rechnet nicht damit, an einer Kaffeefahrt teilzunehmen. So nahmen 600 durchtrainierte Sportlerinnen und Sportler unerschrocken nicht nur den Kampf mit der eigenen Physis, sondern auch mit den Besonderheit der Eifelregion auf.

Drei Distanzen hatten die Organisatoren ausgeschrieben, und die schwierige Strecke verlangte den Teilnehmern alles ab. Schon die Anfänger, die mit dem sogenannten „Shorty“ Einsteigerdistanzen mit 500 Metern Schwimmen, 37 Kilometern Radfahren und fünf Kilometern Laufen absolvierten, hatten auf ihrer Radstrecke 1000 Höhenmeter zu überwinden. Denn vom Freilinger See, wo am Sonntagmorgen der Start mit der Schwimmdisziplin erfolgte, ging es mit dem Rad über die allerschönsten Eifelstraßen zum Nürburgring, wo das abschließende Laufen auf dem Programm stand.

Außerdem konnten die Athleten die olympische Distanz wählen, bei der 1500 Meter Schwimmen, 58 Kilometer Radfahren und zehn Kilometer Laufen zu absolvieren sind. Ebenfalls im Angebot: die Mittelinstanz, also der halbe Ironman, mit 1900 Metern Schwimmen, 99 Kilometer Radfahren und 21 Kilometer Laufen. Die Teilnehmer des letzten Wettbewerbes drehten dabei dreieinhalb Runden auf der Nordschleife.

Den Wettbewerb in der olympischen Distanz gewann bei den Männern Jens Kaiser. Der frühere Radprofi Marcel Wüst, bekanntester Teilnehmer im Starterfeld, wurde Dritter. Als beste Frau beendete Tanja Erath das Rennen.

In der Mitteldistanz der Männer siegte Per Bittner in 4:57:37 Stunden, während die Mitfavoritin Katja Konschak als schnellste Frau 5:48:47 Stunden benötigte.

„Das war sauschwer, schwerer als erwartet“, sagte der Sieger der Mitteldistanz, Per Bittner, nach dem Zieleinlauf, „aber die schöne Strecke und die tolle Atmosphäre haben die Mühen wettgemacht“.

In der Eifel fand der "Green Hell Triathlon" statt. Sehr unterschiedliche Methoden, sein Rad zu besteigen, konnte man bei dem Start zur zweiten Etappe beobachten.

Foto: Stephan Everling

Medium: Kölner Stadt Anzeiger online
Datum: 05.07.2012
Link: http://www.ksta.de/blankenheim,15189144,16542566.html

"Liebling, ziehst Du mir mal den Reißverschluss hoch?" Gewisse Komplikationen bei den Vorbereitungen sind und bleiben universell.

Foto: Stephan Everling

Vorsichtig stiegen die Sportler in das 19 Grad warme Wasser, was bei einer Lufttemperatur von 15 Grad allerdings eine Verbesserung darstellte

Foto: Stephan Everling

Bisweilen herrschte noch Uneinigkeit über die zu schwimmende Strecke.

Foto: Stephan Everling

Kurz vor Start werden noch letzte Interviews geführt.

Foto: Stephan Everling

Wassertretend erwarten die Athleten der ersten Gruppe das Startsignal.

Foto: Stephan Everling

Mit Kanus steht die DLRG bereit, um den Schwimmern beizustehen.

Foto: Stephan Everling

Die Sportler machen sich bereit, im Freilinger See die Schwimmdistanz hinter sich zu bringen.

Foto: Stephan Everling

Wild peitschen die Arme der Sportler das Wasser auf.

Foto: Stephan Everling

Unter großem Applaus verlassen die Sportler das Wasser.

Foto: Stephan Everling

Noch liegen die Sportler eng beisammen.

Foto: Stephan Everling

Bevor die Sportler auf das Rad steigen, heißt es umziehen.

Foto: Stephan Everling

Green Hell Triathlon und Kanaltriathlon Voerde

Nürburg: Nürburgring | Nürburg(Eifel) / Voerde (Niederrhein) – 3 Schermbecker Triathleten starten bei zwei verschiedenen Wettkämpfen und auf 3 verschiedenen Distanzen

Jörn Dieckmann und Carsten Klein-Bösing waren fasziniert, als die Meldung herauskam, dass am Nürburgring ein Triathlon stattfinden soll. Beide meldeten spontan für die Green-Hell-226-Half- Distanz. Das bedeutete 2,0 Kilometer im Freilinger See schwimmen, 99 Kilometer Rad fahren, davon 3,5 Runden auf der legendären Nordschleife und abschließend 21 Kilometer auf dem aktuellen Grand Prix Kurs laufen. Jörn studierte im Vorfeld des Wettkamps das Höhenprofil der Strecken und entschied sich vernünftigerweise dazu auf die olympische Distanz umzubuchen. Bereits freitags reisten die beiden Schermbecker Leichtathleten mit Familie an, um ein schönes Wochenende im Naturpark der Vulkaneifel zu verbringen. Samstags ging es dann gemeinsam zum Nürburgring, um dort die Startunterlagen abzuholen. Inhalt der Teilnehmerutensilien waren diverse Nummern zur Befestigung an Helm und Fahrrad, sowie eine Nummer für den Athleten. Zusätzlich waren noch mehrere Beutel zur Bestückung mit Schuhen etc. für die verschiedenen Wechselzonen bei den Startunterlagen. Den Beutel für die Wechselzone 2 präparierten Jörn und Carsten noch vor Ort und gaben diese direkt ab. Anschließend fuhren alle zum malerisch gelegenen Freilinger See, um dort die Wechselzone 1 mit Fahrrad, Helm usw. zu bestücken. Vor dem Einlass in jede Wechselzone findet eine obligatorische Prüfung der Fahrräder durch Schiedsrichter statt, doch eine derart genaue Prüfung, wie Jörn und Carsten es hier erlebt haben ist den beiden noch nicht untergekommen. Klein-Bösing zum Beispiel wurde der Durchgang verwehrt, vor dem einchecken musste er noch zur Radwerkstatt, um den Steuerkopf nachziehen zu lassen. Diese genaue Kontrolle erwies sich im Nachhinein als 100% richtig und wichtig! Der Rest des Tages wurde entspannend mit einem Spaziergang um den See verbracht. Am Sonntagmorgen mussten beide Athleten schon früh zum See aufbrechen, da die Zufahrtstraßen um 7:00 Uhr für den Verkehr gesperrt werden sollten. So waren Jörn und Carsten sehr pünktlich am Freilinger See und konnten gemütlich ihre Fahrräder ein letztes Mal checken, den Helm, die Radschuhe und die Starnummer ordentlich hinlegen. Ein paar nette Gespräche mit Konkurrenten, die teilweise nur für den Wettkampf aus dem europäischen Ausland angereist waren konnten auch noch geführt werden und dann ging es um 8:00 Uhr für die Shortys los. Die kürzeste Distanz des Tages führte über 500 Meter schwimmen und 37 Kilometer Rad fahren und 5 Kilometer laufen. Die Schwimmer waren eben um die erste Boje geschwommen, da schickte der Veranstalter auch schon um 8:04 Uhr die 250 Teilnehmer der olympischen Distanz auf die Reise. Der karoförmige Schwimmkurs musste hier dreimal umrundet werden, bevor die Athleten nach 1.500 Metern schwimmen das Ufer betreten und den Anstieg zur Wechselzone hoch laufen durften. Jörn entstieg dem glasklaren Wasser nach 27:18 Minuten. In der Wechselzone ließ er sich dann mehr Zeit als üblich, um bestens vorbereitet auf die anspruchsvolle Radstrecke zu gehen. Carsten Klein-Bösing schwamm sich schon mal warm, nachdem er seinen Vereinskollegen in der Wechselzone noch angefeuert hat. Für ihn und weitere 145 Teilnehmer fiel der Startschuss um 9:00 Uhr, bei der 226 Half-Distanz war der Schwimmkurs viermal zu umrunden. Carsten Klein-Bösing biss sich vom Start an in der Spitzengruppe fest und schon nach 31:37 Minuten hatte er die 2 Kilometer hinter sich gebracht und rannte das Ufer hinauf zur Wechselzone. Neoprenanzug aus, Socken und Radschuhe an, Helm auf, Startnummer umgebunden, bis hier lief alles wie am Schnürchen, nur der Neoprenanzug leistete Widerstand, als er in den kleinen Wechselbeutel gesteckt werden sollte. Als der Anzug dann verstaut war, konnte auch Klein-Bösing endlich den schönsten Teil des Wettkampfs unter die Räder nehmen. Durch kleine Eifeldörfer und grüne Landschaften führte die Strecke Richtung Adenau. 28 anspruchsvolle Kilometer mit Kopfsteinpflasterpassagen und langen steilen Anstiegen lagen hinter den Athleten, als sie in Adenau auf die legendäre Nordschleife des Nürburgrings geführt wurden. Hier hieß es erstmal lange bergauf strampeln, bis man die Hohe Acht erklommen hatte. Danach ging es über weitere Wellen Richtung Nürburg. Jörn musste auf seiner Distanz 1,5 Runden auf der Nordschleife absolvieren und fuhr nach knapp 3 Stunden Wettkampfzeit in die Wechselzone 2, um sich die Laufschuhe überzuziehen. Zu dem Zeitpunkt hatte Carsten auf seiner Distanz gerade erst den Nürburgring erreicht. Vier mal musste er jetzt noch zur Hohen Acht herauffahren, da er nicht abschätzen konnte, wie seine Beine die Belastung wegstecken würden, fuhr er in den Anstiegen ganz gemächlich.

Nur in den Abfahrten, legte er sich flach über den Lenker und kam durch reines Rollen lassen auf eine Spitzengeschwindigkeit von 86 km/h. Während Klein-Bösing sich auf der Nordschleife plagte, hatte Jörn dann auch die Mercedes Kurve, das Schumacher-S und die NGK- Schikane zweimal passiert und konnte endlich ins Ziel laufen. 4:07 Stunden zeigte die Zieluhr für ihn an und er war glücklich endlich im Ziel zu sein. Nach 4 Stunden Wettkampfzeit war Carsten erst am Beginn der letzten Nordschleifenumrundung und fragte sich nicht zum ersten Mal, warum er nicht auch umgemeldet hat. Ein letztes Mal also durch die Grüne Hölle, bevor es auch für ihn in die Wechselzone auf der langen Start- und Zielgeraden ging. Jetzt nur noch vier Runden auf der Grand Prix Strecke laufen, nur noch 21 Kilometer dachte er. Doch leider ist auch diese Strecke mit enormen Anstiegen und Gefällen gespickt. Doch die Kulisse und die Helfer am Streckenrand, die dem peitschenden Wind und dem mittlerweile eingesetzten Starkregen trotzten, motivierten dazu immer weiterzulaufen.
6:58 Stunden Wettkampfzeit benötigte Klein-Bösing am Ende für die Tortur. Es war hart, es tat zwischendurch richtig weh, doch alles in allem war es ein tolles Erlebnis, und wieder einmal ein gutes Gefühl, den inneren Schweinehund besiegt zu haben. Beide waren einig, dass die Premiere des Events ein Erfolg war und auch man die Veranstaltung auch gut weiterempfehlen kann, doch ohne spezielles Training bitte nur bis zur olympischen Distanz.

Olympic Distanz 1,5 - 58 - 10 Kilometer
Platz Name Verein Swim Bike Run Gesamt
128 Dieckmann, Jörn SV Schermbeck 0:27:18 2:28:33 0:59:26 4:07:20

226 Half- Distanz 2,0 - 99 - 21 Kilometer
Platz Name Verein Swim Bike Run Gesamt
63 Klein-Bösing, Carsten SV Schermbeck 0:31:37 4:22:38 1:57:13 6:58:58

Carbo04U Sporternährung Partner bei Premiere von Green Hell Triathlon am Nürburgring am kommenden Sonntag

Köln, 22.Juni 2012. Jetzt ist es bald soweit! Am Sonntag, 24. Juni 2012, steigt rund um den Nürburgring die Premiere des GREEN HELL TRIATHLON.

Und Carbo04U ist als Partner von Jeschke & Friends natürlich dabei. Insgesamt haben sich bisher fast 700 Starterinnen und Starter für den Ausdauersport-Event in der berühmt-berüchtigten „Grünen Hölle" des Nürburgrings angemeldet. Sehr zur Freude der veranstaltenden Nürburgring Automotive GmbH und der ausrichtenden Kölner Agentur Jeschke & Friends Veranstaltungsservice, die mit Spannung der ersten Auflage entgegenfiebern.□□Im Premierenjahr 2012 werden mit GREEN HELL Olympic (Olympische Distanz 1.500m Schwimmen, 58km Radfahren, 10km Laufen), GREEN HELL 226half (Mitteldistanz 1.900m Schwimmen, 99km Radfahren, 21 km Laufen) und GREEN HELL Shorty (Einsteigerdistanz 500m Schwimmen, 37km Radfahren, 5km Laufen) drei Distanzen angeboten, die alle auch als Staffel bewältigt werden können. Die Radstrecken werden bei allen Distanzen aufgrund der lokalen Gegebenheiten etwas länger werden als die „klassischen" Distanzen. Die GREEN HELL 226 half-Teilnehmer werden 3,5 Runden auf der Nordschleife mit je knapp 500 Höhenmetern absolvieren, die GREEN HELL Olympic-Athleten werden 1,5 Runden auf der Nordschleife drehen.

Die Teilnehmer erhalten während und nach dem Rennen kostenlose ihre Renn-Verpflegung. Carbo04U Sporternährung wird als offizieller Ernährungspartner für die Verpflegung der Teilnehmer mit Energiedrinks, -gels und OatKing-riegeln sorgen. Die Carbo04U Performance Drinks versorgen den Körper mit dem effektivsten Brennstoff für den Sport, den Kohlenhydraten. Maltodextrin als Hauptbestandteil ist hoch konzentrierbar und daher bei hohen Energieverlusten die optimale Wahl. Wer sich nicht nur mit der flüssigen Energievariante abgeben mag, versorgt sich mit dem Carbo04U Performance Gels oder den Carbo04U Energieriegeln. Alle drei Produkte werden euch beim Green Hell Triathlon als Verpflegung gereicht!

Der Startschuss zum GREEN HELL TRIATHLON fällt am Freilinger See in der Nähe des Eifelstädtchens Blankenheim. Nach dem Schwimmen müssen die Athleten eine anspruchsvolle Anfahrt mit dem Rad zum Nürburgring in Angriff nehmen. Dort wartet auf alle eine rasante Fahrt über die berüchtigte Nordschleife bevor der abschließende Lauf auf dem Formel 1-Hochgeschwindigkeitskurs, der sogenannten Grand-Prix-Strecke, stattfindet. Rund um den Triathlon planen Veranstalter und Organisatoren ein Festival mit Pasta-Party (am Vorabend), Triathlon-Messe und Finisher-Event mit Musik und Moderation.□□

Letzte Nachmeldemöglichkeit□

Nachmeldemöglichkeit Greenhell Triathlon 2012: Freitag, 22. Juni, 14.00 bis 20.00 Uhr; Samstag, 23. Juni, 10.00 bis 21.00 Uhr; Sonntag, 24. Juni, 4.30 bis 6.30 Uhr

Anmeldegebühren: GREEN HELL Shorty: 60 Euro; GREEN HELL Olympic: 84 Euro; GREEN HELL 226half: 180 Euro

Infos zum GREEN HELL TRIATHLON auf http://www.greenhell-triathlon.de

Rader Heiner Wenda auf dem Nürburgring mit starker Leistung

TRIATHLON Der Rader Heiner Wenda bewältigte die Olympische Distanz auf dem Nürburgring mit starker Leistung. Heiner Wenda ist Triathlet. Aus Leidenschaft. Mit einem großen Ziel vor Augen: Der Radevormwalder, der neuerdings für den TSV Bayer 04 Leverkusen startet (vorher beim ASV Köln), möchte unbedingt an den Weltmeisterschaften in den USA teilnehmen.

Im Spielerparadies in Las Vegas will er nicht zocken, sondern seine Ausdauerqualitäten unter Beweis stellen.

Vorbereitend hat er bei einer Veranstaltung auf dem Nürburgring mitgemischt. Dort, wo sonst die Autos in der Eifel das Wort haben, absolvierte er auf der Nordschleife den "Green Hell Triathlon". Auf der Olympischen Distanz - mit 1,5 Kilometern Schwimmen, 60 Kilometern Radfahren und 10 Kilometern Laufen.

Nach einer Zeit von 4:06 Stunden begeisterte sich Heiner Wenda: "Eine super organisierte Veranstaltung mit großem Spaß für alle bergbegeisterten Triathleten."

Ja, Berge gab es genug zu bewältigen. Nach dem Schwimmen im Freilinger See ging es auf die "wahrscheinlich schwierigste Strecke Europas, wenn nicht sogar weltweit". So hatte es Sprecher Uwe Jeschke am Vortag bei der Wettkampfbesprechung ausgedrückt. In der Tat: 1500 Höhenmeter auf knapp 60 Kilometern - das hatte was. "Genial", so Wenda, dem eine schnelle Abfahrt sogar eine Höchstgeschwindigkeit von 91km/h bescherte. "Bei glattem Asphalt, ohne Gegenverkehr und mit viel Platz."

Die berühmt-berüchtigte Hohe Acht wurde von Wenda problemlos bezwungen: "Fast hätte ich das gar nicht mitbekommen, da ich ohnehin schon die gesamte Zeit bergauf gefahren bin." Die Gesichter von vielen Bekannten, Helfern und Freunden ließen die Schmerzen vergessen.

Wie auch beim abschließenden Lauf über die "Wellen des Nürburgrings", wie es Wenda plastisch schilderte. "Es war einfach genial." ad

Medium: Remscheider General Anzeiger
Datum:
Link: http://www.rga-online.de/index.php?&kat=104&red=2&artikel=110072053&archiv=1

Nürburgring: Triathlon durch die grüne Hölle

SCHERMBECK Mit dem Fahrrad über die legendäre Nordschleife des Nürburgrings? Für die beiden Triathleten Jörn Dieckmann und Carten Klein-Bösing vom SV Schermbeck wurde diese bizarre Herausforderung Wirklichkeit.

Nicht nur Jörn Dieckmann genoss die außergewöhnliche Atmosphäre am Nürburgring. (Foto: Privat)

Beim Green-Hell-Triathlon auf der Eifel-Rennstrecke hatten die beiden Schermbecker für die 226-Half-Distanz gemeldet: 2 km Schwimmen im Freilinger See; 99 km mit dem Rad, davon 3,5 Runden auf der Nordschleife, und abschließend 21 km zu Fuß auf dem aktuellen Grand-Prix-Kurs. Jörn Dieckmann studierte allerdings im Vorfeld des Wettkampfs das Höhenprofil der Strecken und entschied sich daraufhin, auf die olympische Distanz umzubuchen. Die 1500 m lange Schwimmstrecke im glasklaren Wasser bewältigte er in 27:18 min, Carsten Klein-Bösing stieg nach den 2 km der 226-Half-Distanz nach 31:37 min aus dem Wasser.

Die Radstrecke führte die Teilnehmer zunächst durch malerische Eifeldörfer, hielte aber auch 28 Kräfte zehrende Kilometer Kopfsteinpflaster bereit, ehe es bei Adenau auf die Nordschleife des Nürburgrings ging. Dort führte der Kurs weiter bergauf bis zur Hohen Acht und über weitere Wellen Richtung Nürburg.

Jörn Dieckmann wechselte nach 1,5 Runden und rund drei Stunden Wettkampfzeit auf die Laufstrecke, passierte zweimal die Mercedes-Kurve, das Schumacher-S und die NGK-Schikane und kam schließlich nach 4:07 Std. glücklich ins Ziel.

Carsten Klein-Bösing nahm nach vier Stunden Wettkampfzeit gerade zum letzten Mal per Rad die Nordschleife in Angriff und fragte sich zum x-ten Male, warum er nicht auch umgebucht hatte. Bei den Anstiegen fuhr er bewusst gemächlich, dafür erreichte er bei den Abfahrten selbst ohne Pedaleinsatz Spitzengeschwindigkeiten von 86 km/h.

