

CHRISTIAN SIEDLITZKI



Pressemappe 2016

www.siedlitzki.at



Inhalt

Inhalt	2
Ergebnisse	6
Wechsel zum LAV Verden	7
Bericht Sonntags Tipp vom 03.01.2016.....	7
Bremer Winterlaufserie 2. Lauf	8
Bericht Bezirksrundschau vom 08.02.2016.....	8
Bericht Sport Ziel vom 08.02.2016	9
Bericht Kreiszeitung vom 09.02.2016	10
Bericht Weser Kurier vom 09.02.2016	11
Bericht Kreiszeitung vom 10.02.2016	12
Bericht Weser Kurier vom 10.02.2016	13
Bericht Salzkammergut Rundblick vom 11.02.2016.....	14
Bericht Bezirksrundschau vom 18.02.2016.....	15
Kreismeisterschaft Crosslauf	16
Urkunde.....	16
Bericht Kreiszeitung vom 23.02.2016	17
Bericht Weser Kurier vom 23.02.2016	18
Bremer Winterlaufserie 3. Lauf	19
Urkunde.....	19
Bericht Bezirksrundschau vom 07.03.2016.....	20
Bericht Kreiszeitung vom 07.03.2016	21



Bericht Weser Kurier vom 08.03.2016	22
Niedersächsische Landesmeisterschaft	23
Urkunden.....	23
Bericht Kreiszeitung vom 16.03.2016	25
Bericht Weser Kurier vom 17.03.2016	26
Duathlon EM.....	27
Bericht salzi.at vom 30.03.2016	27
Bericht Bezirksrundschau vom 31.03.2016.....	28
Bericht Salzkammergut Rundblick vom 31.03.2016.....	29
Bericht Weser Kurier vom 02.04.2016	30
Bericht Kreiszeitung vom 06.04.2016	31
Bericht tips.at vom 06.04.2016	33
Bericht Bezirksrundschau vom 17.04.2016.....	34
Bericht salzi.at vom 17.04.2016	35
Bericht Salzkammergut Rundblick vom 17.04.2016.....	36
Bericht Tri News vom 17.04.2016	37
Bericht Kreiszeitung vom 18.04.2016	38
Bericht ÖTV vom 18.04.2016	40
Bericht OÖ Nachrichten vom 19.04.2016	41
Bericht Weser Kurier vom 19.04.2016	42
Schreiben OÖ Triathlonverband vom 20.04.2016.....	43
Bericht Bezirksrundschau vom 28.04.2016.....	44
Weyher Duathlon	45



Bericht Weser Kurier vom 27.04.2016	45
Bericht Kreiszeitung vom 28.04.2016	46
Duathlon WM	47
Bericht OÖ Nachrichten vom 23.05.2016	47
Bericht salzi.at vom 24.05.2016	48
Bericht Kreiszeitung vom 27.05.2016	50
Bericht Salzkammergut Rundblick vom 28.05.2016.....	51
Bericht tips.at vom 01.06.2016	52
Bericht Weser Kurier vom 02.06.2016	53
Bericht Bezirksrundschau vom 06.06.2016	54
Bericht Kreiszeitung vom 06.06.2016	55
Bericht salzi vom 06.06.2016	56
Bericht Salzkammergut Rundblick vom 06.06.2016.....	57
Bericht Weser Kurier vom 06.06.2016	58
Bericht Bezirksrundschau vom 07.06.2016	59
Müdener Volkstriathlon	60
Bericht Kreiszeitung vom 06.07.2016	60
Bericht Weser Kurier vom 07.07.2016	61
Thülsfelder Talsperre Triathlon	62
Bericht Kreiszeitung vom 09.08.2016	62
Bericht Weser Kurier vom 10.08.2016	64
City Triathlon Bremen	65
Bericht Weser Kurier vom 15.08.2016	65



Bericht Kreiszeitung vom 16.08.2016	66
Bericht Weser Kurier vom 17.08.2016	68
Verdener Stadtlauf	70
Urkunde.....	70
Bericht Weser Kurier vom 29.08.2016	71
Bericht Weser Kurier vom 04.09.2016	72
Triathlon Otterndorf.....	73
Bericht Kreiszeitung vom 31.08.2016	73
Maschsee Triathlon Hannover	74
Bericht Kreiszeitung vom 07.09.2016	74
Sponsoren.....	75



Ergebnisse

Datum	Veranstaltung	Platz Gesamt	Platz AK
03.09.	Maschsee Triathlon 0,2/20/5 km (GER)	3.	1.
28.08.	Otterndorfer Triathlon 0,2/20/5 km(GER)	4.	1.
26.08.	Verdener Stadtlauf 4,5 km (GER)	3.	
14.08.	City Triathlon Bremen 0,5/20/5 km (GER)	2.	1.
07.08.	Triathlon Thülsfelder Talsperre 0,5/20/5 km (GER)	3.	1.
03.07.	Müdener Volkstriathlon 0,45/23/4 km (GER)	3.	1.
05.06.	Duathlon WM Avilés 5/21/2,5 km (ESP)		4.
27.05.	Wilstedter Abendlauf 10 km (GER)	3.	
24.04.	Weyher Duathlon 5/21/2,5 km (GER)	4.	1.
16.04.	Duathlon EM Kalkar 5/20/2,5 km (GER)		2.
13.03.	Niedersächsische Landesmeisterschaft 10 km (GER)		3.
	Gesamtwertung kleine Bremer Winterlaufserie	1.	1.
06.03.	Winterlaufserie Bremen 10 km (GER) 3. Lauf	3.	1.
20.02.	Kreismeisterschaft Crosslauf 6,1 km , Etelsen (GER)	3.	1.
07.02.	Winterlaufserie Bremen 10 km (GER) 2. Lauf	1.	1.



