

„Man musste treten, wo man sonst gerollt ist“

Cross-Triathlon Im Gespräch mit Lars Erik Fricke vom AC Apolda. Der 33 Jahre alte Vorjahressieger kam am Sonnabend bei der Vogtland Challenge in Zeulenroda als Zweiter in Ziel.

Von Jens Lohse

Sind Sie als Vorjahreserster diesmal auch mit Rang zwei zufrieden?

Ich habe alles gegeben. Stephan Radeck war aber eben enorm stark. Wir haben uns lange Zeit nichts genommen. Auf dem Rad habe ich dieses Mal nicht den richtigen Rhythmus gefunden. Deshalb war der Vorsprung, den ich mir fürs Laufen erarbeitet habe, nicht groß genug.



Der Apoldaer Lars Erik Fricke hat Gefallen am Cross-Triathlon gefunden. Foto: Jens Lohse

Wie sehr hat Sie der stürmische Wind behindert? Auf jeden Fall stärker als ge-

dacht. Schon das Schwimmen wurde dadurch sehr anspruchsvoll. Das mag ich aber. Auf dem

Rad musste man dann wegen des Gegenwinds an manchen Stellen treten, wo man sonst gerollt ist. Und auch beim Laufen war der Wind gerade auf der Höhe mancherorts wie eine Wand.

Sie sind Botschafter der Vogtland Challenge. Was denken Sie über die Veranstaltung nach der zweiten Auflage?

Es ist ein toller Wettkampf. Schade, dass viele Triathleten sich noch nicht an den Cross herangetrauen. Er ist kräfteaubender als ein normaler Triathlon. Schlecht für die Teilnehmerzahlen in diesem Jahr war auch, dass am Sonntag die Thüringer Meisterschaften auf der olympischen Distanz in Immel-

born stattfanden. Für einen Doppelstart ist aber der Cross-Triathlon zu anstrengend.

Was haben Sie 2015 noch vor?

In vier Wochen bin ich beim Inferno-Triathlon am Thuner See in der Schweiz dabei. Zunächst sind 3,1 Kilometer zu Schwimmen, dann 130 Kilometer mit dem Rad zu absolvieren, wobei auf den ersten 100 Kilometer mehr als 2000 Höhenmeter zu überwinden sind. Anschließend geht es mit dem Mountainbike auf die letzten 30 Kilometer mit gut 1000 Höhenmetern. Zum Schluss wartet ein ansteigender 25 Kilometer-Lauf mit Ziel in Schilthorn in 2970 Metern Höhe. Darauf freue ich mich schon.