Wind und Starkregen

Die abschließenden 21 Lauf-Kilometer hielten ebenfalls noch giftige Anstiege und Gefälle bereit, peitschender Wind und Starkregen machten das Rennen endgültig zur Tortur, doch die Kulisse und die Helfer am Streckenrand motivierten die Läufer, weiter zu machen.

Nach 6:58 Std. erreichte Klein-Bösing das Ziel und konnte zusammen mit Jörn Dieckmann ein Fazit ziehen: „Es war hart, es tat zwischendurch richtig weh, doch alles in allem war es ein tolles Erlebnis, und wieder einmal ein gutes Gefühl, den inneren Schweinehund besiegt zu haben. Doch ohne spezielles Training bitte nur bis zur olympischen Distanz.“

Medium: ruhrnachrichten.de
Datum: 05.07.2012
Link: http://www.ruhrnachrichten.de/lokales/dorsten/sport/Triathlon-durch-die-gruene-Hoelle;art921,1696635

Katja Konschak siegt in „Grüner´Hölle“

Die Nordhäuserin Katja Konschak hat beim extrem schweren Green-Hell-Triathlon auf dem Nürburgring triumphiert. Die Thüringerin siegte nach 2 km Schwimmen, 99 km Radfahren (mit 2500 Höhenmetern) sowie 21 km Laufen (400 Höhenmeter) in 5:48:47 h mit fast einer halben Stunde Vorsprung auf Isa Roth (Bonn). Konschaks Ehemann Ulrich wurde beim Männer-Sieg von Profi Per Bittner in 5:11:08 h starker Fünfter.

Medium: www.thueringer-allgemeine.de
Datum: 27.06.2012
Link: http://www.thueringer-allgemeine.de/web/zgt/suche/detail/-/specific/Rekord-beim-26-Erfurt-Triathlon-in-Hohenfelden-moeglich-1147745564

Triathlon: Windige Premiere am Ring

Hammerharte Triathlon-Premiere in der Grünen Hölle: 523 Ausdauerdreikämpfer sind beim ersten Green-Hell-Triathlon am Nürburgring ins Ziel gekommen. Bester Teilnehmer aus der Region war Marc Pschebizin als Sechster der halben Ironman-Distanz. Podcast

In der Eifel verfolgte Pschebizin das Pannenpech. Nachdem er nach 1900 Metern aus dem 16 Grad kalten Freilinger See stieg, löste sich der aufgeklebte Schlauchreifen von Pschebizins Vorderrad. In den Kampf um den Sieg konnte er deshalb nicht eingreifen und wurde in 5:23:19 Stunden Sechster. Thomas Willems (SC Schalkenmehren) belegte in 5:55:36 Stunden den 13. Platz. teu

Weitere Ergebnisse: Olympische Distanz (1,5-58-10): Männer: 26. Christian Feilen (Darscheid) 3:33:56 Stunden, 28. Martin Hahner (Nittel) 3:34:18, 59. Michael Teusch (Wittlich) 3:47:59, 76. Jörg Brang (Sport Brang Jünkerath) 3:54:04, 90. Mario Molz (TuS Daun) 3:58:05. Sprintdistanz (0,5 -37-5): Frauen:

8. Katja Brang (Sport Brang Jünkerath) 2:41:05 Stunden. Männer: 14. Hendrik Jäger (Getfit Trier) 2:22:31, 17. Benni Will (TuS Daun) 2:25:07.

Triathlon Magazine online

Vorberichterstattung

Copyright: Ingo Kutsche

Topathleten und Promis starten in der „Grünen Hölle“

Nürburgring, 20. Juni 2012. Am kommenden Sonntag, 24. Juni 2012, fällt in den frühen Morgenstunden am Freilinger See der Startschuss zum GREEN HELL TRIATHLON. Bei der Triathlon-Premiere erwartet die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Anschluss ein anspruchsvoller Ritt zum Nürburgring auf die Nordschleife, bevor auf dem Grand-Prix-Hochgeschwindigkeitskurs das Finale steigt.

Bisher haben sich rund 700 Ausdauerathleten ihr persönliches Ticket für das einmalige Erlebnis in der „Grünen Hölle“ gesichert. Sehr zur Freude der veranstaltenden Nürburgring Automotive GmbH und der ausrichtenden Kölner Agentur Jeschke & Friends Veranstaltungsservice, die mit Spannung der ersten Auflage entgegenfiebern.

Doch nicht nur Hobbyathleten wagen sich am kommenden Sonntag in die Eifel. Der Mythos Nürburgring zieht auch Profisportler und Prominente in seinen Bann. So messen sich auf der Mitteldistanz unter anderem die Profi-Triathleten Per Bittner, Clemens Coenen, Christian Nitschke, Marc Pschebizin und Frederik Martin beim Dreikampf rund um die Nürburg. Bei den Damen stehen Katja Konschak und Isa Roth an der Startlinie.

Die Liste der Promis führt Ex-Radstar Marcel Wüst an. Der Etappensieger der Tour de France startet ebenso auf der Olympischen Distanz GREEN HELL Olympic wie TV-Schauspieler Thomas Held („Sechserpack“). Auf die Mitteldistanz wagt sich zudem der ehemalige ITC Tourenwagenweltmeister und Gesamtsieger des 24h-Rennens Nürburgring Manuel Reuter.

Im Premierenjahr 2012 werden mit GREEN HELL Olympic (Olympische Distanz 1.500m Schwimmen, 58km Radfahren, 10km Laufen), GREEN HELL 226half (Mitteldistanz 1.900m Schwimmen, 99km Radfahren, 21 km Laufen) und GREEN HELL Shorty (Einsteigerdistanz 500m Schwimmen, 37km Radfahren, 5km Laufen) drei Distanzen angeboten, die alle auch als Staffel bewältigt werden können. Die Radstrecken werden bei allen Distanzen aufgrund der lokalen Gegebenheiten etwas länger werden als die „klassischen“ Distanzen. Die GREEN HELL 226 half-Teilnehmer werden 3,5 Runden auf der Nordschleife mit je knapp 500 Höhenmetern absolvieren, die GREEN HELL Olympic-Athleten werden 1,5 Runden auf der Nordschleife drehen.

Rund um den Triathlon planen Veranstalter und Organisatoren ein Festival mit Pasta-Party (am Vorabend), Triathlon-Messe und Finisher-Event mit Musik und Moderation.

Letzte Nachmeldemöglichkeit

Die Online-Anmeldung ist bereits seit Anfang Juni abgeschlossen. Bisher haben sich rund 700 Starterinnen und Starter für den ersten GREEN HELL TRIATHLON angemeldet. Kurzentschlossenen bieten Veranstalter und Ausrichter eine letzte Möglichkeit der Nachmeldung für Einzelstarter und Staffeln bis unmittelbar vor der Veranstaltung in der Startnummernausgabe am ring°boulevard.

Nachmeldemöglichkeit Greenhell Triathlon 2012: Samstag, 23. Juni, 10.00 bis 21.00 Uhr; Sonntag, 24. Juni, 4.30 bis 6.30 Uhr

Anmeldegebühren: GREEN HELL Shorty: 60 Euro; GREEN HELL Olympic: 84 Euro; GREEN HELL 226half: 180 Euro

Infos zum GREEN HELL TRIATHLON auf www.greenhell-triathlon.de

Hier geht es zur Rubrik GREEN HELL TRIATHLON auf www.nuerburgring.de

Green Hell Triathlon – Premiere

24.06.12 | Nürburg

Die Premiere des Green Hell Triathlons findet am Nürburgring statt. Sportbegeisterte können sich für die verschiedenen Distanzen Green Hell Shorty, Green Hell Olympic und Green Hell 226 half anmelden. Shuttlebusse zwischen der Startzone am Freilinger See und dem Ziel am Nürburgring stehen den Teilnehmern und Angehörigen kostenlos zur Verfügung. Zu gewinnen gibt es Geld- und Sachpreise. Die Anmeldegebühr beträgt mind. 50,- EUR. Im Anschluss steht den Teilnehmern ein kostenloser Massagedienst an 10 Massagestationen samt physiologischer Betreuung zur Verfügung und am Tag vor dem Triathlon findet eine Pastaparty mit einer obligatorischen Wettkampfbesprechung statt. Weitere Infos:

http://www.greenhell-triathlon.de/544.0.html

Der Countdown zur Premiere läuft

veröffentlicht am: 12.06.2012

Nürburgring. In wenigen Tagen ist es endlich soweit! Am Sonntag, 24. Juni 2012, steigt rund um den Nürburgring die Premiere des GREEN HELL TRIATHLON. Insgesamt haben sich bisher fast 700 Starterinnen und Starter für den Ausdauersport-Event in der berühmt-berüchtigten Grünen Hölle des Nürburgrings angemeldet. Sehr zur Freude der veranstaltenden Nürburgring Automotive GmbH und der ausrichtenden Kölner Agentur Jeschke & Friends Veranstaltungsservice, die mit Spannung der ersten Auflage entgegenfiebern.

Im Premierenjahr 2012 werden mit GREEN HELL Olympic (Olympische Distanz 1.500 m Schwimmen, 58km Radfahren, 10 km Laufen), GREEN HELL 226half (Mitteldistanz 1.900 m Schwimmen, 99 km Radfahren, 21 km Laufen) und GREEN HELL Shorty (Einsteigerdistanz 500 m Schwimmen, 37 km Radfahren, 5 km Laufen) drei Distanzen angeboten, die alle auch als Staffel bewältigt werden können. Die Radstrecken werden bei allen Distanzen aufgrund der lokalen Gegebenheiten etwas länger werden als die "klassischen" Distanzen. Die GREEN HELL 226 half-Teilnehmer werden 3,5 Runden auf der Nordschleife mit je knapp 500 Höhenmetern absolvieren, die GREEN HELL Olympic-Athleten werden 1,5 Runden auf der Nordschleife drehen.

Der Startschuss zum GREEN HELL TRIATHLON fällt am Freilinger See in der Nähe des Eifelstädtchens Blankenheim. Nach dem Schwimmen müssen die Athleten eine anspruchsvolle Anfahrt mit dem Rad zum Nürburgring in Angriff nehmen. Dort wartet auf alle eine rasante Fahrt über die berüchtigte Nordschleife bevor der abschließende Lauf auf dem Formel 1-Hochgeschwindigkeitskurs, der sogenannten Grand-Prix-Strecke, stattfindet. Rund um den Triathlon planen Veranstalter und Organisatoren ein Festival mit Pasta-Party (am Vorabend), Triathlon-Messe und Finisher-Event mit Musik und Moderation.

Letzte Nachmeldemöglichkeit

Die Online-Anmeldung ist bereits seit Anfang Juni abgeschlossen. Bisher haben sich fast 700 Starterinnen und Starter für den ersten Green Hell Triathlon angemeldet. Kurzentschlossenen bieten Veranstalter und Ausrichter eine letzte Möglichkeit der Nachmeldung für Einzelstarter und Staffeln bis unmittelbar vor der Veranstaltung in der Startnummernausgabe am ring boulevard.

Nachmeldemöglichkeit Greenhell Triathlon 2012: Freitag, 22. Juni, 14.00 bis 20.00 Uhr; Samstag, 23. Juni, 10.00 bis 21.00 Uhr; Sonntag, 24. Juni, 4.30 bis 6.30 Uhr
Anmeldegebühren: GREEN HELL Shorty: 60 Euro; GREEN HELL Olympic: 84 Euro; GREEN HELL 226half: 180 Euro

Triathlon in der grünen Hölle

Die legendäre Nordschleife des Nürburgrings ist nicht nur für Motorsportfans ein Mythos. Seit einiger Zeit tummeln sich bereits Radfahrer und Läufer auf der vermutlich schwersten Rennstrecke der Welt. Und im Juni 2012 feiern nun auch die Triathleten ihre Premiere in der Grünen Hölle.

Mit von der Partie ist auch netzathleten-Redakteur Jörg Birkel: „Der Nürburgring strahlt eine unglaubliche Faszination aus. Da fiel mir die Entscheidung leicht, meine erste Halbdistanz beim Green Hell Triathlon anzugehen."

Die Vorbereitung auf das Event läuft für den passionierten Triathleten bereits seit Anfang November, schließlich gehört der Green Hell Triathlon mit rund 2.500 Höhenmetern auf der Rad- und 220 Höhenmeter auf der Laufstrecke zu den anspruchsvollsten Halbdistanzen der Welt.

Geschwommen wird im Freilinger See. Nach 1,9km geht es dann aufs Rad. Die 25km lange Anfahrt zum Nürburgring ist bereits recht knackig, aber der größte „Brocken" wartet dann auf der Nordschleife: Nach einer rasanten Abfahrt durch die Fuchsröhre, bei der auch auf dem Rad Geschwindigkeiten von bis zu 100km/h erzielt werden, beginnt der lange Anstieg zur Hohen Acht mit einer 17 Prozent-Rampe zum Schluss.

Dreieinhalb Runden mit (500 Höhenmeter pro Runde) sind auf der Nordschleife zu fahren, bevor es zum zweiten Wechsel in die Boxengasse geht. Der abschließende Halbmarathon wird auf der Grand-Prix-Strecke gelaufen, auf der normalerweise die Formel1-Stars Sebastian Vettel die Klingen kreuzen. Auf die müden Beine der Athleten warten dann noch einmal mehr 200 Höhenmeter – allerdings ohne motorisierte Unterstützung.

Triathleten, denen die Halbdistanz noch eine Nummer zu groß ist, können die Faszination der „Grünen Hölle" auch auf der Olympischen Distanz erleben. Angesichts des Profils sollte man sich aber auch hier keine Bestzeiten versprechen.

Folgende Strecken stehen zur Auswahl:

- Green Hell 226 half : 1,9 km Schwimmen / 95 km Radfahren / 21 km Laufen

- Green Hell Olympic: 1,5 km Schwimmen / 53 km Radfahren / 10 km Laufen

Weitere Infos unter: www.greenhell-triathlon.de

GREEN HELL! Triathlon-Premiere auf dem Nürburgring

Nürburgring Automotive GmbH veranstaltet in Kooperation mit den Kölner Organisatoren Jeschke & Friends neues Sporthighlight in der „Grünen Hölle“

Nürburgring / Köln, 07. November 2011. Die deutsche Triathlon-Szene wird 2012 um ein weiteres Highlight reicher. Am 24. Juni 2012 steigt in der Eifel rund um den traditionsreichen Nürburgring der GREEN HELL TRIATHLON. In der vergangenen Woche wurde der Vertrag zwischen der veranstaltenden Nürburgring Automotive GmbH und der ausrichtenden Kölner Agentur Jeschke & Friends Veranstaltungsservice unterschrieben. Somit steht der Triathlon-Premiere in der berühmten „Grünen Hölle“ des Nürburgrings nichts mehr im Wege.

„Der Mythos der Grünen Hölle wird viele Triathleten in seinen Bann ziehen“, kündigt Uwe Jeschke an, der seit Jahren erfolgreich das Cologne Triathlon Weekend mit seinem Team von Jeschke & Friends organisiert, ein Event der Extraklasse. „Wir freuen uns über die Zusammenarbeit mit dem Nürburgring. Wir arbeiten auf Hochtouren und werden alles daran setzen, die Premiere für alle Beteiligten zu einem unvergesslichen Erlebnis zu machen.“

Die legendäre Rennstrecke in der Eifel, die im Volksmund gerne auch „Grüne Hölle“ genannt wird, dürfte dabei ihrem Namen gerecht werden. Im Premierenjahr 2012 werden mit GREEN HELL Olympic (Olympische Distanz 1.500m Schwimmen, 53km Radfahren, 10km Laufen) und GREEN HELL 226half (Mitteldistanz 1.900m Schwimmen, 95km Radfahren, 21 km Laufen) zwei Distanzen angeboten, die auch als Staffel bewältigt werden können. Die Radstrecken werden bei beiden Distanzen aufgrund der lokalen Gegebenheiten etwas länger werden als die „klassischen“ Distanzen. Die GREEN HELL 226 half-Teilnehmer werden 3,5 Runden auf der Nordschleife mit je knapp 500 Höhenmetern absolvieren, die GREEN HELL Olympic-Athleten werden 1,5 Runden auf der Nordschleife drehen.

Der Startschuss zum GREEN HELL TRIATHLON fällt am Freilinger See in der Nähe des Eifelstädtchens Blankenheim. Nach dem Schwimmen müssen die Athleten eine anspruchsvolle Anfahrt mit dem Rad zum Nürburgring in Angriff nehmen. Dort wartet auf alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine rasante Fahrt über die berüchtigte Nordschleife bevor der abschließende Lauf auf dem Formel 1-Hochgeschwindigkeitskurs, der sogenannten Grand-Prix-Strecke, stattfindet. Rund um den Triathlon planen Veranstalter und Organisatoren ein Festival mit Pasta-Party, Triathlon-Messe und Finisher-Event.

Ab sofort können sich Ausdauerathleten auf der Homepage www.greenhell-triathlon.de informieren. Die Anmeldung wird voraussichtlich ab Mitte November freigeschaltet werden. Das Starterticket für die Olympische Distanz Green Hell Olympic ist bis Ende November zum Frühbuchertarif für 59,- Euro zu haben. Die Teilnahme an der Mitteldistanz Green Hell 226half wird in der ersten Anmeldephase 120,-Euro kosten.

Die Kölner Multisport-Veranstaltungen 2012

24. Juni – Green Hell Triathlon am Nürburgring

Die Premiere des Green Hell Triathlon lockt in diesem Jahr erstmals mit einer besonderen Herausforderung in die „Grüne Hölle“ an den Nürburgring. Eine Runde auf der ca. 20 km langen Nordschleife hält knapp 500 Höhnemeter bereit, eine (Lauf-) Runde auf der Grand-Prix-Strecke bietet auf ca. 5 km mit knapp 100 Höhenmetern auch noch ein paar beachtliche Anstiege.

Folgende Distanzen stehen beim Green Hell Triathlon zur Auswahl:

Green Hell 226 half: 1,9 km Swim , 99 km Bike, 21 km Run
Green Hell Olympic:1,5 km Swim, 58 km Bike, 10 km Run
Green Hell Shorty: 0,5 km Swim, 37 km Bike, 5 km Run

Auch hier sind alle Distanzen als Staffel möglich.

Alle Infos auf der Eventhomepage www.greenhell-triathlon.de

Prominenz bei Triathlon-Premiere am Nürburgring

Mit rund 700 Teilnehmern bei der Premiere des Green Hell Triathlon am vergangenen Sonntag zeigten sich Veranstalter und Teilnehmer hoch zufrieden. Allen voran der ehemalige Radprofi Marcel Wüst, der es sich nehmen ließ, bei der Premiere vor der eigenen Haustür an den Start zu gehen und angesichts der fehlenden großen Namen der deutschen Triathlon-Szene auf der olympischen Distanz den dritten Platz belegte: „„Das war ein sehr anspruchsvoller Wettkampf, der dem Mythos Grüne Hölle absolut gerecht wird“, sagte Marcel Wüst nach dem Zieleinlauf auf der Grand Prix-Strecke. „Die Veranstalter haben ganze Arbeit geleistet, die Zuschauer an der Strecke waren große Klasse und die Location Nürburgring ist einmalig. Dieser Triathlon wird im nächsten Jahr bestimmt viel mehr Sportler in die Eifel locken.“

Bei zunächst trockenem, aber sehr windigem Wetter fiel der Startschuss früh morgens am Freilinger See nahe des Eifelstädtchens Blankenheim. Bei der Triathlon-Premiere erwartete die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Anschluss an das Schwimmen ein anspruchsvoller Ritt auf dem Rad zum Nürburgring auf die Nordschleife, bevor auf dem Grand-Prix-Hochgeschwindigkeitskurs mit dem abschließenden Lauf das Finale eingeläutet wurde. Neben Wüst absolvierte der aus der TV-Serie Sechserpack bekannte Schauspieler Thomas Held seinen zweiten Triathlon über die olympische Distanz und zeigte sich ebenfalls begeistert: „Das war der Wahnsinn! Ich bin regelrecht durch die Grüne Hölle gegangen“, sagte der Kölner erschöpft im Ziel.

