

Triakids 2011

Mit fünf Kindern gründete sich am 31.08.2011 die Trainingsgruppe Kinder-Triathlon des Radsport – und Fitnessclubs Markkleeberg. Das Training wurde nach Möglichkeit immer im Freien durchgeführt, dabei war fast immer das Radfahren Bestandteil der wöchentlichen 90-minütigen Trainingseinheit. So kamen in dem ersten Jahr des Bestehens schon 410 Radkilometer zusammen. Eine stolze Zahl, welche die 9-13 – jährigen Kinder zurücklegten. Die Ausfahrten führten uns oft in die nähere Umgebung, so an die Seen Zwenkauer, Störnthaler, Markkleeberger, Kulkwitzer und Silbersee. Meist wurde dort die Trainingseinheit kombiniert mit Laufen bzw. Krafttraining. Der Fockeberg und auch der Scherbelberg in Leipzig-Großschocher bzw. die Treppen am Völkerschlachtdenkmal waren dafür ideal. Das Training mit Inline-Skates wurde zur Ergänzung mit einbezogen, hier zeigt sich wie ideal unser Sportgelände liegt, wir können direkt von der Sporthalle als Treff mit den Skates auf verkehrsfreien Straßen an den Cospudener See rollen und dort die Übungseinheiten durchführen. Dieses Training macht Spass, das hat sich scheinbar auch unter den Kindern herumgesprochen und so konnten wir im Laufe des Jahres ständig neue Kinder begrüßen, welche sich der Trainingsgruppe anschlossen. Mit Ende das ersten Jahres hatte die Mannschaft schon 15 Kinder als Mitglieder, eine überraschende Resonanz, mit der wir Trainer, Steffen Frei und Michael Drieschner, nicht gerechnet hatten. Die Kinder sind mit Freude bei der Sache, es gibt einen guten Zusammenhalt untereinander. So wird schon mal zum Geburtstag Kuchen mitgebracht, der dann nach dem anstrengenden Sport gemeinsam in lustiger Runde verzehrt wird. Eine Weihnachtsfeier mit Wichteln fand statt und in den Ferien wurde ein 2-tägiges Schwimmtrainingslager veranstaltet. Zu den Besonderheiten des Trainings kann man das Laufen mit Langlaufski auf dem zugefrorenen Cospudener See dieses Jahr im Februar zählen. Hier zeigt sich unser vielfältig ausgerichtetes Ausdauertraining, das wir auch Skilauf durchführen und die Kinder über die entsprechende Ausrüstung



auch verfügen. In der Winterperiode waren wir häufig in der Sporthalle mit dem Athletik- bzw. Krafttraining beschäftigt. Im vereinseigenen Sportraum an der Lauerschen Straße wurde auf dem Radergometer gearbeitet. Auch hier zeigt sich erneut die gute Lage und die kurzen Wege der Trainingsstätten, welche sich für die vielseitige Einbindung in die Trainingseinheiten als ideal erweisen.

Weitere Highlights im Training waren eine Radausfahrt mit „Frösi“ (Radprofi Robert Förster), der im anschließenden Gespräch für die Kinder Rede und Antwort stand und von dem harten Arbeitsalltag als Berufsradfahrer berichtete. Die Leipziger Radrennbahn in Kleinzschocher wurde ebenfalls besucht und für das Bahntraining genutzt.

Für das Wettkampfgeschehen ist ein vielfältiges Programm absolviert worden. Beim Robert-Förster-Nachwuchscup am Markkleeberger See im April wurde beim Kinderrennen unser Leopold auf Anhieb Sieger.