

KnappenMan 2015

Nachstehend ein Kurzbericht vom KnappenMan 2015, am 29.08.2015 in Hoyerswerda.
Um 7.00 Uhr Beginn der Veranstaltung mit dem Start der XXL Triathleten (Langdistanz),
nachfolgend die XL- Athleten (MD) um 11.00 Uhr.

Das Ganze begann für viele 10-15 Min. vor dem Startschuss mit dem Einschwimmen, alle
Athleten mussten sich im rechteckigen Startbereich am Strand versammeln. Dies hatte schon
einen Touch von Seehundsammelstelle. Um Punkt 11.00 Uhr donnerte der Kanonenschuss
über den Dreiweiberner See in Lohsa.



Zuersteinmal 1,9 km Schwimmen, in einem Dreieckkurs gegen den Uhrzeigersinn. Danach
ging es über den Strand nach oben , auf dem Grünen Teppich den kleinen Hügel entlang hoch
zur Wechselzone 1. Hier wurden die Sportler durch den ersten Zuschauerhotspot durch die
Gasse getragen. Viel Applaus, brennende Sonne und massenweise Fotografen prägten die
Eindrücke. Tom und Michael waren bereits mit dem Rad auf dem Bike-course über 90 km.
Dieser verlief über den Dreiweiberner See- Weißkollm- Scheibensee, insgesamt 3 Runden, mit
einer Zuschauer freundlichen 90 Grad Kurve (2. Hotspot für Freunde und Familie). Die erste
Runde war für einige Athleten etwas knifflig , danach lief es aber wie am Schnürchen. Die
Radstrecke war sehr gut markiert und alle Gefahrenstellen sofort erkennbar.
Am Scheibensee kam Tom mir zweimal entgegen mit einem Schnitt von circa 40 km/h der
Wahnsinn ☺
Endlich ging es wieder zum zweiten Wechsel und die Sonne brannte unbarmherzig auf den
Planeten und meinen Rücken. Heiß, heißer unerträglich....

KnappenMan 2015

Nun folgten zwei Laufrunden um den Dreiweiberner See auf einem geteerter Weg, mit einer Extraschleife, um auf die 21 km zu kommen. Insgesamt waren es 4 VP/EP mit einigen Zuschauern an der Strecke, die der Sonne trotzten, denn Schatten suchte man auf der Strecke vergebens ☹

Kurz vorm Ziel überholte mich der letzte XXL er mit noch drei Laufrunden die er zu absolvieren hatte, der Arme.

Der Zielbogen mit der Uhr kam näher und näher, endlich unter Applaus das Rennen beendet. Arme nach oben gerissen, juhu jetzt bin ich ein **KNAPPENMAN** !

Thomas / total time:

0:37:00 (12.)	2:13:31 (3.)	1:53:25 (17.)	4:43:57
---------------	--------------	---------------	---------

Marcus

0:42:13 (32.)	2:51:16 (39.)	2:49:33 (38.)	6:23:03
---------------	---------------	---------------	---------

Michael

0:36:38 (4.)	2:33:59 (12.)	1:59:26 (13.)	5:10:00
--------------	---------------	---------------	---------

Arne

0:30:07 (6.)	2:22:12 (13.)	1:41:01 (9.)	4:33:21
--------------	---------------	--------------	---------

Fazit:

Eine wirklich gelungene Veranstaltung, die auch Familien und Zuschauerfreundlich ist.

Es gibt viele Möglichkeiten tolle Fotos zu schießen. Eine Übernachtung nahe der Veranstaltung auf dem Camping- und Caravanparadies ist auch möglich.

Der Dreiweiberner See bietet auch eine zugängliche Abkühlung für die Teamverstärkung außerhalb des Wettkampfs. Ein Campingstuhl oder eine Decke, vielleicht auch ein Picknickkorb verschönern den Nichtathleten die Zeit. Verpflegung boten auch die Beach Bar und der „Quarkbecherverkäufer“.

Also nicht lange warten einfach Anmelden und die „schnelle Strecke“ mit tollen Zielzeiten mitnehmen. (Kette rechts und los !)



