Triathlon

	Ort	Teilnehmer	Distanz	Platzierung	Zeit
-	Forst	Elena	1/32/7,5	2. W 25	→ Bild
-	Waiblingen	Elena Damenliga	Lemminge KA		
-	Maxdorf	Elena	1,9/90/21,1	4. AK 2	5:00:21 → Bild
-	Riegel	Petra	0,5/25/5,5	1. W 55	→ Bild
-	Werdau	Elena	DPM	13. Gesamt	
-	Schluchsee	Elena Damenliga	Lemminge KA	8. Einzel / 4. M	lannschaft → Bild
		Petra	1,5/38/10		
-	Malterdingen	Petra	1,9/90/21		→ Bild
-	Vichy (F)	Elena Quali WM	1,9/90/21	1. F 25	5:09:34 → Bild

Läufe

	Ort	Wettkampf	Distanz	Teilnel	nmer	Platzier	ung
-	Lauf	Neujahrslauf	div.	viele			
-	Großweier	Dreikönigslauf	10 km	4 TN			
-	Freiburg	DM Halbmarathon	21,1	Martin		26. M 55	Bild
				Petra		16. W55	
				Sasan			
-	Zell a.H.	Trailrun	21,1	Martin		1. M 55	Bild
				Petra		1 W 55	
-	Bühlertal	Berglauf		Martin		3. M 55	
				Team r	nit Marco	4.	Bild
-	Schapbach	Lauf an der Wolf		Marku	S	1. M 55	
				Corinn	a	1. W 50	
-	Salzburg	Mozart 100	9 – 109	11 TN ,	/ Monika	2. Senio	<mark>rin</mark>
				<mark>Marku</mark>	<mark>s Quali für la Re</mark> ı	<mark>union</mark>	→Bild
-	Baden-Baden	Heel-Lauf	5 – 10	2 TN	Markus	1. M 55	
					Nadin		
-	Hundseck	Volksläufe	11 – 42,2	10 TN	Markus	1. M 55	
-	Ulm	VL	10	2 TN	Markus	1. M 55	
					Markus Weiler	4. M 40	
-	Lech/Arlberg	Weiße Ring	28	1 TN	Monika		
-	Interlaken	Jungfrau Marathon	42,2	2 TN	Klaus wievielte	TN?	
					Corinna		
-	Karlsruhe	Baden-Marathon	21,1 – 42,2	4 TN	Markus	1. M 55	
-	Simonswald	Trailrun	2 Tage		Klaus Droll	6. M 50	
-	Stadelhofen	Renchdammlauf	18		Jürgen		
-	Achern	Illenaulauf	6 – 14	10 TN	Petra Schülle	1.	
					Petra Berger	1.	
					Nadine	1.	
					Andreas	1.	
					Diana	2.	
					Georg	1.	
-	La Reunion	Diagonale des Fous	170,3		<mark>Markus</mark>		

Martin Berger SC Lauf				21. Oktober 2020		
- B	Bühl	Waldhägenich	10 – 21	3 TN	Petra	2.
					Corinna	3.
- P	forzheim	Polizei Landesmeisters		Elena	2.	
- T	übingen	Nikolauslauf	21		Elena	8.
					Petra	2.

Sonstiges (Rad, Wanderung, etc.)

-	Wande	erung SWV Sasbach	5 TN	→ Bild
_	RTF	Alpirsbach	4 TN	

Trainingsgruppen:

- Hallentraining
- Schwimmtraining
- Lauftraining → Bilder
- Radtraining
- Skilanglauf

Triathlon:

Dem Ski-Club Lauf sind 2019 noch 5 Startpassinhaber gemeldet:

Günther Serr, Clemens Weber, Petra Berger, Elena Berger und Martin Berger

Seit dem Jahr 1985 wird Triathlon im Ski-Club Lauf organisiert betrieben.

Gründungsmitglieder waren Klaus Droll, Franz Kurz, Klaus Klotz und Martin Berger.

In den Anfangsjahren des Triathlonsports war viel noch ungestüm und erst die Organisation im Verband der Deutschen Triathlonunion (DTU) und dem Landesverband BWTV brachte Ordnung in die vielen Auswüchse der Wettkämpfe.

