

## 15. LIFESTYLE Würzburg Triathlon mit Lars und Sophia

Wenn man die gleiche Leidenschaft teilt, sind auch die größten Anstrengungen nur halb so schlimm und die Unterstützung und das Verständnis hoch. Power-Paar Lars Thomale und Sophia Zapf hatten sich am Sonntag, 16. Juni, für den Triathlon in der Nähe von Würzburg angemeldet und supporteten sich gegenseitig.

Lars startete das zweite Mal auf der Mitteldistanz, die sich hier aus 2,1 km Schwimmen, 88 km Radfahren und 21 km Laufen zusammensetzte. Sophia wagte einen Sprung nach oben und begab sich auf ihre erste olympische Distanz, bestehend aus 1,5 km Schwimmen, 44 km Radfahren und 10 km Laufen.

Der Ausrichter lobte den Triathlon mit rund 900 Teilnehmer als gelungene Veranstaltung mit familiärem Charakter. Beim tollen Sportwetter wurde im Erlabrunner See geschwommen. Je nach Distanz unterscheidet sich dabei nur die Anzahl der Runden. Bei der Mitteldistanz durften es dreieinhalb Runden sein, bei der olympischen nur zwei. Ebenso ist es beim Laufen (4 und 2 Runden), wobei eine Runde um den See herum und noch ein Stück am Main entlang nach Norden und zurück verläuft. Die Fahrradstrecke erstreckte sich von Erlabrunn aus über Zellingen, Urspringen, Roden nach Ansbach und zurück. Bei der Mitteldistanz mussten sie die Runde durch den Spessart zweimal fahren, bei der Olympischen Distanz "nur" einmal.

Und Sophia war super erfolgreich und holte sich ihre erste Finisher Medaille auf der olympischen Distanz. Sie passierte die Zielzeitmessung in tollen 3:18:28 h und 7. in der AK W 30 und 25. in der Gesamtwertung der Frauen.

Lars hatte das längere Paket vor sich, aber er ist in Topform und lief durch den Zielbogen nach 5:12:52 h. Darin enthalten ein Halbmarathon in der tollen Zeit von 1:25:17 h.



Ein klasse Ergebnis für beide, zu dem wir herzlich gratulieren.

Der TSV Talheim, Abteilung Leichtathletik trainiert regelmäßig, nicht nur für Triathleten.

Anfänger und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen. (JG)