Wechsel zum LAV Verden

Bericht Sonntags Tipp vom 03.01.2016

Triathlet mit Zielen

**Christian Siedlitzki
lebt in Arnsen und
trainiert für EM**

Von Jürgen Thiele

VERDEN. 2011 war ein bedeutendes Jahr für ihn: Von seinem Heimatort Arnsen, in dem der gebürtige Österreicher seit 1993 lebt, fuhr er zur Duathlon-Weltmeisterschaft nach Gijón/Spanien. Dort erzielte er sein bedeutendstes Ergebnis und wurde Weltmeister in der Altersklasse 45-49 Jahre. Für Christian Siedlitzki folgten weitere erfolgreiche Europameisterschaften in dieser Disziplin, zwei zweite und zwei dritte Plätze bewiesen in den Folgejahren, dass der größte Erfolg kein Zufall war.

Auch im Triathlon bewiesen Platzierungen unter den besten Sechs bei Weltmeisterschaften seine Klasse. Neben unzähligen Siegen in Niedersachsen hat er immer den Kontakt zu seinem Geburtsland gehalten, für das er bei vielen internationalen Wettbewerben gestartet ist. Er lebt seit vielen Jahren in Arnsen und hat sich jetzt entschlossen für den Leichtathletikverein Verden (LAV) zu starten. Hier gibt es schon länger die Unterabteilung Triathlon, aber durch den Zusammenschluss zu einer Startgemeinschaft mit den Kollegen aus Schwarme gibt das neue Möglichkeiten für den Start in Mannschaftswettbewerben.

Seit 23 Jahren lebt er in Arnsen mit seiner Lebensgefährtin Erika. Gemeinsam betreiben sie ein Kinderheim. Für die neun betreuten Kinder ist er Vaterersatz, aber auch sportliches Vorbild. Immer

wieder bestaunen sie seine umfangreiche Pokalsammlung. Es sind schon mehr als 300 Stück! Vielleicht ist das irgendwann einmal Ansporn, in die „großen“ Fußspuren von Siedlitzki zu steigen.

Nachdem er etwa zehn Jahre in Österreich Fußball gespielt hatte, kam 1988 der Wechsel zum Triathlon. Aus seiner Sportvergangenheit kommt der Kontakt zu den Landsleuten in der Bundesligamannschaft von Werder Bremen. Deren Spiele sieht er sich leidenschaftlich gern in seiner im Garten eigens gebauten Pokalhütte an. Das Laufen ist seine Lieblingsdisziplin: „Ich habe ein Naturtalent – ich laufe einiges weniger als Andere, mache kein

Bahntraining und erziele trotzdem Spitzenzeiten“, erklärt er seine Erfolge. Er trainiert meist im Raum Kirchlinteln bis Rotenburg. Nur zum Schwimmen kommt er ins Verdener Bad.

Als Hobby nennt er: Reisen. Und da gibt es noch viel zu sehen – nach Indien, Vietnam und Bora-Bora sind die nächsten Ziele Australien und die Fuji-Inseln. Auf Reisen hat er seine Laufschuhe und das Schwimmzeug immer im Gepäck. Für ihn gibt es nichts Schöneres, als Land und Leute per Pedes zu erkunden. Sein sportliches Vorbild aber ist kein Triathlet: „Der Landsmann und Skifahrer Hermann Meier, der nach einem schwe-

ren Motorradunfall wieder zum Sport zurückkam!“ Ob das mit seinem sportlichen Motto zusammenhängt: Was Dich nicht umbringt, macht Dich nur stärker?

Und weil es ihm immer gut geht, denkt er noch nicht ans Aufhören. Da hat er sich noch viel Ziele gesetzt und will noch einige Medaillen erringen. Vorausgesetzt, sein Körper macht da noch mit. Aber das wird er im neuen Jahr 2016 beweisen: Bei der Duathlon-EM in Kalkar/Deutschland, bei der Triathlon-EM in Lissabon/Portugal und bei der Duathlon-WM in Aviles/ Spanien. Und, und, und... Es ist ja noch Platz in der Pokalhütte in Arnsen.



LAV-Vorsitzender Thomas Gern (links) und Triathlon-Chef Jürgen Hold (rechts) begrüßen Christian Siedlitzki als neues Mitglied im Verdener Verein.
Foto: Thiele



Bremer Winterlaufserie 2. Lauf

Bericht Bezirksrundschau vom 08.02.2016

Traumsaisonstart von Christian SIEDLITZKI!



Guter Saisonauftakt für Siedlitzki-Gesamtsieger beim 2. Lauf der 36. Bremer Bürgerparkserie über 10 km

„Dass das mit 50 Jahren noch möglich ist habe ich nicht geglaubt. Andererseits fühle ich mich bestätigt, dass ich bis dato im Winter sehr gut trainiert habe. Die Grundlagenausdauer stand oder steht bis Ende Februar im Mittelpunkt. Ab März wird der Umfang und die Intensität erhöht. Dann schließlich findet schon Mitte April dieses Jahr die Duathlon Europameisterschaft in Kalkar(Deutschland) statt, wo ich für Österreich an den Start gehe. Anfang Juni wartet dann noch die Duathlon WM im spanischen Aviles auf mich. Und dort möchte ich es allen zeigen, dass ich in meiner Altersklasse zu den Besten gehöre.“