Neben der olympischen Distanz hatten die Veranstalter auch noch die sogenannte Green Hell Half über 1.900 Meter Schwimmen, 99 Kilometer Radfahren, 21 Kilometer Laufen sowie einen Einsteiger Triathlon im Angebot. „700 Teilnehmerinnen und Teilnehmer sprechen eine eindeutige Sprache. Wir blicken auf eine sehr gute Premiere und freuen uns auf das Jahr 2013. Denn dann werden wir diese tolle Veranstaltung wiederholen“, freute sich Uwe Jeschke vom Ausrichter Jeschke und Friends über eine gelungene Premiere.

Neue Rennen: Betzenberg und Nürburgring im Blickpunkt

Der Betzenberg in Kaiserslautern und der Nürburgring in der Eifel – beides Kultstätten des Sports – aber zumindest bisher nicht für den Triathlon. Das könnte ab dem kommenden Wochenende anders werden, sowohl am Betze wie auch in der grünen Hölle der Nordschleife tummeln erstmals die Triathleten.

Rund 600 angemeldete Athleten aus 15 Ländern gehen in Kaiserslautern an den Start in den Wettbewerben über die Mittel- und Kurzdistanz an den Start. Zur Premiere des Rennens, das die Teilnehmer auf dem Rad durch den Pfälzer Wald führt und der abschließende Lauf in der Innenstadt von Kaiserslautern stattfindet – mit dem Zieleinlauf direkt vor dem Fritz-Walter-Stadion am Betzenberg, kommen auch einige prominente Starter. Topfavorit auf den Sieg dürfte Uwe Widmann sein. Außerdem ist mit Alex Taubert ein Triathlon-Urgestein am Start.

Highspeed auf der Nordschleife

Mit einem ähnlich großen Starterfeld wird auch am Nürburgring beim erstmals ausgetragenen Green Hell Triathlon gerechnet. Der Mythos Nürburgring zieht dabei auch einige Toptriathleten in seinen Bann. So messen sich auf der Mitteldistanz unter anderem die Profi-Triathleten Per Bittner, Clemens Coenen, Christian Nitschke, Marc Pschebizin und Frederik Martin beim Dreikampf rund um die Nürburg. Bei den Damen stehen Katja Konschak und Isa Roth an der Startlinie. Rennentscheidend wird dabei wahrscheinlich das Radfahren auf der legendären Nordschleife werden. So werden bei der Mitteldistanz dort dreieinhalb Runden mit je knapp 500 Höhenmetern zurück gelegt.

Medium: trib2b.com
Datum: 20.06.2012
Link: http://www.tri2b.com/triathlon-news/neue-rennen-betzenberg-und-nuerburgring-im-blickpunkt

GREEN HELL: Triathlon-Premiere auf dem Nürburgring

Die deutsche Triathlon-Szene wird 2012 um ein weiteres Highlight reicher. Am 24. Juni 2012 steigt in der Eifel rund um den traditionsreichen Nürburgring der GREEN HELL TRIATHLON. In der vergangenen Woche wurde der Vertrag zwischen der veranstaltenden Nürburgring Automotive GmbH und der ausrichtenden Kölner Agentur Jeschke & Friends Veranstaltungsservice unterschrieben. Somit steht der Triathlon-Premiere in der berühmten „Grünen Hölle" des Nürburgrings nichts mehr im Wege.

„Der Mythos der Grünen Hölle wird viele Triathleten in seinen Bann ziehen", kündigt Uwe Jeschke ein Event der Extraklasse an. Seit Jahren organisiert Jeschke mit seinem Team erfolgreich das Cologne Triathlon Weekend. „Wir freuen uns über die Zusammenarbeit mit dem Nürburgring. Wir arbeiten auf Hochtouren und werden alles daran setzen, die Premiere für alle Beteiligten zu einem unvergesslichen Erlebnis zu machen."

Die legendäre Rennstrecke in der Eifel, die im Volksmund gerne auch „Grüne Hölle" genannt wird, dürfte dabei ihrem Namen gerecht werden. Im Premierenjahr 2012 werden mit Green Hell Olympic (Olympische Distanz 1.500 m Schwimmen, 53 km Radfahren, 10 km Laufen) und Green Hell 226half (Mitteldistanz 1.900 m Schwimmen, 95 km Radfahren, 21 km Laufen) zwei Distanzen angeboten, die auch als Staffel bewältigt werden können. Die Radstrecken werden bei beiden Distanzen aufgrund der lokalen Gegebenheiten etwas länger werden als die „klassischen" Distanzen. Die Teilnehmer der Mitteldistanz werden 3,5 Runden auf der Nordschleife mit je knapp 500 Höhenmetern absolvieren, die Athleten auf der Kurzdistanz werden 1,5 Runden auf der Nordschleife drehen.

Der Startschuss zum GREEN HELL TRIATHLON fällt am Freilinger See in der Nähe des Eifelstädtchens Blankenheim. Nach dem Schwimmen müssen die Athleten eine anspruchsvolle Anfahrt mit dem Rad zum Nürburgring in Angriff nehmen. Dort wartet auf alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine rasante Fahrt über die berüchtigte Nordschleife, bevor der abschließende Lauf auf dem Formel 1-Hochgeschwindigkeitskurs, der sogenannten Grand-Prix-Strecke, stattfindet. Rund um den Triathlon planen Veranstalter und Organisatoren ein Festival mit Pasta-Party, Triathlon-Messe und Finisher-Event.

Ab sofort können sich Ausdauerathleten auf der Homepage www.greenhell-triathlon.de informieren. Die Anmeldung wird voraussichtlich ab Mitte November freigeschaltet werden. Das Starterticket für die Olympische Distanz Green Hell Olympic ist bis Ende November zum Frühbuchertarif für 59,- Euro zu haben. Die Teilnahme an der Mitteldistanz Green Hell 226half wird in der ersten Anmeldephase 120,- Euro kosten.

Medium: tri2b.com
Datum: 10.11.2012
Link: http://www.tri2b.com/triathlon-news/green-hell-triathlon-premiere-auf-dem-nuerburgring

Green Hell Triathlon Nürburgring

Neuer Triathlon in 2012 am legendärem Nürburgring. Olympische Distanz Green Hell Olympic und Mitteldistanz Green Hell 226 half.

Streckenbeschreibung Mitteldistanz

Geschwommen werden 1,9 km im Freilinger See. Es werden zwei Runden mit einem Landgang absolviert. Rad mit 95 km - Start am Freilinger See. Von hier aus geht es zunächste über die Anfahrt (ca. 25 km) zum Nürburgring. Auf dem Nürburgring werden 3,5 Runden (á 20,8 km) auf der Nordschleife absolviert. Die Wechselzone II befindet sich am Fahrerlager. Die Radstrecke ist sehr hügelig und kurvig und dadurch sehr anspruchsvoll. Steigungen von bis zu 17 % ("Hohe Acht") sind zu passieren.

Die zweite Wechselzone befindet sich nach dem Radfahren am Nürburgring beim Fahrerlager. Von dort aus geht es auf 21 km lange Laufstrecke, die "Grand-Prix-Strecke". Es sind 4 Runden à ca. 5,2 km zu absolvieren.

Streckenbeschreibung Olympische Distanz

Geschwommen werden 1,5 km im Freilinger See. Es werden zwei Runden mit einem Landgang absolviert. Rad mit 53 km - Start am Freilinger See. Von hier aus geht es zunächste über die Anfahrt (ca. 25 km) zum Nürburgring (Einfahrt Breidscheid). Auf dem Nürburgring werden 1,5 Runden (á 20,8 km) auf der Nordschleife absolviert. Die Wechselzone II befindet sich am Fahrerlager. Die Radstrecke ist sehr hügelig und kurvig und dadurch sehr anspruchsvoll. Steigungen von bis zu 17 % ("Hohe Acht") sind zu passieren. Die zweite Wechselzone befindet sich nach dem Radfahren am Nürburgring beim Fahrerlager. Von dort aus geht es auf die 10 km lange Laufstrecke, die "Grand-Prix-Strecke".
Es sind 2 Runden à ca. 5,2 km zu absolvieren.

Orts-Informationen zum Triathlon in Nürburg

Der Nürburgring ist als eine der traditionsreichsten und anspruchsvollsten Rennstrecken der Welt eine Legende und er zählt zu den zehn beliebtesten Nationaldenkmälern Deutschlands. Rund 100 Motorsportveranstaltungen wie Formel 1, Superbike WM, Truck-Grand-Prix, VLN und Oldtimer-Rennen sowie zahlreiche weitere Events sorgen für ein volles Programm an 365 Tagen im Jahr. Eines der Highlights im Motorsportkalender ist das 24h-Rennen. Amateure & Profis verschiedenster Rennklassen geben in bis zu 220 Fahrzeugen, 24 Stunden lang Vollgas in der Grünen Hölle. Ein Sieg auf der Nordschleife hat für Rennfahrer dabei eine ganz besondere Bedeutung, denn dieser Kurs gilt als einer der Anspruchvollsten schlechthin. Unübersichtliche Kurven, tückische Kuppen, starke Neigungen & Gefälle sowie häufig wechselnde Fahrbahnbeläge fordern großes fahrerisches Können und stellen Fahrzeuge & Fahrer auf eine echte Bewährungsprobe.

Kampf in der grünen Hölle – Nun sind die Triathleten dran!

Wie viel Teuflisches steckt in Dir? Die Antwort gibt es am 24. Juni 2012 beim ersten Green Hell Triathlon am Nürburgring. Die „grüne Hölle“ der Eifel lockt zur Event-Premiere mit spektakulären und waghalsigen Teilstrecken, die alle Teilnehmer an ihre Grenzen führen werden. Wer übersteht den Höllenritt?

Vom Paradies zur Hölle
Kampf, Powern bis zur Erschöpfung, Adrenalin pur – das Triathleten-Latein, beim Green Hell Triathlon potenziert! Trügerisch beschaulich startet die Anfangsstrecke im Freilinger See. Hier ist nicht zu erahnen, was später auf die Triathleten zukommt. Die Eifel zeigt sich von ihrer malerisch-paradiesischen Seite. Inmitten von ausgedehnten Wäldern und Wiesen liegt der idyllische Badesee, den die Athleten in zwei Runden mit insgesamt 1,5km durchschwimmen.
Raus aus dem Neoprenanzug, ab aufs Rad. Der Nürburgring wartet! Die 24km lange Anfahrt zur traditionsreichen Rennstrecke ist kräftezerrend. Und dort angekommen geht’s erst richtig los: Steigungen bis zu 17%, eine endlos anmutende Reihe an Kurven, 1,5 Runden à 20,8km gespickt mit sportlichen Herausforderungen, rasanten Abfahrten und schwindelerregenden Streckenwindungen – die legendäre Nordschleife hat es in sich.

Laufen auf der Grand-Prix-Strecke
Schwimmen und Radfahren überstanden, die Beine sind schwer, die Muskeln brennen. Egal, kurz durchatmen und alles geben für den letzten Teil! Denn der bietet etwas ganz besonders. Mit den Laufschuhen geht’s auf die Grand-Prix-Strecke, den berühmten Hochgeschwindigkeitskurs der Formel1. Dort, wo sonst Schumi, Vettel und Co. die Meisterschaft ausfechten, sprinten die Triathleten zwei Runden à 5,2km. Für die Motorsportfans unter den Teilnehmern vielleicht noch eine zusätzliche Motivation, sich bis zum Schluss durchzukämpfen.

Der Mythos Nürburgring lebt!
Der Green Hell Triathlon ist Herausforderung pur für ambitionierte Triathleten und verspricht ein einmaliges Erlebnis, jedoch nicht für Untrainierte. In offiziellen Mitteilungen der Veranstaltung wird explizit auf die Härte und Gefahr der Strecke hingewiesen. Ganz in der Wettkampftradition des Nürburgrings gesellen sich meist noch Wetterkapriolen dazu. Doch wer sich bei Wind und Regen, durchnässt und mit Matsch bedeckt schließlich den Weg durch die grüne Hölle erkämpft hat, finisht adrenalingeladen glücklich!

Triathlon Magazine online

Nachberichterstattung

Copyright: Ingo Kutsche

Favoriten machen den Sieg unter sich aus

Nürburgring. Erfolgreiche Triathlon-Premiere in der Grünen Hölle! Am vergangenen Sonntag pilgerten rund 700 Ausdauersportbegeisterte an den Nürburgring, um sich bei der ersten Auflage des GREEN HELL TRIATHLON in den Sportdisziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen zu messen. Für die veranstaltende Nürburgring Automotive GmbH und die Ausrichteragentur Jeschke und Friends war die Veranstaltung ein voller Erfolg. Die zweite Auflage findet aller Voraussicht nach im kommenden Jahr am 23. Juni 2013 statt.

"700 Teilnehmerinnen und Teilnehmer sprechen eine eindeutige Sprache. Wir blicken auf eine sehr gute Premiere und freuen uns auf das Jahr 2013. Denn dann werden wir diese tolle Veranstaltung wiederholen", freut sich Uwe Jeschke vom Ausrichter Jeschke und Friends. "Die Grüne Hölle hat das Potenzial, um eine der beliebtesten und gleichzeitig härtesten Triathlon-Veranstaltungen zu werden. Wir danken allen Starterinnen und Startern, die diese Veranstaltung zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Beteiligten gemacht haben."

Bei zunächst trockenem, aber sehr windigem Wetter fiel der Startschuss früh morgens am Freilinger See nahe des Eifelstädtchens Blankenheim. Bei der Triathlon-Premiere erwartete die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Anschluss an das Schwimmen ein anspruchsvoller Ritt auf dem Rad zum Nürburgring auf die Nordschleife, bevor auf dem Grand-Prix-Hochgeschwindigkeitskurs mit dem abschließenden Lauf das Finale eingeläutet wurde.

Auf der olympischen Distanz GREEN HELL Olympic (1.500 m Schwimmen, 58 km Radfahren, 10 km Laufen) platzierte sich der Kölner Ex-Radprofi Marcel Wüst auf dem dritten Tagesrang. Der begeisterte Triathlet musste sich nur dem Sieger Jens Kaiser aus Ransbach-Baumbach und dem Zweitplatzierten Holger Schill (EJOT Team TV) geschlagen geben. "Das war ein sehr anspruchsvoller Wettkampf, der dem Mythos Grüne Hölle absolut gerecht wird", sagte Marcel Wüst nach dem Zieleinlauf auf der Grand Prix-Strecke.

"Die Veranstalter haben ganze Arbeit geleistet, die Zuschauer an der Strecke waren große Klasse und die Location Nürburgring ist einmalig. Dieser Triathlon wird im nächsten Jahr bestimmt viel mehr Sportler in die Eifel locken." Sieger Jens Kaiser, vor Wochenfrist Vierter beim Ironman in Regensburg, pflichtete seinem Mitstreiter bei. „Endlich haben wir in Rheinland-Pfalz einen Triathlon, der für die kommenden Jahre viel Potenzial hat", freute sich Kaiser. "Ich werde im nächsten Jahr wieder kommen und viele andere Triathleten mitbringen."

Bei den Frauen sicherte sich Tanja Erath (Triathlon Team Witten) den Premierensieg bei GREEN HELL Olympic vor Silvia Noya Crespo (1890 Bielefeld) und Antje Dietz.

TV-Schauspieler Thomas Held (MACH 3 Köln e.V.), unter anderem bekannt aus der Comedy-Serie „Sechserpack“, zeigte sich zufrieden mit seinem zweiten Triathlon über die olympische Distanz. "Das war der Wahnsinn! Ich bin regelrecht durch die Grüne Hölle gegangen", sagte der Kölner erschöpft im Ziel. "Es war sehr anstrengend und ich bin stolz, dass ich es geschafft habe." Am Ende sprang für den 40-jährigen Deutsch-Österreicher mit Rang 66 die angestrebte Top 100-Platzierung heraus.

Auf der GREEN HELL 226half-Distanz (1.900 m Schwimmen, 99 km Radfahren, 21 km Laufen) machten die Favoriten bei den Männern als auch bei den Frauen den Sieg unter sich aus. Nach einem spannenden Rennverlauf sicherte sich Per Bittner (Team TBB) den Sieg über die Mitteldistanz vor seinem Teamkollegen Christian Nitschke und Jürgen Stilgenbauer (Team ROWE Sport). Bei den Frauen gewann Katja Konschak (SV Nordhausen) vor Isa Roth aus Bonn und Marion Wittler aus Bielefeld.

"Das war ein sehr harter Triathlon, viel schwerer als erwartet", zog der glückliche Sieger Per Bittner ein erstes Resümee. „Aber die schöne Strecke, die tolle Atmosphäre und die super Organisation haben die Anstrengungen wettgemacht."

Bei den Einsteigern GREEN HELL Shorty (500 m Schwimmen, 37 km Radfahren, 5 km Laufen) siegten Lies Maes aus Belgien bei den Frauen und Gerrit Schubert bei den Herren.

Hier geht es zu den Ergebnissen

Im Premierenjahr 2012 wurden mit GREEN HELL Olympic, GREEN HELL 226half und dem Einsteiger-Wettbewerb GREEN HELL Shorty drei Distanzen angeboten, die alle auch als Staffel bewältigt werden konnten. Die Radstrecken waren bei allen Wettkämpfen aufgrund der lokalen Gegebenheiten etwas länger als die "klassischen" Distanzen. Die GREEN HELL 226 half-Teilnehmer absolvierten 3,5 Runden auf der Nordschleife mit je knapp 500 Höhenmetern, die GREEN HELL Olympic-Athleten drehten 1,5 Runden auf der Nordschleife.

Begleitet wurde der Triathlon mit einer Pasta-Party am Vorabend, einer Triathlon-Messe und einem Finisher-Event mit Musik und Moderation.

Hart, härter, Green Hell Triathlon

Fuchsröhre, Hohe Acht, Michael-Schumacher-S - wer eine echte Herausforderung sucht, findet diese ganz sicher beim neuen Green Hell Triathlon auf dem Nürburgring. Unser Redakteur Jörg Birkel hat sich dieser Grenzerfahrung gestellt. Ein Erfahrungsbericht.

Am 24. Juni 2012 hat die Premiere des Green Hell Triathlon am Nürburgring stattgefunden. Rund 2 Kilometer Schwimmen, insgesamt über 2.900 Höhenmeter verteilt auf 99 Kilometer Radstrecke und einen Halbmarathon – allein die nackten Zahlen flößen Respekt ein. Der Wettkampf in der Grünen Eifel-Hölle gehört damit zu den härtesten Halbdistanzen der Welt.

Anfangs nur nicht übertreiben

Pünktlich um 9 Uhr fiel der Startschuss. Eine Stunde zuvor waren bereits einige hundert Athleten über die Sprint- und Kurzdistanz gestartet. Das Schwimmen verlief wie erwartet. Ein 500 Meter langer Rundkurs war viermal zu bewältigen. Nach zügigem Anschwimmen suchte ich mir einen Wasserschatten.

Das ist mir auch erstmals in meiner jungen „Triathlon-Karriere“ geglückt, und ich konnte die Füße des Vordermanns über weite Teile der Schwimmstrecke halten. Statt am roten Bereich zu kratzen, schwamm ich in meiner Komfortzone und hatte den Eindruck, tendenziell zu langsam zu schwimmen. Das Gefühl sollte trügen. Mit einer Zeit von 31 Minuten kam ich als 15. aus dem Wasser.

Den Wasserschatten konsequent zu nutzen, war eine gute Entscheidung, schließlich lag der Hauptteil des Rennens noch vor mir. Meine geschätzte Zielzeit lag bei 7 Stunden. Da muss man sich nicht gleich in der ersten halben Stunde „abschießen“. Entsprechend kontrolliert ging ich auf die Radstrecke. Jetzt bloß nicht überpacen, dachte ich mir, und hielt mich an die selbst gesteckten Vorgaben.