Triathlon hat sich etabliert und ist seit dem Jahr 2000 Olympisch und die Wettkämpfe auf unterster Ebene bis hin zu Weltmeisterschaften haben ein hohes Niveau erreicht.

Die Triathleten und Triathletinnen des Ski-Club Lauf feierten lokale Erfolge in der Region, im Landesverband Baden-Württemberg, auf Deutscher Ebene, ebenso auf Europa- und Weltmeisterschaften.

Einige erfolgreiche Sportler des Ski-Club Lauf:

Günther Serr, (auf Landes- und Deutscher Ebene), Roland und Rita Käshammer (Triathlon, Duathlon, Winztertriathlon; Landesmeister, Deutscher Meister, Europa- und Weltmeister), Hermann Trindler (Landes- und Deutsche Ebene), Markus Melcher (Hawaii), Martin und Petra Berger, Clemens Weber Hawaii). Das Seniorenteam des Ski-Club Lauf mischte mehr als 5 Jahre (2000 bis 2005) in der Seniorenliga Baden-Württemberg erfolgreich vorne mit (Norbert Schmitz -verstorben -, Hermann Trindler, Roland Käshammer, Günther Serr, Franz Kurz, Martin Berger).

Und in jüngster Zeit macht Elena Berger mit ihren Leistungen von sich aufmerksam.

Im Jahr 2019 hat Elena Berger den Durchbruch zur erfolgreichen Triathletin geschafft. Sie sicherte sich als Zweitstartrecht einen festen Platz in der Damenmannschaft der Lemminge Karlsruhe. Mit dieser Frauenmannschaft stand sie oft auf dem Siegerpodest. Auch bei den Deutschen Polizeimeisterschaften Triathlon konnte sie ein beachtliches Ergebnis erzielen. Der Höhepunkt war jedoch der Sieg beim Triathlon in Vichy. Sie konnte sich damit als Amateurin unter den Profis für die Weltmeisterschaft 2020 in Neuseeland qualifizieren.

Ihre Mutter Petra war wie in den vergangenen 36 Jahren auch an einigen Wettkämpfen erfolgreich.

Insgesamt haben beim Ski-Club Lauf über die Jahre verteilt mehr als 50 Sportler mit dieser Sportart begonnen.

Dreh- und Angelpunkt war seit Beginn das gemeinsame Schwimmen über die Wintersaison im Bühler Hallenbad. Dort hatte die Gruppe jeden Freitag eine eigene Trainingsbahn zur Verfügung gestellt bekommen.

Viele haben hier den Schwimmstil Kraul gelernt und verbessert.

Zu erwähnen wäre auch die Austragung von drei Triathlonveranstaltungen in Zusammenarbeit mit dem TV Bühl (1990 – 1992), sowie zwei Duathlonveranstaltungen in Lauf (1993 + 1994).

Diese Gruppe der aktiven Sportler (Triathlon, Leichtathletik, Skifahren) veranstalte auch 17 x den Laufbachberglauf; als Höhepunkt die Deutsche Berglaufmeisterschaft im Jahr 2001.

Da der Ski-Club Lauf in vielen Sportarten tätig ist (Ski Alpin und Ski Nordisch, Triathlon mit allen Einzelsportarten und Laufsport) wäre zu wünschen, dass gerade im Nachwuchsbereich für die verschiedenen Sportarten Interesse geweckt werden könnte.

Laufen/Leichtathletik

Im Laufbereich gab es wie immer viel Gelegenheit bei lokalen Veranstaltungen teilzunehmen. Darunter zählt der Dreikönigslauf in Großweier, der Illenaulauf in Achern, die Berg- und Volksläufe in Bühlertal, Marathon in Freiburg und Karlsruhe und viele mehr.

Als großes Gruppenerlebnis war die Teilnahme bei den Läufen in Salzburg um die Gruppe von Jürgen und Eva Armbruster. Markus Adam benötigte noch Qualifikationspunkte für seinen sportlichen Laufhöhepunkt auf der Insel La Reunion. Beim sogenannten "Mozart 100" starteten insgesamt 11 Vertreter des Ski-Club Lauf verteilt auf Strecken von 9 bis 109 Kilometer.