Geradezu beste Bedingungen waren diesmal beim 2. Lauf der Bremer Bürgerparkserie. Der erste Lauf Anfang Januar fiel den schlechten Wetterbedingungen zum Opfer und wurde nicht gewertet. 1200 Läufer und -innen gingen diesmal bei fast frühlingshaften Temperaturen an den Start. Zur Auswahl standen zwei Distanzen über jeweils 15 bzw. 10 km. Gleich vom Anfang an gab der Bremer Sebastian Kohlves(LC Hansa Stuhr), das Tempo an und setzte sich an die Spitze. Gefolgt von seinem Vereinskollegen Oliver Sebrantke und Klaus Eickel(Team Runners Point). Mit ein wenig Abstand folgte an vierter Stelle der Grundner Christian Siedlitzki. In Deutschland startet er seit dieser Saison für die LAV Verden. Mit Fortlauf des Rennens musste einer der Favoriten frühzeitig das Rennen beenden. Muskuläre Probleme machten beim Vorjahressieger Eickel ein Weiterlaufen unmöglich. Siedlitzki lief seinerseits ein einsames Rennen und konnte die Verfolger auf Distanz halten. Nach zwei Runden und gelaufenen 10 km war dann die Überraschung umso größer, da Siedlitzki den Lauf mit drei Sekunden Vorsprung vor dem Bremer Thorben Preikschat(ATS Buntentor) in 36.06 min. gewann. Dritter wurde der Oldenburger Jakob Günther(VfL Oldenburg) in 36.37 Min. Siedlitzki hat somit große Chancen Sieger der Gesamtserienwertung zu werden. Der dritte Lauf findet am 6. März statt. Nach drei Runden und 15 km war auch für die Starter der großen Serie Schluss und Sebastian Kohlves gewann überlegen in 51.34 Min., vor Sebrantke in 53.41 Min. und Mario Lavendel in 55.26 Min.



Bericht Sport Ziel vom 08.02.2016

1200 LAUFEN SICH WARM



Kohlwes vor swb-Marathon-Sieger Sebrantke

Einen wahren Nachmeldesturm hatten die milden Temperaturen ausgelöst: Fast 1200 Läuferinnen und Läufer standen am gestrigen Sonntag beim 2.Lauf der AOK-Winterlaufserie an der Startlinie, um sich - getreu dem Veranstaltungsmotto - über 5, 10 oder 15 km „warmzulaufen“.

Den Schneemannlauf, der beim ersten Lauf im Januar aufgrund der eisigen Bodenverhältnisse noch ausfallen musste, entschied Ayleen Lang vor Anna Ahlich und Valentine Richter für sich und sicherte sich somit den ersten Sieg des Tages.

Das erwartete Duell der Vereinskollegen Kohlwes und Sebrantke (beide LC Hansa Stuhr) in der Großen Serie konnte Sebastian Kohlwes mit über 2 Minuten Vorsprung in 51:34 Minuten vorerst für sich entscheiden. Auf den dritten Platz lief – ebenfalls von der LC Hansa Stuhr – Mario Lawendel. Die Damenwertung dominierte Janina Heyn (ATS Buntentor), die die 15km nach 1:01:47 beendete und Anke Schmitz-Elvenich und Sandra Ehlers (SC Weyhe) auf die Plätze verwies.

In der Kleinen Serie lieferten sich Christian Siedlitzki (LAV Verden) und Thorben Preikschat (ATS Buntentor) ein packendes Rennen, das Siedlitzki mit drei Sekunden Vorsprung in 36:06 Minuten für sich entschied. Jakob Günther (VFL Oldenburg) lief in 36:37 auf Platz 3.

Bei den Damen musste sich Lotta Schlund (ATS Buntentor) knapp gegen Nicole Krinke (LG Nienburg, 37:12) geschlagen geben, die auch in der Gesamtwertung auf Platz 4 hinter den drei führenden Männern lief. Maren Rösner vom Tri-Team Schwarme landete auf Platz 3.

Auch UN-Sonderberater Willi Lemke war erneut in der Kleinen Serie am Start und zeigte sich über seine 10km-Zeit von 52:39 Minuten hochzufrieden.

Der dritte und für die Serienwertungen entscheidende Lauf findet am 6.März statt. **Anmeldungen** sind noch bis zum 21.2. online möglich.



Bericht Kreiszeitung vom 09.02.2016

LEICHTATHLETIK

Siedlitzki gewinnt im Bremer Bürgerpark

Sieg im 2. Lauf der Serie über zehn Kilometer

ARMSEN • Einen Überraschungscoup landete jetzt der Armsener Ausdauersportler Christian Siedlitzki bei der 36. Bremer Bürgerparkserie. So dominierte er erstmals für den LAV Verden startende 50-Jährige den 2. Lauf über zehn Kilometer.

„Dass das mit 50 Jahren noch möglich ist, habe ich nicht geglaubt. Andererseits fühle ich mich bestätigt, dass ich bis dato im Winter sehr gut trainiert habe. Die Grundlagenausdauer stand oder steht bis Ende Februar im Mittelpunkt. Ab März wird der Umfang und die Intensität erhöht. Denn schließlich findet schon Mitte April die Duathlon-Europameisterschaft statt. Und dort möchte ich es allen zeigen, dass ich in meiner Altersklasse zu den Besten gehöre“, konstatierte der Armsener später.

