

Newsletter 09/2010

Doppelter Sieg am Wochenende in Walliswil und Baldegg

Letztes Wochenende absolvierte ich wieder einmal gleich 2 Wettkämpfe (Duathlon) über die Distanz 5/20/5km. Für mich reine Trainingswettkämpfe. Am Samstag ein Heim-Rennen direkt vor der Haustüre in Walliswil. Der Start war um 13 Uhr, ein Startfeld Männer und Frauen. Das Wetter bewölkt aber noch kein Regen. Ich hatte ein Start Ziel Sieg, konnte auf dem Rad mit den Männern mithalten, was mich natürlich sehr positiv auf den Powerman Zofingen stimmt. Auf dem Schlusslauf konnte ich sogar noch ein paar Mitstreiter hinter mir lassen und lief als erste Frau über die Ziellinie. Klar - die Konkurrenz war nicht so stark, was natürlich schade ist. Aber Overall fünfte ist doch bei fehlender Frauen-Konkurrenz ein passables Resultat.

Am Sonntag um 8 Uhr fiel bereits wieder der Startschuss in Baldegg. Nach Dauerregen in der Nacht, hatte ich mich frühmorgens trotzdem entschlossen, diesen Wettkampf zu machen. Meine Beine fühlten sich nach dem Wettkampf vom Samstag immer noch gut an, doch im Vorlauf kam ich nicht so au touren, wie ich mir das wünschte?! Der Start war wohl ein wenig früh für mich... aber auf dem Rad kam ich dann wirklich so richtig in Fahrt, trotz Kälte und Regen und konnte meinen Vorsprung ausbauen. Auf dem Schlusslauf war mein Sieg nicht mehr gefährdet und so genoss ich die letzte Runde Wettkampfatmosphäre... dieser Duathlon zählte zur Swiss Duathlon Serie, in der ich zur Zeit immer noch Führende bin.

Am Freitag reise ich nach Weyer (Österreich) um am Powerman über die Distanz 15/80/8km zu starten. Das Frauenfeld ist sehr gut besetzt, u.a. Welt- und Europameisterin im Duathlon sind vertreten, ohne grosse Ambitionen auf ein Podestplatz freue ich mich aber auf diesen Race, der sicher eine gute Vorbereitung für Zofingen ist. News folgen natürlich wie immer...

cu Jacky

Resultate/Berichte:

<http://services.datasport.com/2010/tri/oberaarg/>

http://www.swisstriathlon.ch/desktopdefault.aspx/tabid-73/89_read-12113/



Auf dem Rad in Begleitung des «Schieris»

08/14/2010

In Walliswil vor dem Start...

Fotos by Stefan Baumann & Silvan Uebelhart



swisscastello®

Revi-LEASING.CH

PERONIN®

DER HAARSCHNITT
MARTIN ALLEMAN 
TELEFON 062 391 04 44

max
Fitness & Gesundheit

sporteria
www.sporteria.ch

GÜDEL

nationale
suisse

Auto-Center H.R. Flückiger



SERVICETECHNIK
HOFMANN



8/14/2010

Auf der ersten Laufrunde...



Im Ziel mit Blumen...



Vor dem Start in Baldegg...

...Wechsel aufs Rad



Auf den ersten 5 Kilometer...



...Zieleinlauf :o)

Fotos by Stefan Baumann & Silvan Uebelhart



Auto-Center H.R. Flückiger