Dann natürlich für Markus Adam der Lauf "Diagonale des Fous" über 170 Kilometer, den er mit Bravur absolvierte.

Auch im Laufsektor konnte Elena Berger viele Erfolge verbuchen. Herauszuheben ist der zweite Platz bei den Polizeimeisterschaften im Crosslauf.

Weiterhin sind Sportler des Ski-Club Lauf mit Sportlern und Gruppen anderer Vereine unterwegs und knüpfen somit Verbindungen:

MTB mit den Jedermännern des TV Lauf und mit den Hornisgrinde-Biker, Wanderungen mit dem Schwarzwaldverein Sasbach-Obersasbach, Läufe mit der LG Ortenau-Nord/LBV Achern

Viele Trainings finden individuell oder in kleinen Gruppen statt.

Feste Termine sind das Hallentraining und das Schwimmtraining.

Daneben noch gemeinsame Trainings nach Absprache (Lauftreff am Abend, Radfahren mit Straßenrennrad oder MTB, Lauftraining am Wochenende, etc.).

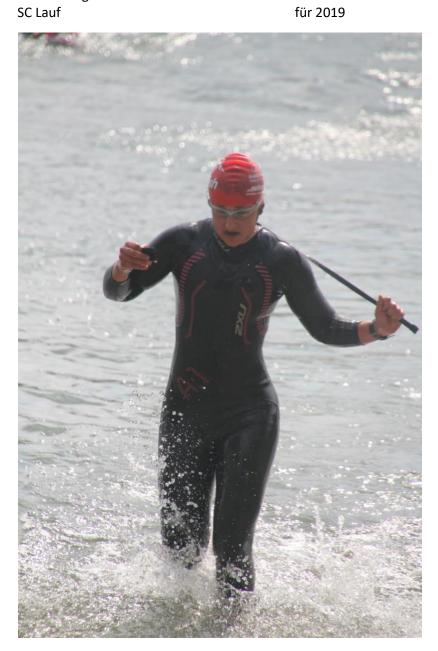
Bilder dazu



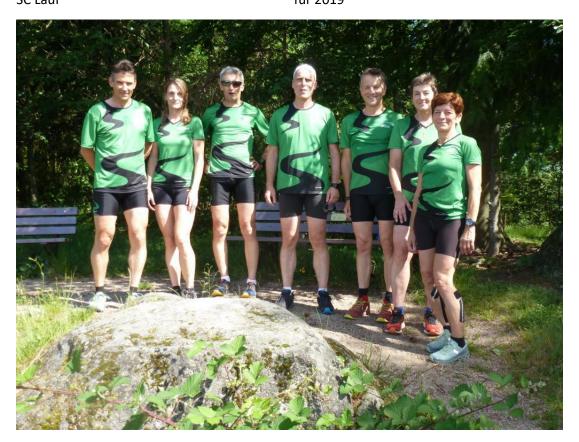
Elena auf der Laufstrecke in Maxdorf



Elena (v.l) mit der Damenmannschaft Lemminge Karlsruhe



Elena im Schwimmziel Forst



Laufgruppe Jürgen (Bildmitte) zum Training für den Mozart 100



Petra auf der Radstrecke Malterdingen



Petra im Schwimmziel Schluchsee



Damenmannschaft bei der Siegerehrung Mozart 100



Alle Teilnehmer und Betreuer beim Mozart 100/Salzburg



Startszene beim Triathlon Riegel



Triathlon Trainingslager März 2019 / Lauf beim Bienenbuckel



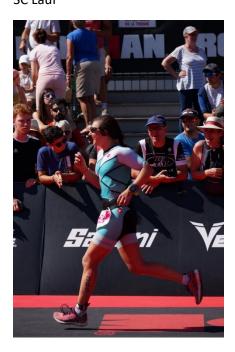
Triathlon Trainingslager März 2019 / Schwimmbad Offenburg