Kontrolle geht über Gefühl

Maximal 240 Watt hatte ich mir fürs Radeln vorgenommen. Keine leichte Aufgabe, denn bereits auf der Anfahrt zum Nürburgring wartete eine 3 Kilometer lange Rampe mit 12 Prozent Steigung. Insgesamt war der erste Teil der Radstrecke sehr anspruchsvoll: Etliche Steigungen, rasante Abfahrten mit scharfen Kurven, teilweise schlechter Straßenbelag und Kopfsteinpflaster forderten volle Konzentration.

So richtig los ging der Wettkampf aber erst mit der Einfahrt auf die legendäre Nordschleife des Nürburgrings. "Netterweise" sah die Streckenführung diese in Breitscheid an der tiefsten Stelle des Kurses vor. So addierten sich zu den 500 Höhenmetern der Anfahrt direkt weitere 500 für die erste halbe Runde auf dem Ring auf.

Für die Sprintdistanzler war danach Schluss. Alle anderen „durften“ weiter fahren. Die Halbdistanz sah noch volle drei Runden auf der Nordschleife vor. Die rasante Abfahrt durch die Fuchsröhre entschädigte zunächst für die strapaziösen Anstiege zur Hohen Acht. Vor der letzten Runde hatte ich allerdings genug, zumal da bereits seit knapp vier Stunden das Kopfkino lief. Ohnehin war der Wettkampf eine absolute Kopfsache, denn die rund 130 Finisher der Halbdistanz verteilten sich auf 21 Kilometer Rennstrecke. Es war phasenweise eine einsame Angelegenheit auf der Nordschleife.

Nur noch Auslaufen

Nach 4:50 Stunden erreichte ich dann endlich die zweite Wechselzone und freute mich auf den abschließenden Halbmarathon auf der Grand-Prix-Strecke. Da wo sonst Formel-1-Renner ihre Runden drehen, durften wir laufen. Für uns standen allerdings nur 4 Runden auf dem Plan. Durch Freunde und Vereinskollegen angefeuert, ging ich motiviert auf die Laufstrecke.

Die Motivation sollte jedoch schnell schwinden. Die erste Hälfte der Laufrunde musste man gegen Sturmböen ankämpfen und die zweite Hälfte bergauf laufen. Fast 100 Höhenmeter waren pro Runde zu bewältigen. Und dann kam auch noch Regen auf. Anfangs sah noch alles nach einer Zielzeit knapp unter 7 Stunden aus, aber dann verlor ich Runde für Runde ein paar Minuten mehr. Völlig erschöpft aber glücklich überquerte ich nach 7:07 Stunden die Ziellinie.

Für meine erste Halbdistanz hätte ich sicherlich eine leichtere Strecke finden können, aber am Ende überwiegt der Stolz über die erbrachte Leistung. Ganz sicher habe ich der Geburt eines neues Kultevents für Extremsportler beigewohnt, denn der Green Hell Triathlon auf dem Nürburgring hat einfach unglaubliches Potenzial. Im nächsten Jahr bin ich wieder am Start, dann allerdings auf einer kürzeren Strecke.

Fakten zum Green Hell Triathlon

Teilnehmer: 700

Sportstätten:
• Schwimmen: Freilinger See bei Blankenheim in der Eifel
• Radfahren: Anfahrt von Blankenheim nach Breitscheid, dann Nordschleife des Nürburgrings.
• Laufen: Grand-Prix-Strecke

Distanzen:

• Green Hell 226 half: 2km Schwimmen / 99km Radfahren / 21km Laufen
• Green Hell Olympic: 1,5km Schwimmen / 58km Radfahren / 10km Laufen
• Green Hell Shorty: 0,5km Schwimmen / 37km Radfahren / 5km Laufen

Alle Distanzen waren auch als Staffel möglich.

Triathlon-Premiere am Nürburgring

700 Sportbegeisterte waren bei der Premiere des Green Hell Triathlon am 24. Juni. Die zweite Auflage des Triathlons in der Grünen Hölle soll am 23. Juni 2013 stattfinden.

Der Startschuss fiel am Morgen am Freilinger See, im Anschluss erwartete die Teilnehmer eine anspruchsvolle Radstrecke zum Nürburgring auf die Nordschleife und als Abschluss der Lauf ins Ziel auf der Grand-Pix-Hochgeschwindigkeitsstrecke.

Auf der Green Hell Shorty Strecke (500 m Schwimmen, 37 Kilometer Radfahren , 5 Kilometer Laufen) siegte Lies Maes bei den Frauen und Gerrit Schuber bei den Herren.

Auf der Green Hell 226half-Distanz (1.900 m Schwimmen, 99 Kilometer Radfahren, 21 Kilometer Laufen) siegte Per Bittner (Team TBB) bei den Männer und Katja Konschak (SV Nordhausen) bei den Frauen.

Auf der olympischen Distanz Green Hell Olympic (1.500 m Schwimmen, 58 Kilometer Radfahren, 10 Kilometer Laufen) sicherte sich bei den Männern der Ex- Radprofi Marcel Wüst den dritten Podiumsplatz. Holger Schill (EJOT Team TV) wurde Zweiter und Jens Kaiser sicherte sich den Tagessieg auf der olympischen Distanz. Antje Dietz platzierte sich bei den Frauen auf dem dritten Rang, Silvia Noya Crespo (1890 Bielefeld) wurde Zweite und Tanja Erat (Triathlon Team Witten) sicherte sich den ersten Platz.

Voraussichtlich findet die zweite Auflage des Green Hell Triathlon im kommenden Jahr am 23. Juni statt.

Nürburgring feiert Triathlon-Premiere

tri2b.com - Redaktion am 24.06.2012 - 19:04 Uhr
Erfolgreiche Triathlon-Premiere in der Grünen Hölle: Am Sonntag pilgerten rund 700 Ausdauersportler an den Nürburgring, um sich bei der ersten Auflage des Green-Hell-Triathlons zu messen. Für die veranstaltende Nürburgring Automotive GmbH und die Ausrichteragentur Jeschke und Friends war die Veranstaltung ein voller Erfolg. Die zweite Auflage findet aller Voraussicht nach im kommenden Jahr am 23. Juni 2013 statt.

„700 Teilnehmerinnen und Teilnehmer sprechen eine eindeutige Sprache. Wir blicken auf eine sehr gute Premiere und freuen uns auf das Jahr 2013. Dann werden wir diese tolle Veranstaltung wiederholen", freut sich Uwe Jeschke vom Ausrichter Jeschke und Friends. „Die Grüne Hölle hat das Potenzial, um eine der beliebtesten und gleichzeitig härtesten Triathlon-Veranstaltungen zu werden. Wir danken allen Starterinnen und Startern, die diese Veranstaltung zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Beteiligten gemacht haben."

Bei zunächst trockenem, aber sehr windigem Wetter fiel der Startschuss früh morgens am Freilinger See nahe des Eifelstädtchens Blankenheim. Beim Premierenrennen erwartete die Teilnehmer im Anschluss an das Schwimmen ein anspruchsvoller Ritt auf dem Rad zum Nürburgring auf die Nordschleife, bevor auf dem Grand-Prix-Hochgeschwindigkeitskurs mit dem abschließenden Lauf das Finale eingeläutet wurde.

Triathlon mit viel Potenzial

Auf der olympischen Distanz (1,5 km Schwimmen, 58 km Radfahren, 10 km Laufen) siegte Jens Kaiser aus Ransbach-Baumbach vor Holger Schill (EJOT Team) und dem früheren Radprofi Marcel Wüst aus Köln. „Das war ein sehr anspruchsvoller Wettkampf, der dem Mythos Grüne Hölle absolut gerecht wird", sagte Marcel Wüst nach dem Zieleinlauf auf der Grand Prix-Strecke. „Die Veranstalter haben ganze Arbeit geleistet, die Zuschauer an der Strecke waren große Klasse und die Location Nürburgring ist einmalig. Dieser Triathlon wird im nächsten Jahr bestimmt viel mehr Sportler in die Eifel locken." Sieger Jens Kaiser, vor Wochenfrist Vierter beim Ironman in Regensburg, pflichtete seinem Mitstreiter bei. „Endlich haben wir in Rheinland-Pfalz einen Triathlon, der für die kommenden Jahre viel Potenzial hat", freute sich Kaiser. „Ich werde im nächsten Jahr wieder kommen und viele andere Triathleten mitbringen."

Bei den Frauen sicherte sich Tanja Erath (Triathlon Team Witten) den Premierensieg bei vor Silvia Noya Crespo (1890 Bielefeld) und Antje Dietz.

TV-Schauspieler Thomas Held (MACH 3 Köln e.V.), unter anderem bekannt aus der Comedy-Serie „Sechserpack", zeigte sich zufrieden mit seinem zweiten Triathlon über die olympische Distanz. „Das war der Wahnsinn! Ich bin regelrecht durch die Grüne Hölle gegangen", sagte der Kölner erschöpft im Ziel. „Es war sehr anstrengend und ich bin stolz, dass ich es geschafft habe." Am Ende sprang für den 40-jährigen Deutsch-Österreicher mit Rang 66 die angestrebte Top 100-Platzierung heraus.

Auf der Haöbdistanz (1,9 km Schwimmen, 99 km Radfahren, 21 km Laufen) machten die Favoriten bei den Männern als auch bei den Frauen den Sieg unter sich aus. Nach einem spannenden Rennverlauf sicherte sich Per Bittner (Team TBB) den Sieg vor seinem Teamkollegen Christian Nitschke und Jürgen Stilgenbauer (Team ROWE Sport). Bei den Frauen gewann Katja Konschak (SV Nordhausen) vor Isa Roth aus Bonn und Marion Wittler aus Bielefeld. „Das war ein sehr harter Triathlon, viel schwerer als erwartet", zog Per Bittner ein erstes Resümee. „Aber die schöne Strecke, die tolle Atmosphäre und die super Organisation haben die Anstrengungen wettgemacht." Bei den Einsteigern auf der kurzen Distanz (500 m Schwimmen, 37 km Radfahren, 5 km Laufen) siegten Lies Maes aus Belgien bei den Frauen und Gerrit Schubert bei den Herren.

Green Hell Triathlon 2012: Premiere am Nürburgring

25. Juni 2012 von Christine Waitz

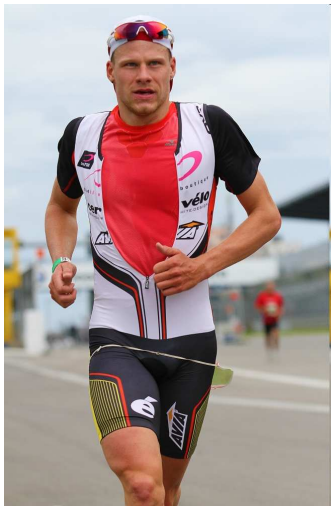
Nürburg, 24. Juni 2012 – Am heutigen Sonntag ging die Premiere des Green Hell Triathlon über die Bühne. Die Rennstrecke ist normalerweise schnellen Autos vorbehalten. Die Nordschleife des Nürburgrings bekam ihren Namen "Green Hell" in den 80er-Jahren wegen ihres anspruchsvollen und als einer der weltweit schwierigsten Rennkurse bekannten Profils.

Die "Grüne Hölle" – nicht nur für Rennfahrer

Alle Streckenlängen – von Mittel- über Kurz bis hin zur Sprintdistanz – waren im Angebot. Die Schwimmstrecken wurden im Freilinger See absolviert, der gerade groß genug ist, um der Mitteldistanz eine zweiründige Schwimmstrecke zu ermöglichen. Auch die Kurzdistanz durfte zwei kürzere Runden mit Landgang absolvieren, während die Sprintdistanzler nur eine Runde schwammen.

Nach der 24 Kilometer langen Anfahrt ging es dann auf die berüchtigte Nordschleife des Nürburgrings. Nicht nur für Rennautos hat es diese Strecke in sich. Die Radler der Mitteldistanz mussten hier satte 2564 Höhenmeter auf 99 Radkilometern überwinden – nur 400 Höhenmeter mehr und man hätte den Gipfel der Zugspitze erklommen. Die Starter der Kurzdistanz (58 Radkilometer) durften immerhin noch 1526 Höhenmeter klettern, auf der Sprintdistanz waren es knapp 1000 Höhenmeter auf 24 Kilometern.

Bei dem zu überwindenden Höhenunterschieden auf dem Rad fallen die 384 Höhenmeter auf der Vier-Runden-Halbmarathonstrecke schon nicht mehr ins Gewicht. Zwei Runden für die Kurzdistanz und eine Runde für die Sprintdistanz führten knapp 600 Athleten ins Ziel.



Nicht nur der Kurs machte es den Athleten schwer, auch die Wetterbedingungen forderten ihnen alles ab. Kühl, windig und regnerisch machten dem Namen des Rennens alle Ehre – wenn auch temperaturtechnisch eher im umgedrehten Sinn.

Bei den Männern lagen die Jungs des Team TBB Germany gleich zweifach an der Spitze – Per Bittner holte den Sieg vor seinem Teamkameraden Christian Nitschke. Auf Rang drei folgte Jürgen Stilgenbauer, auf Platz vier Clemens Coenen.

Im Damenrennen war Katja Konschak siegreich. Den zweiten Platz in der Grünen Hölle erkämpfte sich Isa Roth, gefolgt von Marion Wittler.

Premiere auf dem Nürburgring: Per Bittner besiegt die grüne Hölle

Langstrecke | 25. Juni 2012
Formel-1-Fans wissen schon länger etwas anzufangen mit Begriffen wie "Fuchsröhre" oder "Hohe Acht", Triathleten erst seit vergangenem Wochenende. Die Premiere des Green Hell Triathlon auf dem Nürburgring hatte mit ihrer spektakulären Streckenführung über 700 Quälwillige angelockt, Per Bittner war auf einem brutal harten Kurs am "schnellsten".
Nis Sienknecht

Eine Stunde länger als er normalerweise für eine Mitteldistanz benötigt, war der Sieger Per Bittner bei der Premiere des Green Hell Triathlon auf dem Nürburgring unterwegs, beinahe fünf Stunden insgesamt. Betrachtet man die Splitzeiten der drei Einzelsportarten, dann hat der Leipziger diese komplette Stunde auf der knallharten Radstrecke mit fast 3.000 Höhenmetern auf 99 Kilometern Länge liegen lassen. Als Führender war er dem Freilinger See entstiegen, musste sich auf dem Rad dann von seinem Teamkollegen Christian Nitschke und Ex-Profi Clemens Coenen einholen lassen, wechselte aber noch in Sichtweite in die Laufschuhe. Mit einem Halbmarathon in 1:16:47 Stunden konnte er den krampfgeplagten Nitschke endlich hinter sich lassen, während Coenen sich den dritten Rang noch von Jürgen Stilgenbauer abluchsen ließ. Bei den Frauen siegte Katja Konschak souverän über Isa Roth und Marion Wittler.

Insgesamt lockten die schnelle Abfahrt "Fuchsröhre", der bis zu 20 Prozent steile Anstieg "hohe Acht" und die Wechselzone im Fahrerlager über 700 Triathleten an. Auf der olympischen Distanz siegten Tanja Erath und Jens Kaiser, der nur eine Woche nach seinem vierten Platz beim Ironman Regensburg erneut im Einsatz war. Auf der Jedermannstrecke waren Lies Maas (BEL) und Gerrit Schubert als erste im Ziel.

Bock am Ring: Rollentausch

Langstrecke | 26. Juni 2012
Eigentlich hatte ich mir mal wieder viel vorgenommen. Wie bei jedem Rennen, wenn ich an den Start gehe. Und bisher gab es für mich auch noch nie einen Grund einen Wettkampf abzusagen. Deswegen tat ich mich auch ziemlich schwer und schickte meine Mail an den Veranstalter des Green Hell Triathlon erst in der Nacht von Freitag auf Samstag ab.
Niclas Bock

Es war 00:12 Uhr als ich meine Startzusage zu einer -absage umformuliert hatte. An dieser Stelle ein „Dankeschön" an meine Achillessehne für die Entzündung! Ich hab' Dich auch lieb, du Penner! Aber bevor ich zu Hause rumsitze und mir die Decke auf den Kopf fällt hatte ich zum gleichen Zeitpunkt entschieden, dass ich beim Green Hell Triathlon als Helfer dabei bin. Wann bietet sich sonst schon mal die Chance, die Rollen zu tauschen und einen Triathlon aus einer etwas anderen Sicht mitzuerleben? Spätestens am Wettkampfmorgen konnte ich auch einen ersten Vorteil ausmachen: das Frühstücksbuffet. Endlich! Endlich konnte ich mal alles essen, ohne darüber nachzudenken, ob es mir beim schwimmen wieder hoch kommt oder es mir während des Rennens schwer im Magen liegt. Ich hatte mich ja ohnehin längst mit meiner Rolle abgefunden und so freute ich mich einfach für alle, die sich auf den Weg zum Schwimmstart machten. Während ich zusammen mit den Verpflegungsbeauftragen damit beschäftigt war Möhren zu schälen, Melonen zu schneiden, Kuchenbleche von A nach B zu tragen und wieder zurück und was man sonst noch so braucht, um die hungrigen Triathleten-Mägen im Ziel zu verwöhnen.
Das war aber nur eine kleine Teilaufgabe zum warm werden. Denn ich hatte einen ziemlich coolen Auftrag bekommen: Ich durfte das Führungsfahrrad fahren und war auf diese Weise trotzdem dort, wo ich mich am wohlsten fühle, nämlich ganz vorne… Und dabei wurde einem erst mal die Kulisse deutlich, wo dieser hammerharte Triathlon ausgetragen wurde. Dort, wo sonst die Motorsportboliden oder verrückt gewordene Hobbyschrauber ihre Runden drehen, einen Triathlon stattfinden zu lassen ist wirklich klasse! Und die anspruchsvollen Strecken über die wirklich legendären Abschnitte des Formel-1-Kurses haben es in sich: Als seien knapp 2.900 Höhenmetern auf der Mitteldistanz nicht genug, tat der Wind sein übriges. „Brutal", „Ist das immer so windig?" oder „So eine Sch..., ich hasse Wind!" sind Zitate, die meinen Eindruck nur noch verstärken.

Innerlich heulte der Schlosshund und tobte, dass ich nicht meinen Highspeed-Rekord in der „Fuchsröhre" knacken konnte oder mir nicht die Zähne an der „hohen Acht" ausgebissen habe. Aber ich weiß nun immerhin, dass ich dieses Rennen ganz dick in meinen Kalender für nächstes Jahr eintrage. Wer richtig heiß auf eine Strecke ist, die einem alles abverlangt, der kommt daran auch kaum vorbei.
Und ich weiß nun, wie es ist als Helfer im Einsatz zu sein. Ich glaube, die Erfahrung kann auf keinen Fall schaden und nun weiß ich noch mehr zu schätzen, was es bedeutet, den aktiven Athleten einen unvergesslichen Tag bescheren zu wollen.

Blogs

Copyright: Ingo Kutsche

Ein Halleluja für „The Green Hell“

Am 26. Juni 2012 von Michael Hartmann
Radrennen gab es schon viele am Nürburgring. Und die Autos sind dort ja Stammgäste. In diesem Jahr nun kamen auch die Triathleten zum "Green Hell Triathlon".

