

Blueliner startet beim Lappwald Triathlon

Noch vor 2 Wochen ist der Blueliner Karsten Plehn erfolgreich in der Zeit von 5:13:19 Std. auf der Triathlon-Mitteldistanz (1,9 km schwimmen, 90 km radfahren und 21,1 km laufen) in Hannover/ Limmer gestartet, letztes Wochenende ging es dann zum 26. Elm-Lappwald Triathlon. Start und Ziel sowie Wechselzone waren das schöne Waldbad Birkenteich. Die 600 m Schwimmstrecke musste in 12 Bahnen je 50 m zurückgelegt werden. Im strömenden Regen ging es anschließend auf die anspruchsvolle hügelige 21 km Radstrecke durch den Lappwald. Nach 36 Min. wieder zurück von der Radstrecke wurden in der Wechselzone die Radschuhe mit den Laufschuhen getauscht und es folgte die Lieblingsdisziplin des Blueliners - Das Laufen. Aber auch die 6 km Laufstrecke hatte es in sich, die ersten 1,5 km ging es nur bergauf. Nach einer Gesamtzeit von 1:18:01 Std. erreichte Karsten Plehn das Ziel und belegte damit Platz 3 in seiner Altersklasse. Als Fazit sagte der Blueliner "es ist manchmal schwerer eine schnelle Sprintdistanz zu absolvieren als eine ruhigere längere Strecke, man muss von vornherein alles geben und kommt nicht zum durchatmen".