Geradezu beste Bedingungen waren dieses Mal beim 2. Lauf der Bremer Bürgerparkserie. Wie berichtet, fiel der erste Anfang Januar den schlechten Wetterbedingungen zum Opfer und wurde nicht gewertet. 1200 Aktive gingen an den Start. Zur Auswahl standen zwei Distanzen über jeweils 15 als auch 10 km. Gleich vom Anfang an gab der Bremer Sebastian Kohlwes (LC Hansa Stuhr) das Tempo an und setzte sich an die Spitze. Gefolgt von seinem Vereinskollegen Oliver Sebrantke und Klaus Eickel (Team



Christian Siedlitzki

Runners Point). Mit ein wenig Abstand folgte an vierter Stelle Siedlitzki. Er lief ein einsames Rennen und konnte die Verfolger, die wie er die kürzere Strecke gewählt hatten, auf Distanz halten. Nach zwei Runden und gelaufenen 10 km war dann die Überraschung umso größer, da Siedlitzki den Lauf mit drei Sekunden Vorsprung vor dem Bremer Thorben Preikschat (ATS Buntentor) in 36.06 Minuten gewann. Dritter wurde der Oldenburger Jakob Günther (VfL Oldenburg) in 36.37 Minuten. Siedlitzki hat somit große Chancen, Sieger der Gesamtserienwertung zu werden. Der dritte Lauf findet am 6. März statt.

Nach drei Runden war auch für die Starter der großen Serie Schluss. Kohlwes gewann in 51.34 Minuten vor Sebrantke (53.41).



Bericht Weser Kurier vom 09.02.2016

Bremen



Siedlitzki gewinnt im Bürgerpark

Von Malte Bürger - 09.02.2016 - 0 Kommentare

Christian Siedlitzki aus Armsen hat beim 2. Lauf der 36. Winterserie im Bremer Bürgerpark das Rennen über die zehn Kilometer gewonnen. Der Österreicher, der neuerdings für den LAV Verden startet, setzte sich in einer Zeit von 36:06 Minuten vor Thorben Preikschat (ATS Buntentor, 36:09min) durch. „Dass das mit 50 Jahren noch möglich ist, habe ich nicht geglaubt“, sagte Siedlitzki nach der Zielankunft. „Andererseits fühle ich mich bestätigt, dass ich bis dato im Winter sehr gut trainiert habe. Ab März werden der Umfang und die Intensität erhöht, schließlich findet schon Mitte April die Duathlon-Europameisterschaft statt. Und dort möchte ich es allen zeigen, dass ich in meiner Altersklasse zu den Besten gehöre.“



Nachdem der erste Lauf Anfang Januar witterungsbedingt ausgefallen war, kreiselten dieses Mal insgesamt 1200 Aktive auf den verschiedenen Distanzen. Über die 15 Kilometer führte an diesem Tag kein Weg am Stuhler Sebastian Kohlwes vorbei, der in 51:34 Minuten triumphierte. Mit Oliver Sebrantke folgte ein weiterer Stuhler auf Rang zwei (53:41min). Schnellste Frau war Janina Heyn vom ATS Buntentor mit einer Zeit von 1:01:47 Stunden, Melanie Noak von der LG Kreis Verden wurde Zehnte (1:09:52std). Über die zehn Kilometer hatte die Nienburgerin Nicole Krinke das bessere Ende für sich, sie gewann in 37:12 Minuten. Maren Rösner vom Tri-Team Schwarme belegte den dritten Platz (41:07 Minuten).



Bericht Kreiszeitung vom 10.02.2016

Winterlauf-Serie: Kohlwee, Sebrantke und Lawendel als 15-Kilometer-Macht

Historischer Triumph für das Hansa-Trio

10.02.16



© Mischelgruppe Kreiszeitung / el

Da hat Trainer
einige ganz stark
Bürgerpark bei
Kohlwee, Olwe
Lawendel über
wie bis drei.

Bremen - Der zweite Lauf der AOK-Winterlauf-Serie endete mit einem Novum: Zum ersten Mal in der 36-jährigen Geschichte der Serie gelang den Langstrecklern vom LC Hansa Stuhl ein dreifacher Triumph. Das Rennen über 15 Kilometer gewann Sebastian Kohlwee in 51:34 Minuten vor seinen Vereinskameraden Oliver Sebrantke (53:41 min) und Mario Lawendel (55:26 min).

Nachdem beim ersten Lauf der Serie bei Glatteis chaotische Bedingungen geherrscht hatten, wurden die knapp 1200 Läufer im Bürgerpark beim zweiten Durchgang bei Temperaturen um zehn Grad fast schon verwöhnt. Logische Folge: Es gab durchweg schnelle Zeiten, für jeden einzelnen nach seinen persönlichen Möglichkeiten, vor allem aber auch für das Hansa Trio, das sich über 15 km an die Spitze von 600 Läufern setzte. „Vorne war ziemlich schnell alles klar“, beschrieb Oliver Sebrantke den Rennverlauf. Das Anfangstempo sei mit 3:13 min/km auf den ersten Kilometern extrem hoch gewesen. Es bildete sich ein Führungstrio mit Kohlwee, Sebrantke und dem Bremer Klaus Eickel, der jedoch nach drei Kilometern ausstieg. Für Kohlwee war es von da an ein Alleingang.

JETZT PROJEKT

Finde dein ideales Hotel in Avilés
Cirque du Soleil: Vantekai
Silken Villa de Avilés
Yoga Übungsplan geschenkt
Ernährung bei Arthrose

BMW Powder Ride

<https://www.bmw.de/de/pressenotizen>

Gewinn mit eurem besten Freeride Moment einen Trip nach Island!