Neben dem Cologne Triathlon Weekend hat nun Veranstalter Uwe Jeschke nun auch noch einen Triathlon in der Eifel im Programm. Den Green Hell Triathlon auf der berüchtigten Nordschleife des Nürburgring. Mit dabei waren Astrid Lenz, Astrid Minor, Heiner Wenda-Wülfing und Gert Fischer. Hier der Erlebnisbericht von Astrid und Astrid:
“Die Premiere vom Green Hell Triathlon am Nürburgring ist gelungen und die hohe Acht geknackt. Am Sonntagmorgen (24.06.) um 08:04 Uhr sprangen Astrid und Astrid in die Fluten des Freilinger Sees, der mit einer Wassertemperatur von 19 Grad die Lufttemperatur wesentlich übertraf. Auf einem kleinen Kurs mit 3 Runden a 500 Metern wurde es mit ca. 300 anderen Schwimmern etwas eng, aber das sind wir ja gewohnt ;-) Nach teilweise umständlichen Szenen in der Wechselzonen ging es auf „ … die wahrscheinlich schwierigste Strecke Europas, wenn nicht sogar weltweit, “ motivierte Uwe Jeschke die Athleten per Mikro. Naja, aber 1500 Höhenmeter auf 58 Kilometern sind schon ganz ordentlich. Die 24 km lange Anfahrt bis zum Nürburgring hatte es schon ganz schön in sich. Besonders der Anstieg nach Rodder soll laut eines Anwohners eine Steigung von 12% gehabt haben. Da fragt man sich wie sich die 17% der Hohen Acht anfühlen mögen. Die Strecke auf dem Nürburgring war dann ein Fest für alle Radfahrer: steile Anstiege, weite und enge Kurven, lange und besonders schnelle Abfahrten, glatter Asphalt, kein Gegenverkehr und viel Platz. Herrlich!!! Die Hohe Acht hätte man fast nicht mitbekommen, da man sowieso schon die ganze Zeit hoch fuhr. Nur die wenigen dort stehenden Zuschauer und die schweren Beine wiesen auf diese besondere Stelle. Bekannte Gesichter wie von den Helfern Doris, Stefan und Patrick ließen aber die Schmerzen schnell vergessen. Die Laufstrecke von 10,4 km führte auch noch mal über die „Wellen“ der Rennstrecke. Schön!!! Im Ganzen war es eine super organisierte Veranstaltung mit großem Spaß für alle bergbegeisterten Triathleten.”

Green Hell Triathlon startet am Freilinger See

Anmeldung für Kurzentschlossene bis Sonntagmorgen um 6.30 Uhr
Am morgigen Sonntag, 24. Juni 2012 startet der Green Hell Triathlon am Freilinger See in der Nähe des Eifelstädtchens Blankenheim. Los geht es mit der Disziplin Schwimmen, der eine anspruchsvolle Fahrrandanfahrt zum Nürburgring folgt. Dort angekommen, dürfen sich die Teilnehmer auf eine Weiterfahrt über die legendäre Nordschleife freuen. Nachdem sie auch diese Anstrengungen erfolgreich gemeistert haben, heißt es noch fertig machen zum abschließenden Lauf über die Grand-Prix-Strecke des Nürburgrings. Rund um den Triathlon sind vom Veranstalter und von den Organisatoren ein Festival mit Pasta-Party (Samstagabend), eine Triathlon-Messe sowie eine Finisher-Event mit Musik und Moderation geplant.
Start in unterschiedlichen Distanzen möglich
Die teilnehmenden Athleten können sich, je nach eigenen Vorlieben und körperlicher Verfassung für unterschiedliche Distanzen entscheiden:
Green Hell Olympic (Olympische Distanz: 1,5 km Schwimmen, 58 km Radfahren, 10 km Laufen)
Green Hell 226half (Mitteldistanz: 1,9 km Schwimmen, 99 km Radfahren, 21 km Laufen)
Green Hell Shorty (Einsteigerdistanz: 0,5 km Schwimmen, 37 km Radfahren, 5 km Laufen)

Alle diese Distanzen können auch als Staffel bewältigt werden. Aufgrund der lokalen Gegebenheit werden die Radstrecken etwas länger werden, als die „klassischen" Distanzen.
Bisher haben sich rund 700 Athleten für den Green Hill Triathlon angemeldet. Wer sich kurzentschlossen für eine Teilnahme entscheidet und sich anmelden möchte, kann dies am Samstag, 23. Juni bis 21.00 Uhr und auch am Sonntag, 24. Juni von 4.30 bis 6.30 Uhr in der Startnummernausgabe am „ring°boulevard" tun.
Die Anmeldgebühren betragen
60,- Euro für Green Hell Shorty,
84,- Euro für Green Hell Olympic und
180,- Euro für Green Hell 226half.

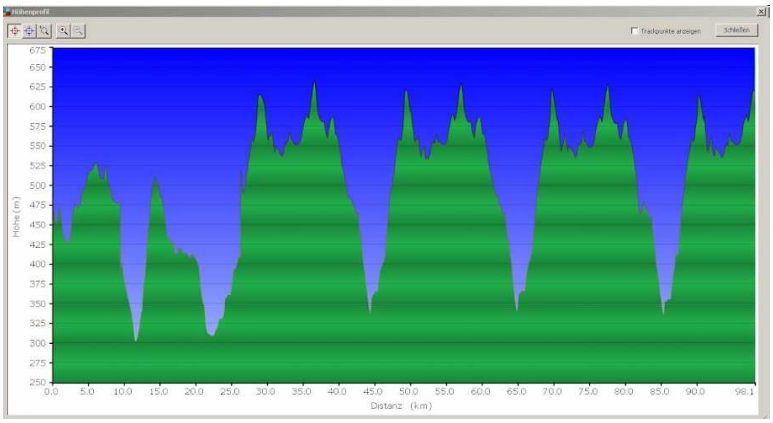
.
Weitere Informationen zum Green Hell Triathlon sind auf dem Internetangebot des Veranstalters zu lesen: www.greenhell-triathlon.de

Greenhell Triathlon Olympic

Der erste Greenhell Triathlon am Nürburgring war gleichzeitig meine erste Triathlonteilnahme seid 5 Jahren. Fazit: es hat wieder Spaß gemacht und fühlte sich auch recht gut an. Das ich dann als erster bei der Olympic Distanz aus dem Wasser kam war toll. Die Radstrecke war der absolute Hammer und mit 58km und über 1500hm ein sehr schweres Ding. Schon die 25 km Anfahrt nach Breitscheid auf die Nordschleife hatte es in sich. Steile Rampen mit einer Länge bis zu 3km und 12-16% Steigung sind schon sehr anspruchsvoll. Die schmalen Straßen und sehr schnellen Abfahrten waren atemberaubend, die Nordschleife war ein Genuss auch wenn sie sehr schwer und unrythmisch zu fahren war. Einfach einmal etwas besonderes und von Windschatten fahren keine Spur. Die anschliessende Laufstrecke führte uns dann über den 5,2 km lange Grand Prix Strecke, welche 2x zu bewältigen war. Das ich dann am Ende mit einer sehr guten Laufleistung in der Gesamtpaltzierung auf Rang 4 gefinished habe, war ein schönes Gefühl. Und macht wieder Lust auf mehr. Mehr Bilder und Informationen von den anderen Team Mitgliedern findet ihr auf der Campana Team Seite. Bericht folgt.

Grüne Hölle !

Die Nordschleife des Nürburgrings ist vermutlich jedem ein Begriff als "grüne Hölle". Im Motorsport ist es eine berühmt-berüchtigte Kultstrecke: Gut 20km lang, 73 Kurven, unterschiedliche Reibwerte, über 300 Meter Höhenunterschied, Gefällestrecken von über 11% (Fuchsröhre!) und Anstiege (Hohe Acht) von 18%. Hinzu kommt das etwas unbeständige Eifelwetter. Beste Bedingungen für eine Rennen mit "Profil": (Höhenprofil der Radstrecke aus dem triathlon-szene.de Forum, auf dem Kurs fuhr ich mit 3:09 für 99km die schnellste Zeit-kein guter Schnitt ;-)



Als ich im letzten Winter vom Green Hell Triathlon erfuhr, sagte ich sofort zu. Auf Kultstrecken entstehen Kultrennen! Ich wollte schon immer mal die Fuchsröhre runterfahren... Wie das Leben halt so spielt waren vor allem die letzten Wochen nicht so triathlon-lastig. Ich hielt mich fit (siehe Bonn Triathlon) aber beschäftigte mich weiter nicht mit Details zur Strecke. Fehler! Als ich dann auf der Pastaparty/Wettkampfbesprechung erfuhr, daß die Radstrecke so viele Höhenmeter wie z. Bsp. der Ironman Lanzarote hat, aber dabei nur halb so lang ist, verfluchte ich ein wenig meine Materialwahl. Die Kombi aus 85mm Vorderrad und Scorpo Scheibe mit 11-23 Ritzelpaket am Zeitfahrrad ist eher für flache Strecken ausgelegt. Sieht aber schick aus! Bei vier Anfahrten auf die Hohe Acht war mir klar, daß ich spätestens auf der letzten Runde nur noch mit Kraft über die Kuppe komme. Und die habe ich z.Zt. nicht. Dennoch freute ich mich auf das Rennen in einem etwas dünnen aber in der Spitze mit Per Bittner und Christian Nitschke doch stark besetzten Feld.

(M. Hilger Foto) Der Unterscheid zwischen erster und zweiter Wechselzone hätte kaum größer sein können: grüne Wiese am Freilinger See und Startaufstellung im Grandprix Motodrom! Echt eine beeindruckende Kulisse. Mein schwimmen verlief unspektakulär aber erstaunlich gut. Wenn ich mein Schwimm"training" der letzten Monate betrachte, waren die 2:30 Minuten Rückstand auf die Spitze mit Per Bittner sogar sensationell. Zusammen mit Jürgen Stilgenbauer machte ich mich auf den Weg zur Nordschleife. Jürgen kannte die Strecke dahin und so nutzte ich seine Orts- und Kurvenkenntnis um nicht sofort mit meinem Carbon-Zeug im Graben zu landen. Diese Eifelsträßchen haben es in sich! Dann ging es auf die Nordschleife und der Spaß fing richtig an. Der Rückstand war auf unter eine Minute geschrumft und ich witterte die Chance in Führung zu gehen. In Poleposition auf die GrandPrix Strecke zu gehen war zu verlockend um vernünftig zu sein und meinem Trainingszustand entsprechend zu fahren. Also Kopf runter und ab in die Fuchsröhre-auf einem Rennrad mit dreistelligen Geschwindigkeitsangaben zu fahren hat schon was von menschlicher Kanonenkugel. Gefährlich aber "leider geil"!

2/2

Am Ende der Abfahrt war ich an Per dran, er konnterte nochmal im Anstieg zur Hohen Acht aber im Gegenwind auf der Döttinger Höhe waren Scheibenhinterrad und Aerohelm doch das bessere Paket wie es im Rennsport heißt und ich machte mich davon... Auf der letzten Runde musste ich erwartungsgemäß doch ziemlich dafür büßen, der Rücken meldete sich und ich stieg mit arg geschrumftem Vorsprung ziemlich angeschlagen vom Rad. Rundenzeiten von 37, 38 und 40 Minuten geben ein deutliches Bild meiner

Der Rest war dann eher jogging. Mein Rücken war so fest daß ich gar keinen langen Schritt ziehen konnte. Die kühle Witterung tat ihr übriges. In kleinen Schritten tippelte ich über Asphalt, auf dem normalerweise richtig gerast wird. Rasen ging leider nicht aber die Selbstzerstörung war selbst gewollt. So musste ich nicht nur die ersten beiden ziehen lassen sondern verlor auch noch den Podiumsplatz an "Stilgi". Dessen Hauptsponsor stellt aber Motorenöl her, ist am Ring recht bekannt und so freute sich Jürgen natürlich wie Bolle über Platz drei.
Dahinter war das Feld dann auch durch Wind und Wetter ziemlich weit zerstreut und ich musste (und konnte) mir keine große Mühe machen, um Platz 4. zu halten.

Nach über fünf Stunden PowerBar und -Gel tat die Erbsensuppe um Ziel dann auch ganz gut. Das Veranstalterteam weiß was Sportler bei kühlem Wetter im Ziel wollen.
Viele Sportler waren noch auf der Strecke als es anfing richtig zu regnen-immerhin ließ der Wind dann etwas nach. Allen Finishern meinen vollen Respekt. Wer die grüne Hölle geschafft hat ist für alles bereit. Ich denke daß ich das nach Starts u.a. in Lanzarote und St. George (die "Höhenmeter Ironmans") ganz gut beeurteilen kann. Der Eifelkurs in der Grünen Hölle it wirklich was besonderes! Die meisten werden wohl wieder kommen. Am 23. Juni 2013 heißt es vermutlich wieder "Start your engines!" Ich versuche auch wieder dabei zu sein-dann mit überholtem Motor und besser abgestimmtem Getriebe!

Triathlon-technisch gibt es im Juli für mich eine kleine Pause: die Transalp Challenge ruft und es wird vermehrt MTB gefahren. Auf dem Stevens 29er gibt es noch den ein oder anderen Reifentest und am 14. Juli geht es dann los: Oberammergau-Riva del Garda! Der Umzug ist geschafft und spätestens nach der Klärung der Vorhangfarbe und ein oder zwei Besuchen in einem schwedischen Möbelhaus mit meiner lieben Frau kann wieder an die Aufnahme eines geregelten Trainingsbetriebes gedacht werden. Wenn alles klappt sollte ich danach für die zweite Saisonhälfte und die Teilnahme bei der Crosstriathlon DM und dem Trans Vorarlberg Klassiker ganz gut gerüstet sein.

Es wird Sommer-jetzt!

Christian Nitschke wird Zweiter beim 1. Green Hell Triathlon

Artikel veröffentlicht am 06. Juli 2012

Bei der Erstaustragung des Green Hell Triathlon auf dem Nürburgring konnte Christian Nitschke den 2. Platz hinter Per Bittner erringen. Den Grundstein legte Christian auf der 99km langen anspruchsvollen Radstrecke auf dem Rennkurs. Hier fuhr er mit 3h09min die zweitschnellste Zeit des Tages und lief den zweiten Platz mit 1h18min für den Halbmarathon sicher nach Hause. Noch eine Stufe höher auf dem Treppchen soll es am Sonntag in Norwegen gehen. Hier steht Christian beim ersten Ironman 70.3 Norwegen in Haugesund am Start. Wir wünschen viel Erfolg, frische Arme und flinke Beine!

Wenn's läuft, dann läuft's - Sieg am Nürburgring

Am vergangenen Sonntag konnte ich den Green-Hell-Triathlon über die verlängerte Olympische Distanz gewinnen.

Meine Beine und auch der gesamte Rest "des Kaiser's" haben den Ironman Regensburg zwar noch in den "Knochen stecken", aber Triathlon ist schön und wenn dieser Triathlon dann noch auf einer legendären Autorennstrecke stattfindet, dann muss auch mal Emotion und Begeisterung über die Vernunft siegen.
Das Schwimmen fand im Freilinger See (Blankenheim) statt und bei glasklarem Wasser und ca. 19 °C konnte ich zum ersten Mal in dieser Wettkampfsaison auch so etwas wie "Form" im Wasser spüren. Als 5ter verließ ich den See nach 1,5km und nahm dann die 25 km lange Anfahrt zur und 1,5 Runden auf der Nordschleife in Angriff. Etwa 1500 Höhenmeter für 58 km und viele, von den Helfern sehr gut gesicherte, Gefahren- und Engstellen machen diesen Rad Kurs zu einer echten Herausforderung.
Von Beginn der Radstrecke hatte ich ein sehr gutes Gefühl und konnte Zeit und Plätze "gut machen". Gerade an den Anstiegen überraschte mich mein Triathlonrad. Das Speedmax war für mich die optimale Wahl an diesem Tag und katapultierte mich nach ca. 25 km und pünktlich zu Beginn der Nordschleife auf Platz 1.

Diese Position konnte ich verteidigen und bis zum 2. Wechsel auf ca. 7 min ausbauen. Ein Polster welches ausreichen sollte und mir die Möglichkeit gab, den Lauf auf der Grand-Prix-Strecke, jeden weiteren Höhenmeter (200 beim Lauf) und den immer stärker werdenden Wind zu genießen ;-). Mit etwa 10 min Vorsprung gewann ich in 2:56'11 so den erstmals ausgetragenen Triathlon über die Olympic-Distance.

Vielen Dank an dieser Stelle an das Team von Jeschke & Friends für einen schönen Tag und wieder mal sehr gute Organisation. Dieser Wettkampf hat Potential und bietet für den Triathlonsport in Rheinland-Pfalz vielfältige Möglichkeiten und kann zur Kultveranstaltung werden.
Danke an Marcel Hilger und Ingo Kutsche für die Bilder!

"Green Hell" Triathlon auf der Nordschleife

2012-07-06 08:28
Manuel Reuter erstmals beim „Green Hell"-Triathlon auf der Nordschleife

Nürburgring. Manuel Reuter lernte die Nordschleife des Nürburgrings einmal aus einer anderen Perspektive kennen. „Das war einer meiner schwersten Triathlons, die ich bisher bestritten habe!" 2,0 km Schwimmen, 99 km Radfahren und 21 km Laufen auf und um die wohl schwierigste Rennstrecke der Welt – für den 24h Nürburgring-Sieger Manuel Reuter gerade die richtige Herausforderung. „Allein die knapp 100 km auf der Nürburgring-Nordschleife haben zusätzlich noch einmal 2.500 Höhenmeter, die es bei ungemütlichem Wetter mit viel Wind zu bewältigen galt." Auch die anschließenden 21 km auf der Grand Prix-Strecke waren mit den ca. 400 Höhenmetern anspruchsvoll für die Teilnehmer. Trotzdem war Manuel Reuter am Ende mit seiner Leistung – auch im Hinblick auf seinen Start beim Half Ironman 70.3 am 12. August in Wiesbaden - sehr zufrieden. Mit dem 12. Platz im Gesamtklassement der Auftaktveranstaltung und einer Gesamtzeit von 5 Stunden, 55 Minuten hatte er seine Erwartungen erfüllt. „Mal sehen, ob mein Terminplan es auch nächstes Jahr wieder erlaubt, hier teilzunehmen!"

Green Hell Triathlon – eine gelungene Premiere!

