

# 12.07.2009

## Crosstriathlon Friedrichroda

Seit meinem Sieg im vergangenen Jahr hatte ich den Crosstriathlon in Friedrichroda dick in meinem Rennkalender notiert. Für mich zählt dieser Triathlon zu den reizvollsten regionalen Veranstaltungen. Dafür sprechen nicht nur die schöne Strecke im Thüringer Wald, sondern auch die sehr gute Organisation und das familiäre Flair. Voll motiviert ging ich wie im Vorjahr über die mittlere Distanz an den Start (0,4 S /23 MTB / 6 L). Während des Rennens wusste ich nie auf welcher Position ich mich befand. Dies ergab sich zum einen aus dem Jagdstartmodus (Abstand 20“) und zum anderen aus der hohen Teilnehmerzahl von über 200 Athleten. So gab ich von Beginn an Vollgas. Trotz schwieriger Bedingungen konnte ich meine Zeit aus dem Vorjahr um fast zwei Minuten verbessern und freute mich im Ziel nicht nur über Platz eins, sondern auch über ein gewonnenes Wochenende für zwei Personen im Berghotel Friedrichroda.



[http://www.triathlon-friedrichroda.de/files/T-Erg09\\_einzelcross.pdf](http://www.triathlon-friedrichroda.de/files/T-Erg09_einzelcross.pdf)