

# Als Cross-Triathlet und Lehrer auf Erfolgskurs

**Cross-Triathlon** Als Sportler habe man Höhen und Tiefen. Für den gebürtigen Apoldaer und Cross-Triathleten Lars Erik Fricke war das Jahr 2014 eher ein Jahr der Höhen – in vielerlei Hinsicht.

Von Maike Scholz

**Zeulenroda-Triebes.** Beim Treffen mit Helfern und Organisatoren der Vogtland Challenge im Städtischen Museum Zeulenroda plauderte der Cross-Triathlet Lars Erik Fricke aus dem Nähkästchen.

2014 sei sein erfolgreichstes Jahr gewesen, gekrönt mit dem ITU-Weltmeistertitel in Zittau und dem XTERRA-Vizeweltmeistertitel auf Maui. Die Vogtland Challenge in Zeulenroda sei eine Art Generalprobe für Zittau gewesen. Deswegen stehe für Fricke auch außer Frage: Der Termin für die kommende Vogt-

land Challenge am 25. Juli ist „schon geblockt“. „Zeulenroda ist konditionell sehr anspruchsvoll. Die Radstrecke ist sehr hart“, meinte der studierte Lehrer für Geschichte und Sport. Zeulenroda müsse sich nicht verstecken – für die Sportler werde auf der Strecke eine Menge geboten.

Außerdem sehe Fricke es als sehr positiv an, dass sich auch Sportler, die noch nicht viel Kontakt mit einem Cross-Triathlon hatten, ausprobieren können.

Ausprobieren: So habe auch Fricke nach seinem Studium gehandelt. Nachdem er die Sportschule in Jena und sein Studium absolviert hatte, bekam er zunächst keinen Referendariatplatz. Während er bis dato in der Kurzstrecke zu Hause war, entschied er sich dann, auch die Langstrecke auszuprobieren. Seine Paradedisziplin sei das

Radfahren, aber auch schwimmen und laufen liegen ihm. Cross sei vielseitig und es mache mehr Spaß, sich draußen zu bewegen. Sein Erfolg auf Hawaii sei „eine super Zugabe gewesen,

denn zwei Tage zuvor habe ich geheiratet“, freute er sich und seine Frau Franziska fügte lachend an: „Ich musste lange auf einen Antrag warten.“ Nämlich acht Jahre lang.

In den kommenden Jahren habe Fricke zunächst keine großen Wettkämpfe im Auge, erzählte er im Museum während seine Frau schmunzelte, denn sie wisse genau, dass er nicht ohne Sport auskomme. Das bestätigte Fricke. Er brauche den Sport auch als Ausgleich, es sei seine Leidenschaft und er wolle auch Vorbild für seine Schüler sein, denn Fricke lehrt derzeit am Siegener Gymnasium.

Sport sei auch „Kopfsache“ und wie Franziska Fricke erklärt auch „viel Disziplin“ beim Training. Ob Regen oder extreme Hitze: „Man muss mit allen Bedingungen zurecht kommen“, erklärte Fricke in Zeulenroda. Deswegen sei er auch auf die nächste Vogtland Challenge gespannt und verrät: „Auch Franziska will sich auf der mittleren Strecke probieren“. Übrigens: Online kann man sich schon für die Wettbewerbe anmelden.



Lars Erik Fricke zu Besuch im Städtischen Museum Zeulenroda. Foto: Maike Scholz