



Das war das Jahr 2011

Liebe Freunde des Dreisports, liebe Läufer, auch das Jahr 2011 war wieder ein sehr ereignisreiches. Ich werde an dieser Stelle kurz versuchen, die wichtigsten Ereignisse hier in Kürze abzureißen. Sportlich gab es in 2011 für jede/n etwas. Dass ich an dieser Stelle nur ein paar Highlights erwähnen möchte, möge man mir verzeihen. Bestimmt in guter Erinnerung geblieben sind neben all den vielen Wettkämpfen bestimmt auch Events wie Trainingslager in Lindow, auf Mallorca, oder in Kienbaum; geheime Trainingssessions in einem eigentlich geschlossenen Schwimmbad, oder diverse – auch längere („Rund um Berlin“ und „Berlin-Rostock“) – Radausfahrten in der Gruppe. Wer aber alles noch mal nachlesen will, hat dazu die Möglichkeit auf unserer Homepage.

Dieses Jahr gab es wieder eine Vielzahl an Wettkämpfen, die sowohl im Schwimmen, Radfahren, Laufen oder aber im Idealfall in allen drei Disziplinen zusammen ausgetragen wurden. Man munkelt, dass es Sportler gab, die an weit über 35 Wettkampfveranstaltungen teilgenommen haben. Besonders nennenswert sind meiner Meinung nach die Leistungen von Anja beim Ironman Klagenfurt mit einer Finisherzeit von 9:38, sowie Kevins hervorragende Leistung beim Ostseeman mit einer Endzeit von 9:24.

Weitere sportliche sehr gute Leistungen möchte ich dem Frauen- und auch Männerteam der Regionalliga zuschreiben. Die Frauen konnten durch ihre sehr guten Leistungen die Chance wahrnehmen, in die zweite Bundesliga aufzusteigen. Über diese neue sportliche Herausforderung wird in 2012 bestimmt auch der eine oder andere Bericht zu lesen sein. Die Männer konnten sich ebenfalls sehr gut platzieren (Platz 8 von 22) und ihre gute Trainingsform im Wettkampf unter Beweis stellen. Da geht noch was in 2012!

An dieser Stelle noch einmal einen herzlichen Dank an alle unsere Sponsoren, wie koerner-sports.com, Long Distance, MIXX und natürlich unserem Hauptsponsor ALBA Berlin Recycling.

Danken möchte ich auch für seine geleistete Arbeit Kai-Uwe, der nach langen Jahren seine Tätigkeit als Schwimmtrainer im August 2011 beendete.

Herzlich willkommen heißen beim SCC Berlin Triathlon möchte ich ganz herzlich: Jens, Andi K., Felix M., Kai T., Mark, Santa Bond, Anne, Daniela, Andreas, Sebastian, Major, René, Claudia, Melanie, Ari und alle die, die ich vielleicht vergessen haben sollte. Allen, die den Verein zum Jahresende verlassen haben, wünsche ich ganz viele sportliche Erfolge weiterhin und alles Gute für die Zukunft. Hier noch einmal meine besonderen Wünsche an Frank Rutkowski, Mariana, Anja, Vero, Detlef E. und Hendrik.

Als Lauftrainer dieses Vereins freut es mich natürlich besonders über einen quantitativen und auch qualitativen Zuwachs zu berichten. Die Auswertung über das Lauftraining in 2011 soll nun in den folgenden Zeilen passieren.

Als ich die Aufgabe des Lauftrainers der Triathlonabteilung im April 2009 übernahm, kamen zu Beginn immer lediglich 4 bis 5 Personen zum Training. Bis zum Jahresende konnte die durchschnittliche Anwesenheit schon auf 11,91 Personen pro Training gesteigert werden. Im Jahr 2010 vermehrte sich die Anwesenheit dann auf 16,41 Athleten pro Lauftraining. Das gute Training und besonderes die sehr gute Gruppendynamik (sowohl sportlich als auch sozial) führte dazu, dass ein weiterer Anstieg an Sportlern beim Mittwochstraining in 2011 zu verzeichnen war.

Im Trainingsjahr 2011 waren durchschnittlich **21,29** Sportler bei jedem Mittwochstraining anwesend.

Das Training mit der höchsten Anwesenheit war gleich zu Jahresbeginn am 05. Januar 2011 mit 34 aktiven Sportlern (mutmaßlich schlechten Gewissens vom zu intensiven Weihnachtsschmaus). Am Mittwoch, den 16. März, waren lediglich 10 Sportler beim regulären Mittwochstraining. Dies lässt sich jedoch durch die Vielzahl an SCC Triathleten auf Mallorca begründen.

Im Trainingsjahr 2011 fand 52x mittwochs in der Zeit von 19.00-21.00 das Lauftraining meist in der RHH, im Mommsenstadion, am Olympischen Platz, im Grunewald oder auf der Krone statt. An den Trainingseinheiten nahmen 96 verschiedenen Menschen teil, die zumeist bereits Vereinsmitglieder waren, oder es sehr häufig nach den Probetrainings wurden.

Häufigste Anwesenheit hatte **Frank** mit 46x Anwesenheit (88%) auf den Plätzen zwei und drei folgten:

Fabian mit 85% = 44 x Anwesenheit

Klaus mit 81% = 42 x Anwesenheit

Anwesenheit:

71%-80% Jessi, Nilsi, Antsche, Ari, Jens, Sebastian, Petra, Rene´, Melli, Elli

61%-70% Isabelle, Christoph, Tattoomartin, Roll, Major, Andreas, Claudia, Jule

51%-60% Jörn, Mischa,

41%-50% Kevin, Tim, Vero

31%-40% Maren, Flo, Martin H., Nicole, Gottfried, Wilhelm, Heiko, Jan, Peter K., Anne

Alle anderen, die auch beim Training anwesend waren, hier aber nicht aufgelistet sind, waren in diesem Trainingsjahr weniger als 15x da und haben somit weniger als 30% Anwesenheit und werden hier nicht mehr gelistet ☹

Vielleicht ist das ja ein Ansporn für das kommende Trainingsjahr.

Für das Wettkampf- und Trainingsjahr 2012 wünsche ich allen Sportlern wieder maximale Erfolge und eine verletzungsfreie Zeit.

Ich verabschiede mich mit den Worten von Thomas Edison: „Erfolg hat nur der, der etwas tut, während er auf den Erfolg wartet!“

Liebe Grüße

Pawel-j.