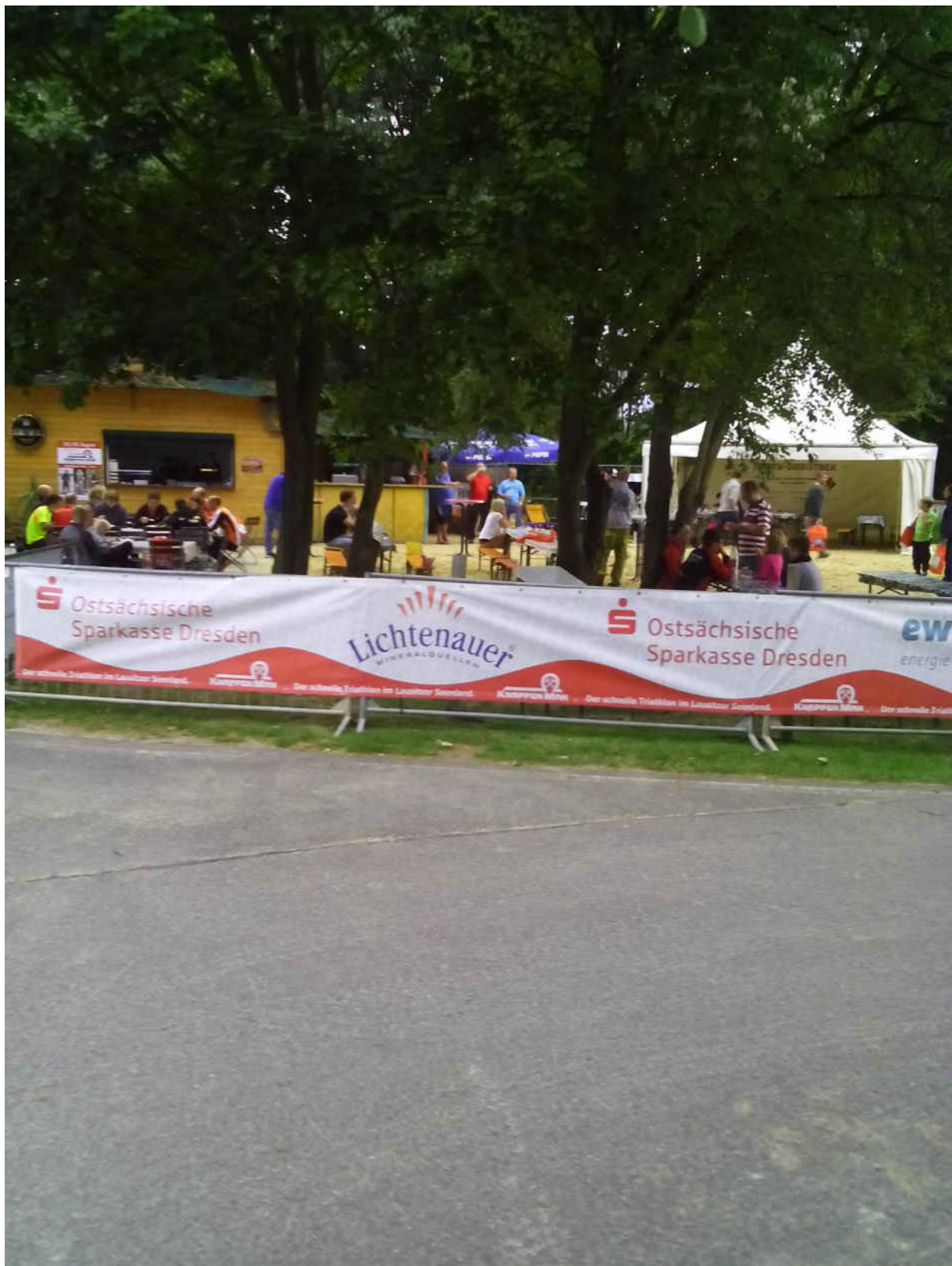
Wechsel Schwimmen/Rad



„Drei Helden“ vor dem Start



Ziel, leider nicht meine Zeit ☹



Pastaessen/Wettkampfbesprechung (Hippus Beachbar)



Schwimmstart