Gespeichert von Christian am/um Fr, 29.06.2012 - 21:13
Am letzten Sonntag wurde es endlich das erste Mal in diesem Jahr richtig ernst. Als ersten wichtigen Wettkampf der Saison hatte ich mir den Green Hell Triathlon ausgesucht. Allerdings ohne mir im Vorfeld allzu viel Gedanken über die Strecke zu machen. Da ich von der Veranstaltung in Köln schon zweimal sehr überzeugt war, habe ich schon letzten Dezember zugesagt bei der Premiere am Nürburgring zu starten. Beim Blick auf die Streckenpläne bin ich dann aber schon ins Grübeln gekommen wie es überhaupt technisch möglich ist 2550 Höhenmeter auf einer 99km langen Radstrecke unter zu bringen… Und irgendwie ist es recht simpel: Einfach keinen einzigen flachen Kilometer einbauen! Klingt einfach, hab ich aber so noch nicht erlebt. Selbst das einzige scheinbar flache Stück auf der Nordschleife hat am Anfang etwa 3% Gefälle und geht sofort wieder in 2-3 % Steigung über. Zudem stand dort noch ordentlich der Wind drauf, was es nicht einfacher machte, aber für mich als Rostocker zumindest gewohnt war. Die Abfahrten auf der Rennstrecke haben einfach nur Spaß gemacht. Die Kurven sind schließlich zum Teil für viel höhere Geschwindigkeiten ausgelegt. In einer Abfahrt begleitete mich ein Motorrad, von dem ich im Anschluss die Information bekam, dass ich gerade über 100km/h gefahren bin. Darauf hätte ich auch verzichten können, schließlich musste ich da noch zweimal runter ;-). Nach einem recht soliden Schwimmen (ca. 3min auf Per Bittner und 45sec auf Clemens Coenen und Jürgen Stilgenbauer verloren) wollte ich es erst mal recht entspannt auf dem Rad angehen, da ich mir nicht so sicher war, was meine Beine zu den vielen Anstiegen sagen werden. Seit Februar habe ich schließlich, zugegebenermaßen mit extrem viel Wind, nur im Flachland trainiert. Clemens und Jürgen sind zunächst erst mal auf und davon gewesen und der Abstand zu Per blieb konstant. Nach den 24km Anfahrt zur Nordschleife bin ich dann die drei Runden erstaunlich konstant gefahren (38:23; 38:35; 38:21) und von hier auf jetzt war ich dann am Ende meiner bisher härtesten 99 Radkilometer auf dem zweiten Platz und in Sichtweite zum führenden Clemens Coenen. Zum Glück habe ich mir letzte Woche noch einen Kranz mit Rettungsring (27er) montieren lassen, ansonsten hätten mich die 18 % an der hohen Acht bestimmt zerschossen. Irgendwie habe ich mir eingebildet, dass mit dem Radfahren das schlimmste geschafft ist, aber der Grand Prix Kurs auf dem vier Runden zu laufen waren hatte nochmals etwa 400 Höhenmeter! Leider war mein Lauf mal wieder geprägt von Krämpfen und einem energetischen Einbruch ab km 10. Ich bin aber trotzdem sehr zufrieden mit meinem Rennen und es hat sehr viel Spaß gemacht bis km 7 Schulter an Schulter mit Per zu führen. Ein 1:18 Halbmarathon mit dermaßen vielen Anstiegen ist wahrscheinlich auch nicht so schlecht wie es mir zunächst vorkam. Im nächsten Jahr wird bestimmt auch das Wetter noch etwas besser ;-). Die Veranstalter haben mal wieder perfekte Arbeit geleistet und mit Sicherheit den weltweit anspruchsvollsten Mittelstreckentriathlon, aber auch einen landschaftlich sehr schönen Wettkampf ins Leben gerufen. Die anspruchsvollen Stellen auf der Radstrecke waren perfekt gekennzeichnet! Bei Youtube habe ich noch ein schönes Video einer on-board Kamera in einem Porsche GT gefunden. Der hat mal eben 1min50sec für den F1 Kurs und 7:40 für die Nordschleife gebraucht. Mit etwas unter 0,4 PS dauert das dann etwa 30 Minuten länger, macht aber auch ordentlich Spaß! (http://www.youtube.com/watch?v=WGljMmZ1um4) Nächste Woche geht es nach Haugesund in Norwegen, zum ersten 70.3 Rennen Skandinaviens.

Green Hell Nürburgring: Hirle auf Platz 5

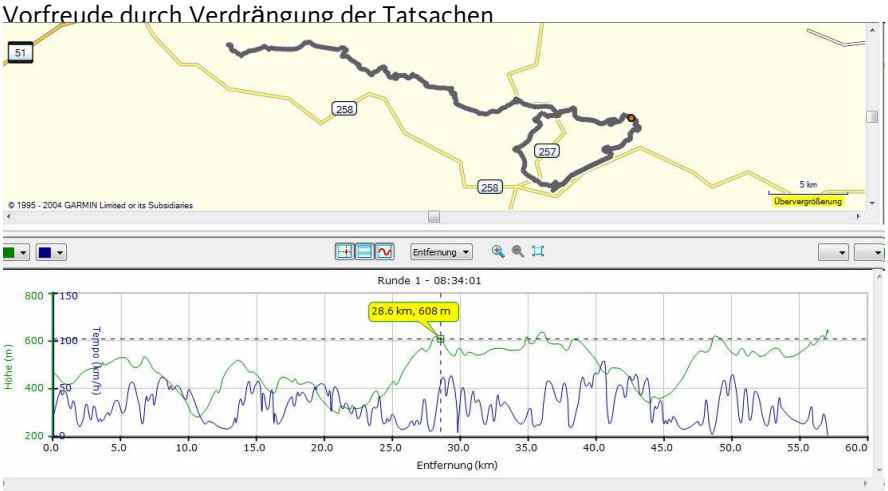
Am 24.6.2012 war die erste gelungene Ausgabe des Green Hell-Triathlon mit mehreren Distanzen und wie sollte es anders sein, der RSF Borken war dabei.
Ein Traum von jedem Radfahrer ist es, auf der Nordschleife des Nürburgrings zu fahren.
Mit 500 Höhenmeter und 72 Kurvenpassagen auf ca. 23 km Länge und bis zu 17% Steigung (Hohe Acht) ist es kein Zuckerschlecken.
Unser neues Mitglied Klaus Hirle hatte sich natürlich das schwerste rausgesucht, die Mitteldistanz mit 1,9 km Schwimmen, 99 km Radfahren und 21 km Laufen.
Geschwommen werden musste im Freilinger See wo auch die erste Wechselzone ist. Dann musste erst mal eine 24 km Anfahrt zum Nürburgring bewältigt werden, die in der Eifel auch nicht einfach ist. Die Nordschleife musste mit 20,8 km ganze 3,5 mal durchfahren werden.
Die zweite Wechselzone ist direkt bei den Fahrerlagern, was interessant genug ist.
Gelaufen werden musste auf der Grant-Prix-Strecke was bei den Höhenmetern auch nicht gerade einfach ist.
Dass Klaus nicht gerade langsam ist, wissen wir, das hat er auch eindrucksvoll unter Beweis gestellt.
Klaus hatte mit einer Zeit von 6:04:14 Std. in der Gesamtwertung den 19. Platz und in der AK den 5. Platz erreicht.
Die Einzelzeiten von 00:32:57 Schwimmen, 3:41:19 Radfahren, 1:41:04 Laufen zeigen, dass der Green Hell-Triathlon zu den schwersten Mitteldistanzen zählt. Das Ergebnis ist eine beachtliche Leistung.
Klaus sagte es war einer der schönsten und schwersten Triathlons, den er bis jetzt mit gemacht hat. Es ist Dir gelungen und ich habe meinen nächsten Triathlon gefunden.

Grüne Hölle

Daniela, Kay und ich saßen nun also tatsächlich gemeinsam im Auto nach Nürburg – auf zum ersten Nürburgring Triathlon, auf in die grüne Hölle.
Nach zwei Drehtagen, einem Tag als Fitnessguru und einem Orgatag hatte ich pünktlich zum EM-Viertelfinal-Anpfiff natürlich noch nichts für die Abfahrt am Samstagmorgen gepackt. Das musste dann in der Halbzeit und während des Sieger-Interview-Nachgeplänkels passieren (der Reus ist so putzig in Interviews, da musste ich kurz aufhören). Aerolenker, Helm, Neo… Wecker auf 5:40 Uhr. Die Nacht war kurz, trotzdem wurde ich zehn Minuten früher wach. Wenn ich freiwillig wach werde, dann habe ich wohl doch ein Quäntchen Angst vor dem olympischen Triathlon, für den ich mich in einer Feiertagslaune im Dezember angemeldet habe.

Im Tiefflug in die Eifel
Zwei Rucksäcke und los mit dem Rennrad zum Münchner Hauptbahnhof – in Ingolstadt packten mich dann Daniela und ihr Freund Kay ins Auto und ab ging es in dreieinhalb Stunden zum Nürburgring zur Startunterlagenausgabe für den nächsten Tag. Der Boulevard Ring, ein riesiges Gebäude hinter der Zuschauertribüne wirkte steril und leer. Die Triathlonmesse umfasste viereinhalb Stände. Komisch. Ein Triathlon ohne Seele. Gut, es war eine teure Neugeburt, die noch mit Leben gefüllt werden musste.

Vorfreude durch Verdrängung der Tatsachen



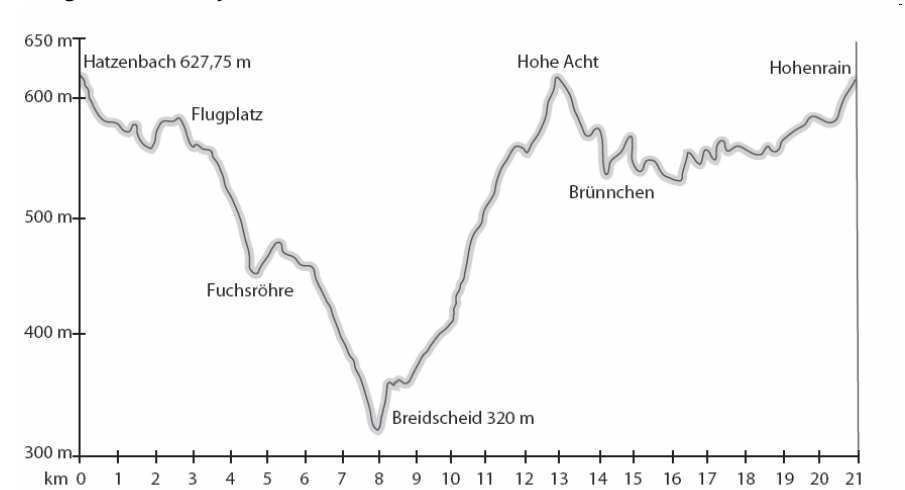
Sonntag, 24. Juni – der Tag, an dem Jan Frodeno in Kitzbühel um seine letzte Chance kämpfte, bei den Olympischen Spielen in London starten zu dürfen, und der Tag, an dem ich auf ähnlicher Strecke 800 Kilometer weiter nördlich hoffte, dass der Neo nach den zehn Minuten Probeschwimmen auch auf 1,5 Kilometern ein guter Begleiter ist. Vor der Radstrecke hatte ich bis zuletzt keine Angst, auch wenn Daniela von 1.600 Höhenmetern sprach. Ich dachte mir: Formel-1-Strecke? Das kann gar nicht so steil sein und sieht im Fernsehen auch nicht so steil aus. Und wenn ich die Strecke ohne Platten durchstehe, dann würde zum ersten Mal ein 10-Kilometer-Lauf folgen, auf den ich vorbereitet war. Also:

Insgesamt freute ich mich bereits auf den Green Hell Olympic.

Great supporter
Samstags gaben wir schon unsere Laufschuhe im Wechselzonenbeutel ab (eine Gelpackung lagerte ich im Schuh). Anschließend sind wir zu unserem Profi-Betreuerteam (meinen Eltern) gefahren und haben an unseren Rädern rumgebastelt. Hätten meine Eltern mir nicht noch Schläuche und Mäntel besorgt, wäre ich wohl mal wieder auf abgewetzten rumgeradelt. Danke! Der Tag endete um halb elf. Um fünf Uhr wollten wir aufstehen, um vier Uhr war ich hellwach. Ein Zeichen für eine persönliche Katastrophe (wie damals in Leverkusen) oder für etwas Tolles?

Der Mann, der nur meinen Oberarm wollte

Um sieben Uhr standen wir am Freilinger See, 30 Kilometer vom Nürburgring entfernt. Ein netter, kleiner, klarer See. Ein netter Schiedsrichter stand plötzlich vor mir und fragte nach meinem Oberarm. Aha. Auch mal ne Ansage. Er malte unsere Startnummern auf die Haut und dann ging es weiter: Rad-Check-In, Rad mit kleinem Gang auf die Stange hängen. Handtuch, Radschuhe, Helm verkehrt herum mit Brille drin, alles am Rad platzieren, Startnummernband auf dem Lenker. Dann noch schnell eingeprägt, wo ich später hinlaufen muss, wenn ich ohne Orientierung aus dem Wasser renne. Passt. Neo, Badekappe, Chip ans linke Bein (Nicht ans rechte, wegen der Radkette, sagte Daniela – darüber hatte ich mir noch nie Gedanken gemacht) Brille an und los.
„Ruhig bleiben, Baby“



Wir gingen mit den Sprintern ins Wasser und starteten vier Minuten nach ihnen. Hinter uns die Halbdistanzler. Ob das Sinn macht? Ich glaube wir sind nicht aufgeschwommen, zumindest hat mich keiner mit weißer Kappe gestört. Das Teilnehmerfeld war überschaubar und ich schaffte es, vor dem trittreichen Hauptfeld zu schwimmen. Drei Runden á 500m, eigentlich ganz praktisch um sich die Strecke einzuteilen. Ich wollte diesmal nicht vorauseilen. Das nimmt mein Magen mir immer übel. Also Zeit nehmen, schauen, ob der Neo mir nicht den Brustkorb oder Hals bei heftiger Atmung einschnürt. Alles gut. Arme lassen sich locker bewegen. Alles gut. Bojen im Blick. Alles gut. Mantrisch zügelte ich mein Tempo. „Ruhig bleiben“ schwirrte mir durch den Kopf, diesmal kein nerviger Song oder Gedanken darüber, dass meine Arme schwer werden. Nach drei Runden stolperte ich aus dem Wasser, lief los, ließ meine Brille fallen, hob sie wieder auf, konnte einem der Veranstalter, den ich kannte noch Hallo zurufen, rannte zum Rad und legte gefühlt die langsamste aller Wechselzeiten hin. Und dann begann eine rasante Abfahrt zum Nürburgring.

Aus der Kurve in die Böschung

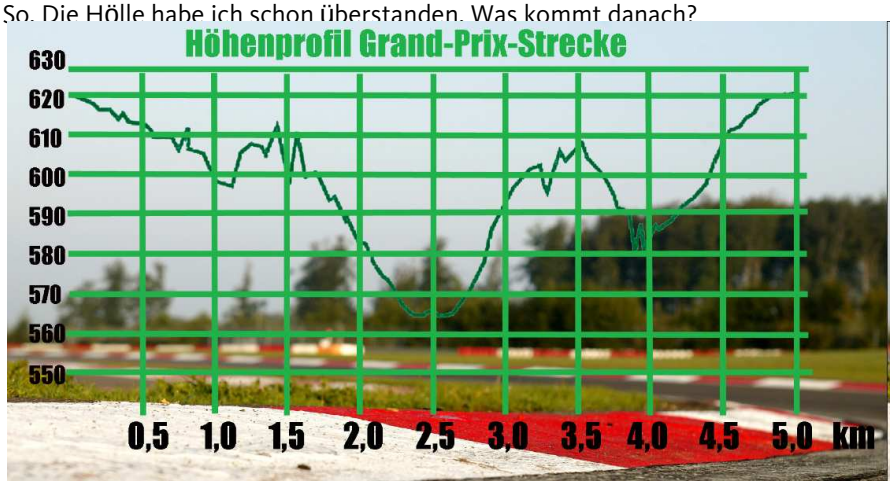
Von Freilingen bis Nürburg sind es also 30 Kilometer und die gehen kurvenreich ordentlich den Berg runter. Die Schiris auf den Motorädern warnten ständig, in einer Kurve saß ein Radfahrer in der Böschung – Schulter gebrochen, sagte mir ein Unparteiischer später. Er war sich aber nicht sicher. Ich mag Abfahrten mittlerweile. Seit fünf Jahren lerne ich mein Baby (ein blaues Roadlite von Canyon) und meine Leistung richtig kennen. Abfahrten sind kein Problem mehr, bremsen müssen – puh, das nervt hin und wieder. Zuschauer? Naja, wenige, aber die haben wenigstens geklatscht.

Die Rampe auf den Ring war der Hammer. Und nur der Anfang.

Wenn das nicht mindestens 15% waren, die auf die Nordschleife führten, dann weiß ich es auch nicht. Und so ging es immer weiter. Ich hatte das Gefühl, wir machen alle eine Trainingstour, so langsam ging es Stellenweise. Ein junger Mann mit Scheibe auf dem hintern Laufrad, nutzte die ganze Bahn als er die Steigungen hochfuhr. Bei jeder Kurve wummerte die Scheibe wie ein Gewitter. Es gab eine Verpflegungsstation. Eine zu wenig, wie ich finde. Ich nahm jedes Mal ein Gel mit, und das war auch das Minimum, was ich hätte essen müssen. Ich schmiss eine Getränkeflasche ab, die Erdanziehungskraft war einfach zu groß. 1,5 Runden auf der Nordschleife. Unfassbar. Das „Karussell“, die „Hohe Acht“ – mit diesen Streckenabschnitten verbinde ich nun Schmerzen und das Gefühl stehen bleiben zu müssen. Irgendwo im Feld war auch der ehemalige Radprofi Marcel Wüst. Für den war das Ganze sicher ein Kinderspiel. Ich merkte, wie meine Oberschenkelrückseiten verkrampften. Noch langsamer werden. Nur nicht wegplatzen, bitte.
Ich war noch nie so froh, auf die Laufstrecke zu kommen.

Der Mann mit Scheibe hatte noch gesagt: „Die Laufstrecke ist auch nicht ohne“. Ich hatte ihn aufmuntern wollen, dass es ja nicht mehr lange dauert, bis wir runter sind vom Rad. Und ja, die war auch nicht ohne. Ich passierte das Tor zur Wechselzone und den Schiri mit Filzstift, der nun hier darauf achtete, dass wir an der Linie auch wirklich absteigen (wieder mal nur aus einem Schuh rausgekommen, weil Entfernung verschätzt). Meinen Radplatz hatte ich schnell gefunden, dort lag auch die Tüte mit den Laufschuhen. Es war klar, dass ich das Gel darin vergessen hatte. Aber es ist nicht aufgeplatzt, Glück gehabt. Die Laufstrecke war nicht ohne – nicht ohne Steigung. Hoch und runter und die Oberschenkelrückseiten sagten: Ok, in dem Tempo, Silke, aber schneller kommen wir hier nicht weiter. Der letzte Anstieg vor Rundenende (2 x 5km) war die Pest. „Hütchen, Hütchen, Hütchen“ murmelten meine Gedanken rhythmisch zum Atem. Wenn ich die Hütchen erreichen würde, wäre ich oben. Bei Kilometer sieben erlebte ich mein erstes Runners-High. Ich war so glücklich, ich hätte heulen können und lächelte vor mich hin. Vollkommen verrücktes Gefühl. Das dauerte bis Kilometer 8, dann ging‘s ja wieder hoch. Wenn jetzt wieder alle von hinten angeflogen kommen, dann heul ich, dachte ich mir.

Wind lass nach!
Bereits auf der Radstrecke nahm der Wind enorm zu, beim Laufen wurde ich quasi geatmet. Der Wind blies direkt in die Lungenflügel. Wenn er stärker wurde, half nur Arme mitnehmen und Beine richtig abdrücken. Knie hoch? Keine Chance. Und dann kam sie: Frau eins. Gut, die bog nach meiner ersten Runde bereits ins Ziel ein und war am Ende glorreiche Erste. Dann Frau zwei. Die war leider eine direkte Konkurrentin. Naja, eine hab ich noch überholt. Alles gut soweit. Noch eine Runde hätte ich aber nicht geschafft. Ich war am Ende und glücklich über den roten Teppich ins Ziel zu laufen. 3:59:44 Stunden. Die Laufzeit im Schnitt immer noch die schlechteste Disziplin. Aber das war so egal. Im Ziel gab’s wie beim Hawaii Ironman eine (Plastik)Blumenkette, ein T-Shirt, alkoholfreies Weißbier und sehr viel Essen. Ich war wirklich am Verhungern. Olympischer Triathlon ist schon etwas krasser als der Sprint, bei dem ich nie etwas zu mir nehme als mein Getränk auf der Radstrecke. Mein Papa nahm mich in Empfang. Daniela kam kurz nach mir ins Ziel und wurde von Kay eingepackt. Schön, dass es vorbei war.
Aber: Geil war’s. Nicht zuletzt, weil das Laufen nicht mehr so eine Qual war, wie all die Jahre zuvor (danke André). Und die 60 Kilometer mit Alex im Training zu fahren war gut, um auf der Radstrecke cool zu bleiben (Thanks RSM A.).
Einen Tag ging es um andere Leistung als um die, Geld zu verdienen. Das war herrlich. Und kann ich jedem empfehlen, der denkt Arbeiten wäre alles und würde vollends erfüllen. Trust me.
So. Die Hölle habe ich schon überstanden. Was kommt danach?



Bericht 1. Greenhell Triathlon 24.6.