Ihr Sternzeichen lautet

Optimismus vor der Cross-Landesmeisterschaft

Sebrantke musste abreißen lassen und brachte Platz zwei sicher vor Teamkollegen Lawendel ins Ziel. Für Sebrantke, als M40-Läufer der Senior im Team, geht der Blick jetzt optimistisch Richtung Cross-Landesmeisterschaften: „Ich freue mich, am kommenden Wochenende mit so einer starken Mannschaft an den Start zu gehen.“

Den Hansa-Erfolg machten Jan Neubauer und Andreas Janßen mit Platz neun und zehn komplett. Dahinter erzielten Gerd Cordes (SC Weyhe, 17.), René Janke (Tri Team Schwarme, 22.) und Thorsten Glatthor (TSV Schwarme, 27.) die schnellsten Zeiten für ihren Verein. Die Frauenwertung gewann Janina Heyn (ATS Buntentor), Sandra Ehlers (SC Weyhe) lief nach 1:08:44 Stunden als Gesamtstärkste ins Ziel. Im Rennen über zehn Kilometer siegten Christian Siedlitzki (LAV Verden, 36:06) sowie als starke Werte des Gesamteinlaufs Nicole Krinke (LG Nienburg, 37:12). Dritte wurde Maren Rösner (Tri Team Schwarme) in 41:07 Minuten. Sehr gute Leistungen gab es auch bei den Nachwuchsläufern: Über fünf Kilometer wurde die elfjährige Neeltje Cordes (SC Weyhe) in 24:29 Minuten Zweite. Platz vier ging an ihre vier Jahre ältere Schwester Finja. Den Schneemannlauf über 1,8 km gewann die achtjährige Ayleen Lang (Tri Team Schwarme) in 8:08 Minuten. Da der erste Lauf der Serienwertung genommen wurde, gilt es für die Läufer jetzt, die guten Platzierungen im dritten und entscheidenden Lauf am 6. März zu bestätigen.



Die Schwarmen Ayleen Lang gewann ihren Lauf über 1,8 Kilometer. © el



Bericht Weser Kurier vom 10.02.2016

1200 Starter bei Winterlaufserie



Kohlwes Sieger im Hauptrennen

Von Lars Lenssen - 10.02.2016 - 0 Kommentare

Diesmal hatten die Teilnehmer Glück mit dem Wetter: Gute äußere Bedingungen sorgten beim zweiten Start der AOK-Winterlaufserie im Bremer Bürgerpark für ein großes Starterfeld. Fast 1200 Läuferinnen und Läufer nahmen am Ende die wahlweise 5, 10 oder 15 Kilometer langen Strecken in Angriff. Das erwartete Duell der Vereinskollegen in der Großen Serie konnte Sebastian Kohlwes in 51:34 Minuten mit mehr als zwei Minuten Vorsprung vor Oliver Sebrantke (beide LC Hansa Stuhr) für sich entscheiden. Auf den dritten Platz lief Mario Lawendel (ebenfalls LC Hansa). Die Damen-Wertung über 15 Kilometer dominierte Janina Heyn (ATS Buntentor), die in 1:01:47 Stunden Anke Schmitz-Elvenich und Sandra Ehlers (SC Weyhe) auf die Plätze verwies. In der Kleinen Serie lieferten sich Christian Siedlitzki (LAV Verden) und Thorben Preikschat (ATS Buntentor) ein packendes Rennen, das Siedlitzki mit drei Sekunden Vorsprung in 36:06 Minuten für sich entschied. Jakob Günther (VfL Oldenburg) lief in 36:37 auf Platz drei. Bei den Damen musste sich Lotta Schlund (ATS Buntentor) der Nienburgerin Nicole Krinke (37:12) knapp geschlagen geben. Maren Rösner vom Tri-Team Schwarme landete auf Platz drei.



Bericht Salzkammergut Rundblick vom 11.02.2016

Gesamtsieg in Bremen

13.02.2016

„Dass das mit 50 Jahren noch möglich ist habe ich nicht geglaubt. Andererseits fühle ich mich bestätigt, dass ich bis dato im Winter sehr gut trainiert habe. Die Grundlagenausdauer stand oder steht bis Ende Februar im Mittelpunkt. Ab März wird der Umfang und die Intensität erhöht. Denn schließlich findet schon Mitte April dieses Jahr die Duathlon Europameisterschaft in Kalkar(Deutschland) statt, wo ich für Österreich an den Start gehe. Anfang Juni wartet dann noch die Duathlon WM im spanischen Aviles auf mich. Und dort möchte ich es allen zeigen, dass ich in meiner Altersklasse zu den Besten gehöre.“



Geradezu beste Bedingungen waren diesmal beim 2. Lauf der Bremer Bürgerparkserie. Der erste Lauf Anfang Januar fiel den schlechten Wetterbedingungen zum Opfer und wurde nicht gewertet. 1200 Läufer und -innen gingen diesmal bei fast frühlinghaften Temperaturen an den Start. Zur Auswahl standen zwei Distanzen über jeweils 15 bzw. 10 km. Gleich vom Anfang an gab der Bremer Sebastian Kohlwes(LC Hansa Stuhr), das Tempo an und setzte sich an die Spitze. Gefolgt von seinem Vereinskollegen Oliver Sebrantke und Klaus Eickel(Team Runners Point). Mit ein wenig Abstand folgte an vierter Stelle der Gmundner Christian Siedlitzki. In Deutschland startet er seit dieser Saison für die LAV Verden. Mit Fortlauf des Rennens musste einer der Favoriten frühzeitig das Rennen beenden. Muskuläre Probleme machten beim Vorjahressieger Eickel ein Weiterlaufen unmöglich. Siedlitzki lief seinerseits ein einsames Rennen und konnte die Verfolger auf Distanz halten. Nach zwei Runden und gelaufenen 10 km war dann die Überraschung umso größer, da Siedlitzki den Lauf mit drei Sekunden Vorsprung vor dem Bremer Thorben Preikschat(ATS Buntentor) in 36.06 min. gewann. Dritter wurde der Oldenburger Jakob Günther(VFL Oldenburg) in 36.37 Min. Siedlitzki hat somit große Chancen Sieger der Gesamtserienwertung zu werden. Der dritte Lauf findet am 6. März statt. Nach drei Runden und 15 km war auch für die Starter der großen Serie Schluss und Sebastian Kohlwes gewann überlegen in 51.34 Min., vor Sebrantke in 53.41 Min. und Mario Lawendel in 55.26 Min.



