



Die Mitglieder der SG Einigkeit Exter bereiten sich auf den Ablauf und den sportlichen Teil des 31. Triathlons vor. Der Auftakt erfolgt am Samstag, 24. August, im Freibad Valdorf. Hinten von links die Unterstützer Bernd Sielemann, Martin Wellner (beide Sparkasse), Bernd Adam (Stadtwerke) und Andreas Obernolte (Volksbank).

FOTO: LARS KRÜCKEMEYER

Ex-Weltmeister Coenen startet

SG Einigkeit Exter: Für den 31. Triathlon am 24. August liegen schon 300 Anmeldungen vor. Ausrichter bietet Einweisung zum Wechseln und Probefahrt auf dem Rennrad am 6. August an.

Von Lars Krückemeyer

Vlotho. Vier Wochen vor dem Start des Alpa-Triathlons der SGE Exter liegen dem Ausrichter schon etwa 300 Meldungen vor. »Wir rechnen wieder mit 500«, sagt Mitorganisatorin Monika Brandt-Weiß. Bis zum 17. August können sich die Sportler für die Wettbewerbe auf der Internetseite der SGE anmelden.

Damit alles reibungslos klappt, ist der ganze Verein auf den Beinen. »Viele packen mit an, andere starten selbst«, sagt Brandt-Weiß. Der anspruchsvollste Wettbewerb ist die Kurzdistanz über 1000 Meter schwimmen, 34 Kilometer auf dem Rad und 10 Kilometer laufen. Die Erwachsenenstrecke fordert 400 Meter/20 Kilometer/5 Kilometer und die Schüler absolvieren

100 Meter/6 Kilometer/1 Kilometer. Gleichzeitig wird die Vlothoer Stadtmeisterschaft ausgetragen.

Los geht's um 12 Uhr mit dem Schwimmen im Valdorfer Freibad. »Wir trennen sechs Bahnen im Becken ab, pro Bahn starten acht Schwimmer. Die kommen sich dabei nicht die Quere«, sagt Brandt-Weiß. Gewertet werden die Nachwuchsklassen Jugend A (Jahrgänge 2002 und 2003), Jugend B (2004 und 2005) und Schüler A/B (2006 bis 2009).

Besonders beliebt sind die Staffeln für Firmen, Schüler A/B und Jugend B (Schülerstrecke) und ab Jugend B (Erwachsenenstrecke). »Nachbarn, Vereine und Arbeitskollegen stellen die meisten Staffeln«, sagt Monika Brandt-Weiß.

Auf der anderen Seite des Beckens lagern die Triathleten ihre

Räder. Und da herrschen strenge Regeln. Kontrolleure überprüfen die Verkehrssicherheit und auch der Zustand der Helme wird getestet. Denn Sicherheit geht wie immer vor.

»Nachbarn, Vereine und Kollegen stellen die meisten Staffeln«

Monika Brandt-Weiß
Organisatorin der SGE Exter

Von der Radstrecke auf nicht abgesperrten, öffentlichen Straßen mit Anstiegen von bis zu 225 Höhenmetern geht's ab Sportplatz Exter laufend weiter. Die Teilnehmer der Kurzdistanz müssen den

Rundkurs zweimal absolvieren. »Um 17 Uhr sollten alle wieder im Ziel sein«, sagt Brandt-Weiß.

Seit Oktober ist das Organisationsteam des Vereins in der Vorbereitung, die Teilnehmer kommen aus ganz Ostwestfalen. Gemeldet hat unter anderem Clemens Coenen vom TV Lemgo, ehemaliger Ironman-Teilnehmer auf Hawaii und Amateur-Weltmeister aus dem Jahr 2008. Jasmin Herford (RC Endspurt Herford), Titelverteidigerin der Frauen, hat noch nicht genannt.

Am Tag der Veranstaltung erhalten die Teilnehmer von der SG Exter einen Beutel mit den Chips für die Zeitmessung beim Radfahren und Laufen, Streckeninformationen, der Startnummer und einigen Geschenken wie Duschgel.

Möglich macht die Großveran-

staltung nicht nur der Verein. Zahlreiche Sponsoren und die Stadtwerke, die das Bad zur Verfügung stellen, sowie die freiwillige Feuerwehr, die DLRG, das Rote Kreuz, der Freibad-Förderverein und die Johanniter unterstützen die SG Exter. Auch das beliebte Kuchenbuffet darf natürlich nicht fehlen.

Für alle interessierten Teilnehmer bietet der Ausrichter zur Vorbereitung am Dienstag, 6. August, eine Einweisung in die Wechselzonen und eine »Probefahrt« auf der Radstrecke. Weitere Informationen wie die aktualisierten Streckenverläufe gibt es im Internet. Bei der Anmeldung kann auch ein Finisher-Funktionsshirt mit Aufdruck bestellt werden.