Montag 2. Juli 2012 von norbert
Bericht von Anja.
Marta & Herbert waren schon 2 Tage vor Ort . Sie konnte so schon mal die Lage checken und vor allem am Vortag die Startunterlagen abholen und an der Pflichtveranstaltung , der Wettkampfbesprechung , teilnehmen.
Frühes Aufstehen stand dann auf dem Programm für diesen Wettkampftag: Um 8:00 Uhr war der Schwimmstart .
Um 7 Uhr kamen wir am Freilinger See an . Er und die Umgebung lagen noch im Morgennebel.
Die 1. Wechselzone lag in der Nähe des Sees und war gut sortiert und übersichtlich.
Beim Einchecken wurden ganz besonders die Räder unter die Lupe genommen , der Veranstalter hatte dafür , wenn nötig , noch einen Radservice-Stand eingerichtet..
Eine gute Sache!
Die Schwimmer bekamen die Startnummer auf den Arm geschrieben. Fand ich ja toll , das ich auch mal eine Startnummer hatte, aber unter dem Neo sah man sie ja auch nicht. Vielleicht für den Fall, wenn ich ohnmächtig aus dem Wasser gezogen werden , um mich dann schneller zu identifizieren zu können, wenn man mir den Neo vom Körper schneidet???
Na, ja! War ja lustig.
Klaus startete in der 1. Gruppe um 8:00 Uhr. Sein Startfeld bestand aus etwa 60 Personen, so schaffte er eine gute Schwimmzeit . Er kam mit den ersten aus dem Wasser.
Um 8:05 Uhr startete dann Herbert und meine Gruppe. Unser Startfeld bestand aus etwa 350 Personen . 3 Runden schwammen wir um auf 1500 Meter zu kommen. An manchen Stellen war es windig, dann auch wellig, an anderen Stellen eher ruhig und an anderen war eine Strömung zu spüren.
Der See hatte eine ideale Temperatur und die Wasserqualität war spitze. Auffällig war, das die Leute , die um mich herum schwammen (waren ja einige!) ,alle einen guten , achtsamen Schwimmstil hatten. Keine wilden Tritte oder Rempeleien.
Herbert kam als 6. ,ich als 10. Staffelschwimmer aus dem See.
Dann waren Corinna und Norbert dran, die „schwierigste Triathlon-Radstrecke in Europa“ zu bestreiten: 58 km lagen vor ihnen. . Klaus war ja schon in der Zwischenzeit aufs Rad gewechselt. Er startete ja in der Green Hell Shorty und musste 40km abfahren.
Es standen Shuttle-Busse zur Verfügung , die einen dann 21km weit zum Nürburgring brachten.
Dort angekommen , musste man erst mal durch einige Gebäude hindurch , bis man in der Boxengasse ankam. Dort war die 2. Wechselzone eingerichtet. Auch gut sortiert und übersichtlich. Weiter ging es dann durch die Boxen zum Zieleinlauf. Der stand mitten im heftigen Eifelwind in einer Asphalt-Wüste.
Der Zielbereich war in einer Box eingerichtet und bot eine große Auswahl an Verpflegung.
Ich musste mich schon beeilen , wollte ich Klaus irgendwo vielleicht noch auf der Laufstrecke sehen. Ich lief über die Asphaltwüste hinunter zu Geisterstadt-Tribühnen, wo eine verlassene Rennstrecke vor lag und sah in weiter Ferne einen einzigen Läufer in einem blauen Triathlonanzug. Als er näher kam , meinte Herbert schon am Laufstil Klaus zu erkennen und was ein Glück, es war Klaus. Ich versuchte von der Entfernung ein Foto zu machen und rief oder sagen wir besser ich schrie nach Klaus um ihn anzufeuern.
Dann wetzte ich wieder zum Zieleinlauf. Schaffte es dort ,diesen mitzubekommen und wieder ein Foto zu schießen. Klaus sein Kommentar: Dieser Wettkampf war anstrengender als Bonn! Die Radstrecke wäre sehr hart. Gegen Ende der Radstrecke verabschiedete sich nach der Anstrengung auch gleich 2x die Kette, das er am liebsten das Rad samt Kette gegen die Bande geschmissen hätte. Die Laufstrecke wäre auch sehr anstrengend gewesen.
Er hoffe , das Corinna und auch Norbert sicher ins Ziel kämen, die müsste die Schleife auf dem Nürburgring ja sogar 2x fahren.
Als 4. Staffelradfahrer kam Norbert wohlbehalten in die Wechselzone. Sein Kommentar:
„So etwas habe ich ja noch nie erlebt! Wirklich sehr hart!“ Nun konnte in der Männerstaffel Frank sein bestes geben auf der Laufstrecke.

Heiß ersehnt kam dann Corinna in die Boxengasse. Unversehrt und überglücklich. Was für eine Leistung!
Nun konnte Marta mit dem Laufen starten.
Zwischendrin fand schon die Siegerehrung der Green Hell Shorty statt. Irgendwo auf der 2. Etage über den Boxen. Schön, das wir sie zu dritt gefunden hatten, so konnten Corinna und ich Zeuge sein, wie Klaus für seinen 1.Platz in der AK M45 geehrt wurde. Was für ein Erfolg!!!
Von dort oben konnte ich Frank dann sehen und fotografisch einfangen, wie er auf der Asphaltwüste in Richtung Ziel einlief.
Wir versammelten uns dann wieder alle im Ziel, welches übrigens zwischendrin vor lauter Wind in sich zusammenbrach und öfters wieder hergerichtet wurde und empfingen Marta.
Beide Läufer entschieden, das die Strecke anstrengend war um so schöner ,das Marta sie als 18. und Frank sie als 7. Staffelläufer hinter sich ließen.
Es gab ein schönes T-shirt und eine Blumenkette zur Begrüßung im Ziel.
Wir ließen den Wettkampftag mit verdienter Massage und abwechslungsreicher Verpflegung ausklingen und waren doch alle ein wenig stolz. Es war eine nette, lustige Truppe! Vielleicht stellen sich ja 2013 auch anderen Hellas-Leute diesem Wettkampf!
Gruß Anja

Green Hell Triathlon am 24.6.2012 – Die Grüne Hölle vom Nürburgring

Die erste Auflage vom Green Hell Triathlon fand am 24.6. statt.
Von unserem Verein haben folgende Protagonisten teilgenommen:
Kurzdistanz / Olympisch: Astrid Breuer, Axel Köhler, Szymon Kiepas und Thomas Bürger
Mitteldistanz: Axel Bitzer, Dietmar Grimoni, Stefan "Sammy" Samito und Dieter Fickert.

Anreise ist am Vortag, Assi, Axel K. und Thomas übernachten am Freilinger See im Zelt, Axel B. Dietmar und Didi ziehen dem Alter entsprechend die bequemere Variante vor und bringen den Haushalt von Sammy, der in Koblenz wohnt, erst mal „in Unordnung". Danke Sammy.
Aufstehen am Sonntag zwischen 5 und 5.30 Uhr. Frühstück. Dann Abfahrt zum Nürburgring, Auto geparkt. Die Sachen, die man nicht am Vortag beim Einchecken am Freilinger See dort deponiert hat, zusammengerafft und dann ab zum Bus. Der Bus soll die Teilnehmer zum See bringen. Riesenschlange am Abfahrtsort. Der Bus kommt. Gedrängel, einige haben ihre Räder dabei, alles passt nicht rein. Wir ergattern einen Stehplatz. "Entspannte" 30-minütige Fahrt mit Gefühlen von Unwohlsein. Angekommen am See wird erst mal das Equipment geprüft, Räder sind noch da, Luft in den Reifen ok.

Wir treffen die anderen aus dem Verein. Assi, Thomas Szymon und Thomas sind schon im Neo aber für die geht es auch schon wenig später los. Sie schwimmen drei Runden und kommen gut gelaunt nach der ungeliebten Disziplin in die Wechselzone. Umziehen und ab geht es. Wir sehen die 4 erst im Ziel wieder. Dann wird es auch für uns ernst, Neo an, einschwimmen. Puh, das Wasser ist aber frisch. Sollte man noch schläfrig sein, dann ist man jetzt aber wach. Start im Wasser, also auf der Stelle paddeln. Die letzten zehn Sekunden werden runtergezählt und ab geht es. Für uns drei sind es vier Runden. Es läuft gut, ohne große Anstrengung die ersten drei Runden. Runde drei schwimmt neben mir ein 2XU Anzug, ob das wohl Axel ist? Ja er ist es. Wir schwimmen die letzte Runde synchron, wenn das der Bundestrainer der Schwimmer gesehen hätte kämen wir noch nach London zu den Olympischen Spielen der Sychronschwimmer. Der ersehnte Schwimmausstieg, es geht leicht eine Wiese rauf. O weh, Gleichgewichtsprobleme. Wir wanken nebeneinander den Weg zur Wechselzone rauf. Dietmar ist zu dem Zeitpunkt schon 4 Minuten weg.

Umziehen und rauf auf's Rad. Es sind 25 km bis zum Nürburgring den wir ab Adenau befahren dürfen. Erst mal geht es bergab, erholen vom Wechselstress. Einige kleiner Anstiege und dann immer wieder Abfahrten. Irgendwann nach 10 km ist man ganz unten an der Ahr und es geht einen langen Anstieg bergan. In Adenau angekommen durch den ganzen Ort durch, hier ist alles abgesperrt und ein Großaufgebot an Ordnungskräften steht für uns parat. Nach der Ortsdurchfahrt kommt eine Linkskurve und die Einfahrt zur Rennstrecke, der Ring. Direkt eine Rampe. Kleinster Gang und rauf. Zum Glück ist sie nach 150 m zu Ende. Aber von jetzt an geht es 5 km mehr oder weniger steil bergauf. Bekannte Namen wie Bergwerk, Kesselchen und Karussel schleichen vorbei. Es geht schon vier km bergauf. Tief über den Lenker gebeugt keuchen die meisten hier rauf. Ist auch besser nicht nach oben zu gucken, denn jetzt kommt der Hammer: Die Hohe Acht. 17 bis 18 %, ca 700 m lang. Mehrere schieben ihre Räder Hallo, das ist Runde eins von vieren! Oben Angekommen heißt es Fahrt aufnehmen. Mit Geschwindigkeiten zwischen 15 und 60 geht es in Richtung Döttinger Höhe, die 2km lang ist. Oh Mist, der starke Wind kommt genau von vorne. Nicht Nachlassen, treten, treten, treten. Dann kommen die Boxengassen bei Start und Ziel in Sicht. Kurz vor dem Erreichen dieser biegen wir rechts ab. Bis hierher waren es auf dem Ring 10,8 km, Zeit dafür zwischen 40 und 45 Minuten. Über eine kleine Kuppe geht es hinunter in die Hatzenbach. Kurvengeschlängel bei ca 60 km/h. Weitere bekannte Stellen auf dem Ring folgen, Flugplatz, Schwedenkreuz und Arrenberg. Hier wird die Abfahrt abrupt unterbrochen. Ein fieser Gegenanstieg zwingt einenen von Gang 20 bis in den 1. Aber dann, die Straße neigt sich wieder nach unten, bald liegen 60-65 an. Aber was ist das? Die Straße verschwindet ins Bodenlose. Sieht aus wie auf einer Klippe. Beim Näherkommen wird sichtbar, die Straße knickt hier noch steiler ab: die Fuchsröhre. Das Bike beschleunigt innerhalb von Sekunden auf über 80, die Straße schlängelt sich dahin, man braucht aber kaum mal ans Bremsen zu denken.

Thomas schaffte es mit einer Gesamtzeit von 4 Stunden, 16 Minuten und 6 Sekunden auf den beachtlichen 147. Platz.

Und auch Axel und Wolfgang bei den "Shorty's" haben erfolgreich ihren ersten Triathlon "überstanden".
Nach 2 Stunden, 56 Minuten und 2 Sekunden hatte Axel die 500 m Schwimmen, 37 km Radfahren und 5 km Laufen absolviert und damit im Endklassement den 27. Platz bei rund 40 männlichen Teilnehmern seiner Teilnehmerkategorie erreicht.
Auch der selbsternannte "Anti-Sportler" Wolfgang erreichte nach 3 Stunden, 6 Minuten und 44 Sekunden glücklich das Ziel am Nürburgring und belegte damit den 37. Platz in der Gesamtwertung.

Green Hell Triathlon

Ein Hammer-Rennen! Soviel kann ich schon verraten ;-)

Eine Woche nach dem Ironman stellte ich mich auf ein schmerzhaftes und ruhiges Rennen ein. Angemeldet für die Mitteldistanz (2 km Swim, 99 Km Rad + 2500 hm, 21,1 Km Lauf) wurde mir schon etwas mulmig in der Magengegend als ich mir die Strecke ansah. Ich kann auch nicht behaupten daß Coach Ute und einige Freunde von der Idee begeistert waren. Da ich aber unbedingt an DIESEM Rennen und dieser Prämiere auf dem Nürburgring teilnehmen wollte (kann auch nicht begründen warum) meldete ich mich für die Olympische Distanz um. "Wenigsten kann ich ausschlafen" – dachte ich, aber der Start der Green-Hell Olympic fand eine Stunde vor der Mitteldistanz statt und das war um 08:00h.

Die Lufttemperartur um den Freilinger See hatte 13°C und der See wirkte mit seinen 19°C auf einmal sehr, sehr warm und angenehm. Schön war auch, daß mein Radhändler "Sven Riedesel" mit bei dem Rennen dabei war und hier sein Debüt für den Triathlon gab.
Die im See befindlichen vier Bojen auf einem 500m Rundkurs galt es dreimal zu umrunden. Es verlief soweit recht unspektakulär – die übliche Schlägerei wie sie bei einer Kurzdistanz eben vorkommt durfte selbstverständlich nicht fehlen -> An jeder Boje aufs Neue :-)
Nach 28:43 min war alles vorbei und ich kroch aus dem Wasser – neue Bestzeit auf dieser Distanz, juhu!!! Zweimal in Folge.

In der Wechselzone hörte ich noch, daß über dei Hälfte der Teilnehmer im Wasser seien – Yeah- da war ich sonst immer noch drin um die Zeit. Schnell aufs rad und schauen wieviel noch schwimmen :-))))

Vor der Radstrecke wurden wir mehrfach gewarnt – man konnte es uns scheinbar nicht oft genug sagen: "Diese Strecke ist sehr anspruchvoll", "Nutzt einmal mehr die Bremse" und natürlich "Fahrt bloß vorsichtig und unterschätzt die Strecke nicht". Und sie hatten recht: 1500hm auf 58 Km hören sich nach viel Anstiegen an, aber es gab auch genauso harte Abfahrten mit scharfen Kurven. Zwei Teilnehmer haben je eine Kurve nicht gekriegt und fuhren ungebremst den Hang runter – das Martinshorn des Rettungsdienstes hörte ich dann irgendwann auch noch. So fuhr ich konzentriert die 24 Km bis zum Nürburgring und dann galt es 1,5 Runden auf der Nordschleife zu überstehen. Zweimal mußte ich auf die "Hoge Acht" mit ihrer 17 % Steigung rauf und wieder runter. Letzteres fegte mich um ein Haar aus einer Kurve gegen eine Leitplanke – Glück gehabt. Der Wind nahm zu und ich hatte ziemlich gegenzulenken. Geschafft – Viel mehr Runden hätte ich Tempo auch nicht mehr durchgehalten – 02:16:08h. Keine schlechte Zeit für diese Strecke.

In der WZ II bließ mir der immer stärker werdene Wind bereits die ersten Beutel entgegen. Ich hoffte nur, daß mein Beutel noch da liegt wo er hingehört – lag er auch.

Ich schlüpfte in die Laufschuhe und setzte mir die Kappe auf – auch wenn keine Sonne scheint gehört das wie die Sonnenbrille einfach dazu, hehe. Mit einer vollen Blase suchte ich vergeblich ein Dixi – das befand sich außerhalb – also lief ich die beiden Runden so, denn wenn ich laufe – laufe ich :-) Mit nem 12er Schnitt kämpfte ich mich gegen den Wind und die 200hm hoch und runter. Als ich im Ziel einlief glaubte ich kaum der Ergbnissliste: Platz 44 Gesamt und 6. in meiner AK – ich hatte alles erwartet aber das nicht.

Geiles Rennen :-)))

Green Hell Triathlon (Nürburgring)

Mit einer respektablen Leistung meldete sich Jörg Lenz nach dreijähriger Wettkampfpause beim Green Hell Triathlon auf dem Nürburgring zurück. Über die olympische Distanz mit 1,5 km Schwimmen, 60 anspruchsvollen Radkilometern und 10,4 km Laufen kam er als Siebter der Gesamtwertung ins Ziel.

Als einziger von ursprünglich drei gemeldeten W+F-lern stieg Jörg am frühen Sonntagmorgen in den 17° C warmen Frelinger See, um die drei Schwimmrunden in Angriff zu nehmen. Nach 23:01 Minuten erreichte Jörg als 12. die Wechselzone, in der er sich viel Zeit ließ, um sich gegen die kühlen Temperaturen anzuziehen. Die verlorenen Plätze waren aber schnell wieder aufgeholt; mit dem sechstschnellsten Radsplit (2:01:15 h, ex-Radprofi Marcel Wüst war nur sieben Minuten schneller) konnte er sich bis zum zweiten Wechsel auf den siebten Platz vorarbeiten. Diesen konnte er bis ins Ziel verteidigen – die anspruchsvolle Radstrecke mit über 1.500 Höhenmetern und dem zweimaligen, bis zu 17% steilen Anstieg zur Hohen Acht hatte das Starterfeld so weit auseinander gezogen, dass der 23. Laufsplit (45:40 min für wellige 10,4 km mit 200 Höhenmetern) ausreichte, um die Verfolger auf Distanz zu halten. Dabei schrammte Jörg gleichzeitig nur um 14 Sekunden an Platz sechs und dem Altersklassensieg in der M40 vorbei. Nach dem Wettkampf zeigte sich Jörg dennoch sehr zufrieden: „Der starke Gegenwind während des Anstiegs zur Hohen Acht und auf der Zielgeraden zehrte extrem an meinen Kräften. Ich hatte ziemlich große Befürchtungen, beim Laufen durchgereicht zu werden. Aber letztlich hat es dann doch gereicht. Mit Lauftraining wäre bestimmt Platz fünf drin gewesen."

Insgesamt erreichten 237 Athleten von knapp 350 gemeldeten das Ziel.

Im Gespräch mit ... Axel Meißner

Geschrieben von: Simone Böhm
Interview mit dem Freilinger Teilnehmer beim Triathlon-Event am 24. Juni

Axel Meißner, 44 Jahre alt, gebürtiger Düsseldorfer, aber schon seit 14 Jahren wohnhaft in Freilingen, nimmt am Sonntag, 24. Juni neben drei anderen Freilingern am ersten Green Hell Triathlon in der Eifel teil, dessen Schwimmdistanz im Freilinger See geschwommen wird.

WiF: Welche Strecke musst Du am 24. Juni absolvieren?

Axel: Wir haben uns für den Green Hell-Shorty angemeldet, das heißt jeder von uns muss 500m Schwimmen, 37 km bei ca. 1050 Höhenmetern Biken und 5000 m Joggen. Bei dieser Gelegenheit möchten wir uns ganz herzlich bei unserer Ortsvorsteherin bedanken, die mit dem Triathlon-Veranstalter ausgehandelt hat, das Freilinger Starter die Startgebühr (in unserem Fall ca. 60€) erstattet bekommen, das hat uns zusätzlich motiviert.

WiF: Ist dies Dein erster Triathlon oder hast Du schon einmal an einem solchen sportlichen Wettbewerb teilgenommen?

Axel: Das ist mein erster Triathlon. Ich habe schon mehrmals an Marathon-Staffel Läufen teilgenommen. Würde dieser Triathlon nicht hier in Freilingen angeboten, wäre es mir nicht in den Sinn gekommen, einmal an solch einer Veranstaltung teilzunehmen. Es geht uns darum, irgendwie ins Ziel zu kommen und viel Spaß dabei zu haben….

WiF: Wie sahen die Vorbereitungen bzw. die Trainingseinheiten für das Event in der Eifel aus?