Bericht Bezirksrundschau vom 18.02.2016

Siedlitzki mit gutem Start in die Saison



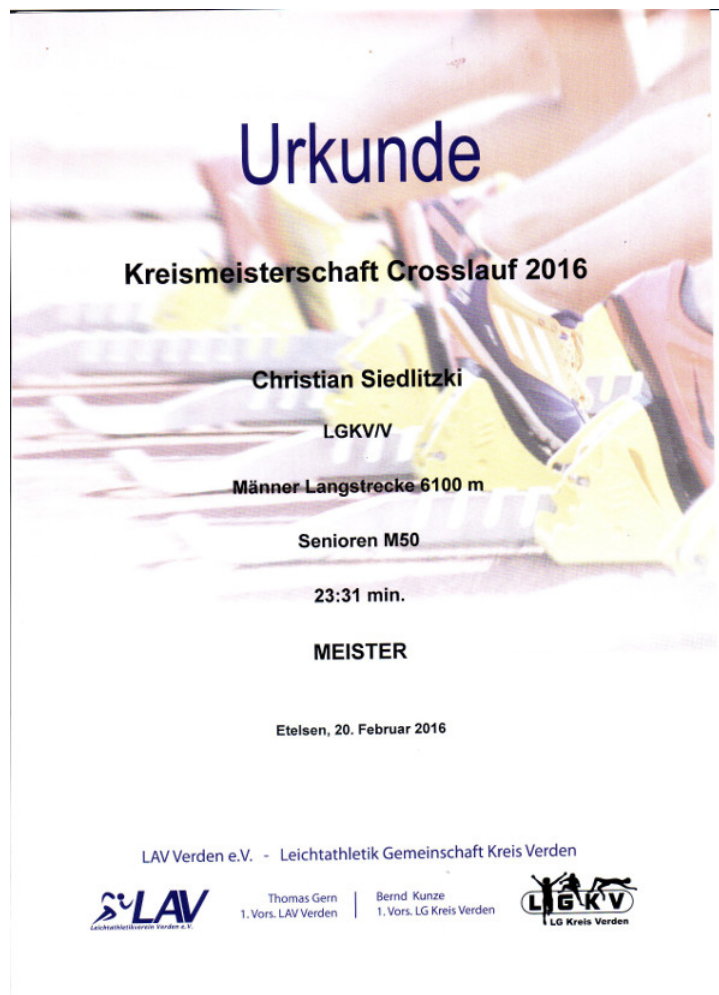
■ **Rund 1200 Läufer** gingen bei fast frühlingshaften Temperaturen an den Start des zweiten Laufes der Bremer Bürgerparkserie. Darunter auch der gebürtige Gmundner Christian Siedlitzki, der über die Distanz von zehn Kilometern den Gesamtsieg holte. „Dass das mit 50 Jahren noch möglich ist, habe ich nicht geglaubt. Aber ich fühle mich bestätigt, dass ich bislang gut trainiert und eine gute Balance zwischen Grundlagenausdauer und Intensität gefunden habe“, so der Sportler, der sich schon auf die Duathlon-EM Mitte April freut.

1638469



Kreismeisterschaft Crosslauf

Urkunde





Bericht Kreiszeitung vom 23.02.2016



Start frei: Die Jungs und Mädchen U12 lieferten sich bei der Crosslauf-Kreismeisterschaft in Etelsen ein spannendes Rennen.

Crosslauf: Doppelsieg für Eritrea-Flüchtling Abiel Hailu

Kreismeister über Lang- und Mittelstrecke / Melanie Noak schnellste Frau

ETELSEN • Eritrea vor Österreich und Deutschland – so könnte der Zieleinlauf über die 6100 m-Langstrecke der Männer bei der Crosslauf-Kreismeisterschaft in Etelsen beschrieben werden. Abiel Hailu sowie Fisha Werede, im TV Oyten bestens betreute Eritrea-Flüchtlinge, und Christian Siedlitzki, Österreicher vom LAV Verden, machten den Titel unter sich aus. Mit 121 Aktiven im Ziel waren die Titelkämpfe deutlich besser besetzt als im Vorjahr in Verden.

Auf den letzten Metern gewann der 21-jährige Hailu nach 23:23 Minuten mit sechs Sekunden Vorsprung vor dem 25-jährigen Werede und Siedlitzki, der sich mit nur zwei weiteren Sekunden Rückstand über den M50-Titel freute. Mit 50 Sekunden Abstand folgte auf dem anspruchsvollen Kurs am Schlossporplatz der Clüvenhäger Raoul Dygas vor 16 weiteren Langstrecklern. Schnellste der gleichzeitig gestarteten fünf Frauen war Melanie Noak vom SV Hönisch (29:28).