Abendstimmung auf dem Ballon Alsac



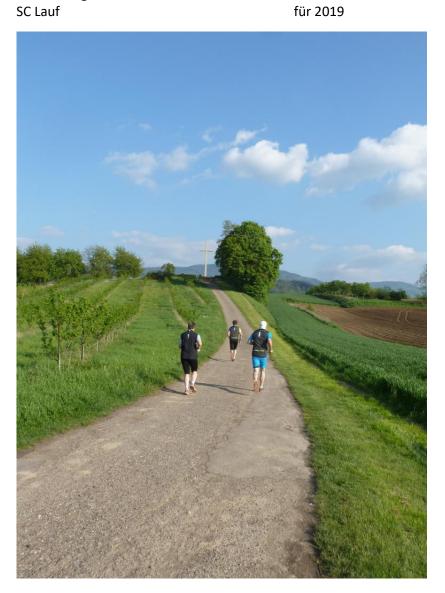
Lauftraining im Bereich Hornisgrinde



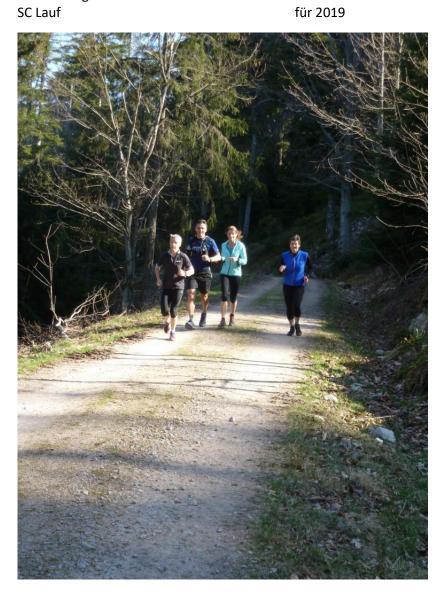
Elena beim Zieleinlauf in Vichy



Martin Berger beim Zieleinlauf Halbmarathon Freiburg



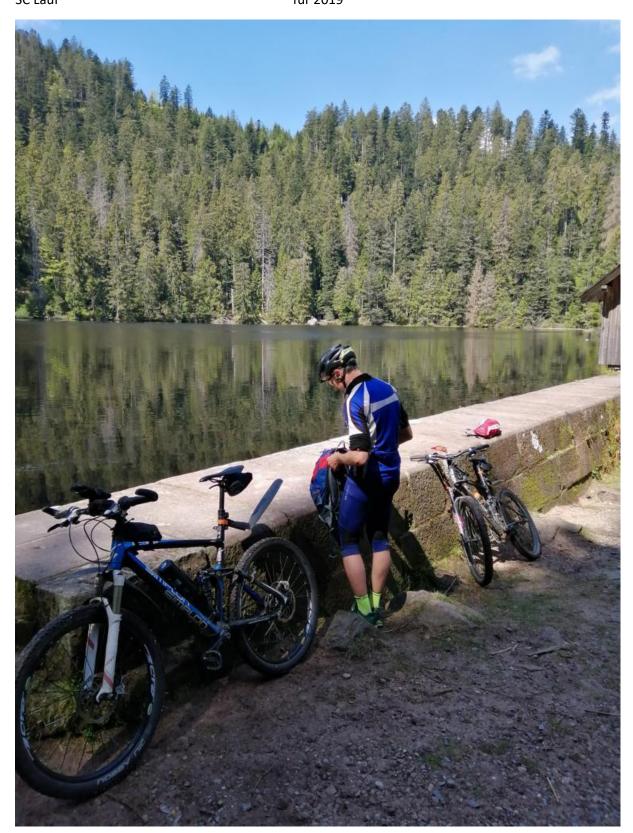
Trainingslauf beim Friedenskreuz



Trainingsgruppe im Bereich der Skihütte



Berglauftraining zur Sasbachquelle



MTB-Tour zum Glaswaldsee



Ralf Köninger und Marcus Wörner beim Up-Hill in Bühlertal (als Radfahrer zur Teamwertung mit einem Läufer vom SC Lauf)



Petra Berger bei der Siegerehrung Trailrun Zell a.H.



Wandergruppe zum Schurmsee