Axel: Nun, Mountainbike fahren wir seit mehreren Jahren mindestens 2x wöchentlich mit dem Team Kettenfett-Freilingen. Durch meinen Fußbruch im letzten Sommer bin ich zu einem ausgiebigen Schwimmer geworden (das war der einzige Sport, den ich mit dieser Verletzung ausführen konnte) und in meiner Firma gehöre ich zum Marathon-Staffel Team. So kam eins zum anderen, natürlich alles auf Hobby-Niveau.

WiF: Triathlon besteht ja bekanntlich aus einer Schwimm-, Rad- und Laufstrecke. Welche Disziplin gefällt Dir am besten und wo musst Du eher die Zähne zusammen beißen ?

Axel: Mir gefallen alle Disziplinen sehr gut. Ein bisschen Respekt habe ich aufgrund der Wetterlage vor den Wassertemperaturen unseres Freilinger Sees, vor allem wegen der Startzeit um 7:00 Uhr morgens…aber mein Favorit ist das Fahrradfahren. Das ungewohnte und nicht so leicht kalkulierbare ist, diese 3 Disziplinen nacheinander durchzuhalten und dabei die Kräfte nicht zu verlieren.

WiF: Dass Du ein großer Mountainbike-Fan bist, erkennt man unschwer daran, dass Du nicht nur regelmäßig mit einigen anderen Freilingern als Team Kettenfett Touren fährst, sondern auch noch eine eigene Internetplattform eingerichtet hast (www.kettenfett-freilingen.de), auf der Du von Euren Strecken berichtest und Tipps rund ums Mountainbiken gibst. Wen möchtest Du mit dieser Seite ansprechen und sind auch Gastfahrer in Eurer Truppe willkommen ?

Axel: Gastfahrer sind natürlich immer willkommen, sie sollten zu unserer Gemeinschaft passen. Wir fahren in erster Linie, um Spaß an unserem Hobby zu haben, wer als erster oder letzter den Gipfel erreicht hat, ist zweitrangig. Es geht darum, eine schöne Zeit in unserer wunderbaren Natur zu verbringen…aber natürlich geben wir auch ´mal Gas.
Das eigentliche Ziel der Internetseite ist, auch Interessierte von Außerhalb sowie Einheimische, die noch ein sportliches Hobby suchen, mit unseren Tourenvorschlägen für das Mountainbiken bei uns in der Eifel und deren Umgebung zu begeistern.
WiF: Wie und wann bist Du denn selbst zum Mountainbiken gekommen und was gefällt Dir an diesem Sport besonders?
Axel: Ich wurde durch befreundete Mountainbiker hier aus Freilingen auf das Hobby aufmerksam. Der besondere Reiz ist die sportliche Aktivität bei besten Mountainbikebedingungen hier in der Gegend um Freilingen bzw. entlang der schönen Ahr.
WiF: Welches war denn die längste bzw. schwierigste Tour, die Du gemacht hast?
Axel: Wir sind letztes Jahr den Eifelsteig, eine Strecke, die man eigentlich wandert, gefahren. Hier war ein Teilstück mit 65 KM und 1260 Höhenmetern bei einer Gesamtstrecke von ca. 180km schon sehr anstrengend. Am Ziel angekommen freut sich jeder über eine kleine Belohnung mit etwas schönem Schaum darauf und ein schönes Steak. Die Touren waren bis jetzt immer ein tolles Erlebnis.
WiF: Beim Mountainbiken geht es ja bei Wind und Wetter stellenweise heftigst über Stock und Stein. Hast Du dabei auch schon einmal einen Unfall oder einen Ausfall Deines „Gefährts“ erlebt?
Axel: Ja, bei diesem Sport gehören kleine technische Ausfälle und schon mal ein Hopser ins Grüne oder in den Matsch mit dazu.
WiF: Wie sieht denn das Erholungsprogramm nach einer anstrengenden Strecke aus? Hast Du besondere Tipps gegen Muskelkater oder andere körperliche Ausfallerscheinungen ?
Axel: Ich empfehle da die Stubbi-Therapie – nein, Spaß bei Seite, eine gesunde Ernährung, auf die ich sehr viel Wert lege, reicht völlig aus, um den Körper mit allen nötigen Vitaminen und Mineralien zu versorgen. Wir bewegen uns hier, wie schon erwähnt, auf Hobby-Niveau.
WiF: Hast Du denn neben dem Green Hell Triathlon in diesem Jahr noch weitere Wettbewerbe geplant?
Axel: Ja, ich möchte gerne nach dem Wettbewerb möglichst ausgiebig und oft in der Sonne im Garten liegen können. Wenn es in dieser Disziplin eine Challenge gibt-ich bin sofort dabei. Nach diesem Triathlon-Versuch werden wir wieder wie gewohnt Mountainbiken.
WiF: Hast Du für den 24. Juni ein besonderes Ziel, was die Endzeit bzw. die letztendliche Platzierung angeht oder geht es Dir ganz sportlich allein um das Dabeisein?
Axel: Unser ganz klares Ziel ist: Ankommen, das wird schwierig genug sein.
WiF: Zum Schluss die vier obligatorischen Fragen :
Lieblingsessen: Rumpsteak mit Salätchen
Lieblingsmusiker: Guns´n´Roses, AC/DC, Bloodhound Gang und die aktuellen Charts
Lieblingsfilm: Der Name der Rose, Das Parfum
Lieblingslied: November rain uvm.
WiF: Wir drücken Dir für Deine Teilnahme alle Daumen und werden Dich bei der Schwimmdistanz im Freilinger See wie natürlich auch die anderen Freilinger entsprechend anfeuern. Vielen Dank für das Gespräch !
(Alles zum Green Hell Triathlon, den Startzeiten und den Streckenverlauf unter www.greenhell-triathlon.de)

Hervorragende Platzierungen für Freilinger Teilnehmer beim Green Hell Triathlon
Beachtliche Leistungen und erfolgreiche Premiere trotz schlechten Wetters

Als die Veranstalter des Green Hell Triathlons bei einem Meeting am Nürburgring Ende April eine persönliche Einschätzung hinsichtlich der voraussichtlichen Wassertemperaturen im Freilinger See im Juni haben wollten, war meine spontane Antwort: "Eher kalt, aber kalt ist ja bekanntlich relativ".

So könnte man noch darüber diskutieren, ob denn die 19 Grad Wassertemperatur, die am Sonntag, 24. Juni beim Green Hell Triathlon im Freilinger See vorzufinden waren, sich für die Teilnehmer eher warm oder eher kalt anfühlten. Die Außentemperaturen ließen aber in jedem Fall zu wünschen übrig : 13 Grad ! Selbst für die Eifel doch recht kühl, wenigstens im Sommer ! Aber wen stört das angesichts eines solchen Events ?

Und während sich die zahlreichen Zuschauer, die sich vom frühen Start der Veranstaltung nicht hatten abschrecken lassen, mit Klatschen und Anfeuern warm hielten, stürzten sich die rund 700 Teilnehmer beim Start der jeweils gewählten Strecke voller Eifer und strotzender Energie in das kühle Nass. Es war schon beachtlich, in welcher Geschwindigkeit manche die mit Bojen gekennzeichnete Schwimmstrecke angingen. Stellenweise hatte dies schon den Anschein, als sei ein aufgeschreckter Fischschwarm im See unterwegs.

Nur um zu verdeutlichen, in welchem Tempo die "Profis" die Schwimmstrecke meisterten, die sich für den 226 Half gemeldet hatten, bei dem 1900 m geschwommen werden mussten : die Schnellsten schafften die Gesamtstrecke in rund 25 Minuten, während die Schnellschwimmer bei der Shorty-Gruppe (500 m Schwimmen) nach rund 8 Minuten wieder aus dem Wasser stiegen. Da blieb es natürlich auch nicht aus, dass so mancher Schwimmer von Teilnehmern der anderen, später startenden Gruppe überholt wurde.

Aber letztlich ging es vielen Teilnehmern ja auch nur um den olympischen Gedanken: "Dabeisein ist alles", was natürlich niemand daran hinderte, seine beste Leistung zu zeigen.

Auch die vier Freilinger Teilnehmer Max Hierlwimmer, Thomas Renner, Axel Meißner und Wolfgang Helmes-Mertin konnten letztlich allesamt stolz auf ihre Leistung und das Überlaufen der Ziellinie am Nürburgring sein.
Letzterer wohnt zwar seit einigen Jahren in Lommersdorf, bezeichnet aber als gebürtiger Freilinger den See auch heute noch als "seinen See" (s. lesenswerter Bericht in der Kölnischen Rundschau vom 22. Juni), weshalb er an dieser Stelle einfach mal zu dem Freilinger Teilnehmerfeld hinzugezählt wird.
Max und Thomas hatten sich mit der "Olympic"-Strecke sogar einer ganz besonderen Herausforderung gestellt : 1500 m Schwimmen, 58 km Radfahren und zehn Kilometer Laufen. Jede einzelne Disziplin würde normalerweise ausreichen, um den Tagesbedarf an sportlicher Betätigung zu erfüllen. Aber alles hintereinander bei kühler Außentemperatur, teils stürmischem Wind und 1000 zu überwindenden Höhenmeter stellt schon eine mehr als beachtliche Leistung dar. Und wenn man dann noch so respektable Gesamtplätze erreicht, dann ist dies schon aller Ehren wert.
Max wurde nämlich mit einer Gesamtzeit von 4 Stunden, 3 Minuten und 1 Sekunde 103. der Gesamtwertung bei 211 männlichen Konkurrenten in seinem Teilnehmerfeld.

Wie viele Sekunden letztlich durch die Unterstützung der örtlichen Fangemeinde gewonnen wurden, sei es durch lautstarke Anfeuerungsrufe, Spruchbänder oder Straßenschriftzüge ist zwar nicht genau zu ermessen. In jedem Fall haben sie laut Aussage der Teilnehmer nicht unwesentlich dabei geholfen, das Beste aus sich rauszuholen.

Da dürfte es dann am Ende auch nicht überraschen, dass man schon über die Teilnahme am nächsten Green Hell Triathlon nachsinnt. Dieser ist laut Angaben des Veranstalters bereits geplant, und zwar voraussichtlich für den 23. Juni 2013.
Für die zweite Auflage denkt man seitens des Veranstalters sogar darüber nach, eine Langdistanz mit 4 km Schwimmen, 120 km Radfahren und 30 km Laufen anzubieten. Das wird dann aber die weitere Planung ergeben, die schon voll im Gange ist.
Denn auch für die Organisatoren von der Nürburgring Automotive GmbH und die Ausrichteragentur Jeschke und Friends war die Veranstaltung ein voller Erfolg. „700 Teilnehmerinnen und Teilnehmer sprechen eine eindeutige Sprache. Wir blicken auf eine sehr gute Premiere und freuen uns auf das Jahr 2013. Denn dann werden wir diese tolle Veranstaltung wiederholen“, freut sich Uwe Jeschke vom Ausrichter Jeschke und Friends.
„Die Grüne Hölle hat das Potenzial, um eine der beliebtesten und gleichzeitig härtesten Triathlon-Veranstaltungen zu werden. Wir danken allen Starterinnen und Startern, die diese Veranstaltung zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Beteiligten gemacht haben“, so der Eventmanager.
Wenn man sich den anspruchsvollen Streckenverlauf der Radstrecke anschaut, konnte man seitens des Veranstalters dann auch tatsächlich darüber hoch zufrieden sein, dass bei der großen Anzahl von Startern "nur" 3 Unfälle zu verzeichnen waren, die einen Besuch im Krankenhaus erforderlich machten. Aber alle Athleten wurden mittlerweile wieder entlassen.
Alle restlichen Starter sind wohlbehalten ins Ziel gekommen, der letzte abends um 19.00 Uhr. "Das Feedback der Teilnehmer war in jedem Fall sehr positiv. Sie waren alle von der Strecke und dem See mit seinem klaren Wasser sowie dem Nürburgring begeistert, wenn auch das Wetter nicht so mitgespielt hat" so Anne Mich vom Veranstaltungsmanagement. Na ja, wir leben eben in der Eifel !
Jedenfalls freuen wir uns auch schon darauf, wieder dabei zu sein...wenn auch nur als Zuschauer !
Auch wir möchten den Veranstaltern für die reibungslose Organisation, die gute Kommunikation und die tolle Werbung für den Freilinger See danken !
Und allen Teilnehmern noch einmal herzlichen Glückwunsch zu ihrem Abschneiden !!!
Dann bis zum nächsten Jahr...
(Alles über die Sieger in den einzelnen Kategorien bzw. die Gesamtauswertung unter Green Hell Triathlon und weitere tolle Schnappschüsse von Markus Birk unter folgendem Link Bilder Freilinger Teilnehmer Green Hell Triathlon)

Social Media

Nürburgring hat einen Link geteilt.
24. Juni

Der erste Green Hell Triathlon am Nürburgring ist geschafft. Glückwünsche an alle Finisher! Die ersten Bilder und Ergebnisse sind nun online.

Bildergalerie - Green Hell Triathlon
www.greenhell-triathlon.de

Gefällt mir · Kommentieren · Teilen · 11

91 Personen gefällt das.

David Humphrys I love a good triathlon, but in this venue it seems like some sort of sin against horsepower and speed.
Übersetzung anzeigen
24. Juni um 22:34 · Gefällt mir

Bernd Rosenschon Man sollte - zumindest während der Motorsportsaison - die Nordschleife für den Motorsport reservieren; es gibt ohnehin nicht genügend Termine ...; Radfahren und Joggen kann man auch woanders - warum also gerade auf der Nordschleife?
24. Juni um 22:59 · Gefällt mir · 4

David Gallas weil es was ganz besonderes ist joggen auf der GP Strecke u radrennen durch die grüne hölle
24. Juni um 23:04 · Gefällt mir

Bernd Rosenschon ... dann macht das halt Ende November; wenn es nass und kalt ist, dann wird die Qual noch schöner :-).
25. Juni um 00:44 · Gefällt mir

Ian Phillimore I wouldn't mind cycling round there but I think swimming round could take me a while :-o
Übersetzung anzeigen
25. Juni um 01:33 · Gefällt mir

Ian Phillimore I wouldn't mind cycling round there but I think swimming round could take me a while :-o
Übersetzung anzeigen
25. Juni um 01:33 · Gefällt mir

Bernd Grossmann @Bernd Rosenschon: Weil der Ring nicht nur für Luftverpester interessant und faszinierend ist.
25. Juni um 08:25 · Gefällt mir

Reiner Schulte Wem die Nordschleife gefällt, dem muss auch der Motorsport gefallen.
25. Juni um 11:19 via Handy · Gefällt mir

Reiner Schulte Ich fahre selber viel mit dem Fahrrad (Rocky Mountain Element 50) und trotzdem mag ich nur Fahrzeuge mit 4 Reifen auf dem Ring. Selbst Motorräder passen dort nicht hin.
25. Juni um 11:20 via Handy · Gefällt mir

Ralf Eckert Solange deshalb keine Motorsport Veranstaltungen wegfallen, können meinetwegen auch Wander Events auf der Nordschleife stattfinden - jedem Kind sein Spielzeug. Aber ein Hinweis für Herrn Grossmann: für genau die "Luftverpester" wurde der Ring gebaut !!! Also lassen wir doch bitte diese Öko Sprüche - so etwas muss nicht sein - oder?
26. Juni um 20:57 · Gefällt mir

Green Hell Triathlon
24. Juni

Der Freilinger See vor dem Start...

Gefällt mir · Kommentieren · Teilen

33 Personen gefällt das.

Florian Bfeld Da ging es mir noch gut.
24. Juni um 13:57 · Gefällt mir

Green Hell Triathlon
24. Juni

Wechselzone 1 füllt sich!

Gefällt mir · Kommentieren · Teilen

7 Personen gefällt das.

Florian Bfeld Man beachte die vielen Maulwurfshügel!
24. Juni um 13:57 · Gefällt mir

Patrick L. Maier Wo?
27. Juni um 18:09 · Gefällt mir

Green Hell Triathlon
24. Juni

Der Rad Check-in am frühen Morgen!

Gefällt mir · Kommentieren · Teilen

14 Personen gefällt das.

Carsten Pottharst Die beste Wettkampfrichterin ever :-) Nur nen Smilie unter der Startnr gabs nicht.... Doping ? Und auf der Strecke gabs dann die Freigabe zum Windschattenlaufen...
25. Juni um 20:08 · Gefällt mir

Green Hell Triathlon hat einen Link geteilt.
24. Juni

Die Ergebnisse sind online!

abavent - Anmeldeservice - Green Hell
www.abavent.com

Informationen zu abavent - EDV-Dienstleistungen für Sportveranstaltungen.

Gefällt mir · Kommentieren · Teilen 1

25 Personen gefällt das.

Rebecca Dinkelbach super :-) nur an den Staffelurkundne müsst ihr noch arbeiten, ich glaube da wurden kollektiv Schwimmer und Läufer vertauscht ... und wir sind plötzlich Platz 1 ?!
24. Juni um 17:34 · Gefällt mir · 2

Klaus Möllenhoff Die Mitteldistanz fehlt noch, oder ist da kein einziger ins Ziel gekommen? :)
24. Juni um 18:07 · Gefällt mir · 1

Florian Bfeld Wer korrigiert denn mein Geburtsdatum?
24. Juni um 18:19 · Gefällt mir

Dani Dulak bei uns wurden auch Schwimmer und Läufer vertauscht ;-)
25. Juni um 12:59 · Gefällt mir

Axel Jahn Es hat ja sturmartig gewindet, da können die Namen der Schwimmer und Läufer schon mal durcheinandergeweht werden. Bei uns auch :-)
26. Juni um 10:43 · Gefällt mir

Rebecca Dinkelbach Wirds da noch ein Update geben? Auch in Sachen Platzierung? ... oder gab es bei den Staffeln unterschiedliche Wertungen?
27. Juni um 13:19 · Gefällt mir

Rudolf Daemmer Danke. Green Hell hat alles gehalten was es versprochen hat. Bitte nächstesmal eine Pasta-Party, die ihrem Namen gerecht wird. Ansonsten einfach streichen, damit keine Erwartungen geweckt werden. Ansonsten einfach super
27. Juni um 20:15 · Gefällt mir

Green Hell Triathlon
27. Juni

So heute ist der erste Tag den wir wieder zum Teil im Büro verbringen:-)! War ne Mega Woche mit Euch allen!! Da eine Woche vorher auch noch der Swim & Run Cologne gemeistert werden musste ist jetzt vieles, vor allem an Mails, aufgelaufen. Jetzt heißt es abarbeiten....:-)! Vielen, vielen Dank nochmals an alle Helfer, Starter, Kampfrichter, Zuschauer .....!!!!!!!! War super mit Euch!!!!! Gruß Uwe

Gefällt mir · Kommentieren · Teilen

21 Personen gefällt das.

Green Hell Triathlon hat einen Link geteilt.
13. Juli

Video zum Green Hell Triathlon 2012:

Wir freuen uns euch unser Video zum Green Hell Triathlon 2012 präsentieren zu können!

Videogalerie - Green Hell Triathlon
greenhell-triathlon.de

Gefällt mir · Kommentieren · Teilen 3

14 Personen gefällt das.

Simon Hellenthal Wie wärs gewesen das Video auf Youtube zuveröffentlichen?
13. Juli um 15:13 · Gefällt mir · 1

Green Hell Triathlon Geht leider nicht. Es kommt auf Vimeo. Gruß Uwe
13. Juli um 15:28 · Gefällt mir

Simon Hellenthal Gut. Hauptsache ein Videoportal :)
13. Juli um 15:33 · Gefällt mir · 1

Green Hell Triathlon Wir arbeiten daran:-)! Ruckelt ab und an noch etwas aber das bekommen wir hoffentlich auch noch hin.
13. Juli um 15:41 · Gefällt mir · 1

Marcus Fluegel Hallo! Grundsätzlich ein sehr gutes Video! Für mich ein wenig zuuu viele Autos zu sehen und zu wenig die anderen Kämpfer (außer die Profis).
13. Juli um 20:15 via Handy · Gefällt mir · 2