Schon eineinhalb Stunden vorher hatte es auf der Mittelstrecke über 2050 m Abiel Hailus ersten Sieg nach 7:44 Minuten gegeben, ebenfalls vor Fisha Werede (7:54) und Landsmann Tes-



Das Top-Trio: Abiel Hailu (vorn), Doppelsieger Mittel- und Langstrecke, Christian Siedlitzki (links) und Fisha Werede.

fay Melake (8:19). Gleichzeitig mit den Männern starteten die Jugendlichen U20, U18 und U16 und zeigten flotte Rennen. Knapper U20-Sieger wurde mit Hussein Omer ein weiterer Eritrea-Flüchtling vom TV Oyten mit 8:38 Minuten vor

dem Etelser Hark Möller mit drei Sekunden Rückstand. Als U18-Meister benötigte Mike Hänsleroth vom TSV Etelsen 8:48 Minuten, auch Mika Brennecke (LAV Verden) war als M15-Sieger mit genau neun Minuten flott unterwegs – wie auch

M14-Champion Gari Jakob vom LAV Verden (9:48).

Im gemeinsamen Rennen der Frauen und Jugend U20, U18 und U16 über ebenfalls 2050 m lagen fünf Läuferinnen lange eng beisammen. Am Ende war Verena van Veen (TSV Etelsen) als U18-Meisterin mit 9:28 Minuten zwei Sekunden vor Frauen-Kreismeisterin Sonja Othmanns (LAV Verden), die wiederum nur eine Sekunde vor U20-Titelträgerin Jenny Hänsleroth vom TSV Etelsen lag. Mit 9:34 Minuten folgte Jana van Veen als U18-Zweite. 9:40 Minuten benötigte W14-Kreismeisterin Zoe Binkowski vom TV Oyten, die drei Sekunden vor der späteren Frauen-Langstreckensiegerin Melanie Noak im Ziel war.

Guter Nachwuchs zeigte sich in den Läufen der U14, U12 und U10. Die 13- und 12-jährigen Jungs und Mädchen liefen gemeinsam die 2050 m Runde. Mit 9:45 Minuten setzte sich M12-Sieger Pascal Wilczek (LAV Verden) klar ab, als M13-Kreismeister benötigte Malik Janke vom TV Badern 10:28 Minuten. Schnellste 13-jährige war Inga Wedig vom LAV Verden mit 11:33 Minuten vor W12-Kreismeisterin Tabea Niemann vom TSV Emtinghausen. • hbm



Bericht Weser Kurier vom 23.02.2016

Flüchtling aus Eritrea schnappt sich bei Kreismeisterschaft
im Crosslauf gleich zwei Titel

Doppelsieg für Abiel Hailu

Von Florian Cordes - 23.02.2016 - 0 Kommentare

Im Etelser Schlosspark ist es normalerweise ruhig. Es sei denn nebenan wird Fußball gespielt. Doch am vergangenen Wochenende war in der Parkanlage jede Menge los. Denn rund um das Etelser Schloss sind die Kreismeisterschaften im Crosslauf ausgetragen worden. Ein Mann stand bei den Wettkämpfen besonders im Mittelpunkt: Abiel Hailu. Der Flüchtling aus Eritrea gewann bei den Männern sowohl über die 6100 als auch die 2050 Meter die Goldmedaille. Insgesamt nahmen an den Rennen 121 Läufer teil. „Die Meisterschaft war damit deutlich besser besetzt als die im Vorjahr in Verden“, freute sich Helmut Behrmann, Sportwart der LG Kreis Verden.



Abiel Hailu (vorne) ist in Etelsen gleich zu zwei Titeln gelaufen. (FR)

Mittelstrecke jubeln. Mit einer Zeit von 7:44 Minuten wurde er Erster. Silber schnappte sich auch hier Fisha Werede (7:54 Minuten). Tesfay Melake (8:19min) macht den Dreifachtriumph der Läufer aus Eritrea perfekt. Gleichzeitig mit den Männern starteten die Jugendlichen (U20, U18 und U16) und zeigten flotte Rennen. Bei der U20 ging der Titel wieder an einen jungen Mann aus Eritrea: Hussein Omer (TV Oyten) setzte sich mit 8:38 Minuten vor dem Etelser Hark Möller durch. Möller kam nach 8:41 Minuten im Ziel an. Als neuer U18-Kreismeister benötigte Mike Hänseroth (TSV Etelsen) 8:48 Minuten. Und auch Mika Brennecke (LAV Verden) war als M15-Sieger mit genau neun Minuten sehr schnell im Schlosspark unterwegs. Bei den M14-Jungen gewann Gari Jakob (LAV Verden, 9:48 Minuten) den Titel.

Im gemeinsamen Rennen der Frauen und weiblichen Jugend (U20, U18 und U16) über ebenfalls 2050 Meter lagen fünf Läuferinnen lange eng Zeit beisammen. Am Ende war Verena van Veen (TSV Etelsen) als U18-Kreismeisterin mit 9:28 Minuten zwei Sekunden schneller als Frauen-Kreismeisterin Sonja Oltmanns (LAV Verden), die wiederum nur eine Sekunde vor U20-Meisterin Jenny Hänseroth vom (TSV Etelsen) lag. Mit 9:34 Minuten folgte Jana van Veen als Zweite in der U18. 9:40 Minuten benötigte Zoe Binkowski (TV Oyten), die damit den U14-Titel holte und drei Sekunden vor der späteren Frauen-Langstreckensiegerin Melanie Noak im Ziel war.

Cross-Kreismeister 2016

Männer und Senioren Mittelstrecke 2050 Meter: Männer: Abiel Hailu (TV Oyten 7:44min.); M40: Oliver Brinker (SV Baden 10:04min.); M50: Thomas Pfeiffer (LAV Verden 9:52min.); M55: Jürgen Reimers (LAV Verden 9:57min.); M60: Peter Böhm (TSV Achim 10:14min.)

Männer und Senioren Langstrecke 6100 Meter: Männer: Abiel Hailu (TV Oyten 23:23min.); M40: Tim Krüger (Lauffreud Cluvenhagen 29:33min.); M45: Reiner Fetter (TSV Cluvenhagen 27:42min.); M50: Christian Siedlitzki (LAV Verden 23:31min.); M55: Jürgen Reimers (LAV Verden 29:35min.); M60: Wilfried Haase (TSV Cluvenhagen 33:03min.); M65: Dieter Rippe (TSV Wechold-Magelsen 36:23min.); M70: Dirk-Peter Jäger (TSV Uesen 39:44min.)

Im Lauf über die 6100 Meter machten Abiel Hailu und Fisha Werede, ebenfalls ein Eritrea-Flüchtling, sowie Christian Siedlitzki (LAV Verden) den Kreismeistertitel unter sich aus. Auf den letzten Metern gewann Hailu, der wie sein Landsmann in Etelsen für den TV Oyten gestartet war, nach 23:23 Minuten das Rennen. Sechs Sekunden nach ihm erreichte Werede das Ziel. Siedlitzki wurde nur knapp geschlagen (23:31min.). Der in Arnsen lebende Österreicher durfte sich aber über den Kreismeistertitel in der Altersklasse M50 freuen. Schnellste der gleichzeitig gestarteten fünf Frauen war Melanie Noak vom SV Hönisch mit 29:28 Minuten.

Bereits eineinhalb Stunden bevor sich die Läufer auf die 6100 Meter lange Strecken begaben, durfte Abiel Hailu auf der



Bremer Winterlaufserie 3. Lauf

Urkunde

URKUNDE

Christian Siedlitzki

HAT ERFOLGREICH AN DER 36. AOK-WINTERLAUFSERIE
TEILGENOMMEN UND ABSOLVIERT DIE

Kleine Serie

IN

01:12:26 h

DAS ENTSPRICHT IN DER GESAMTWERTUNG DEM

1. Platz

UND IN DER ALTERSKLASSE DEM

1. Platz der M50

ES GRATULIEREN DER SCHIRMHERR UND DER ORGANISATIONSLEITER.

OLAF WOGGAN
Vorstandsvorsitzender
der AOK Bremen/Bremerhaven

UTZ BERTSCHY
Organisationsleiter





Bericht Bezirksrundschau vom 07.03.2016

07.03.2016, 09:18 Uhr

Spitzenleistung von Christian SIEDLITZKI!



Vielversprechender Saisonauftakt.

Mit einem Gesamtsieg in der kleinen Serie(jeweils 10 km) bei der 36. AOK-Winterlaufserie hatte selbst Christian Siedlitzki nicht gerechnet. Erstmals da er seit letztem Jahr in der AKSO startet und es nicht leichter wird Rennen zu gewinnen und zweitens, da der erste Lauf im Januar, wegen der irregulären Bedingungen annulliert wurde. Da befand sich Christian nämlich auf einem Trainingslager in der Türkei und konnte nicht teilnehmen. Schon beim zweiten Lauf im Februar konnte er seine gute Form unter Beweis stellen und siegte beim Lauf über die 10 km. Am Sonntag fand nun der dritte und letzte Lauf dieser Serie statt und er gab sich zuversichtlich, da seine stärksten Konkurrenten, wie der frischgebackene Kreiscrossmeister Abiel Hailu und Fisha Werede(bei TV Oyen) und Andreas Oberschilp(LG Bremen-Nord), nicht an der Serienwertung teilnahmen. Vorne weg lief von Beginn an Sebastian Kohlweh(LG Hansa-Stuhr), der sich in einer bestechenden Form zurzeit befindet. Dahinter bildete sich ein Sechserpaket mit Siedlitzki, Sebrantke, Oberschilp, Hailu und Werede und Platte. Auf den ersten fünf Kilometern machte Siedlitzki mächtig Tempo konnte aber keinen Vorsprung rauslaufen. Zum Ende der ersten von zwei Runden kam es zu einer Tempoverschärfung von Oberschilp, der nur mehr die zwei Ertrüßler folgen konnten. Sebrantke folgte auf Platz fünf, war aber für die große Serie(10-15-20 km) gemeldet. Dicht gefolgt von Siedlitzki. Mit einer Durchgangszeit von 35:21 Min. siegte diesmal Andreas Oberschilp, vor Fisha Werede in 35:51 Min. Kurz vor dem Ziel konnte Siedlitzki noch an Hailu vorbeiziehen und mit 36:20 Min. den dritten Gesamtplatz in der kleinen Serie feiern. Dies reichte für Christian zu einem überlegenen Gesamtsieg in der Serienwertung. Sein nächstes Ziel sind die niedersächs. Landesmeisterschaften über 10 km Straße am kommenden Wochenende in Meppen.





Bericht Kreiszeitung vom 07.03.2016

Siedlitzki feiert den Seriensieg

ARMSEN • Mit einem Gesamtsieg in der kleinen Serie (jeweils 10 km) bei der 36. AOK-Winterlaufserie hatte selbst Christian Siedlitzki (LGKV Verden) nicht gerechnet. Nachdem der erste Lauf im Januar ausgefallen war und er den zweiten im Februar gewonnen hatte, gab sich der Österreicher gestern zuversichtlich. Die stärksten Konkurrenten wie Kreiscrossmeister Abiel Hailu und Fisha Werede (beide TV Oyten) sowie und Andreas Oberschilp (LG Bremen-Nord), nahmen nicht an der Serienwertung teil.

Vorne weg lief von Beginn an Sebastian Kohlwes (LG Hansa-Stuhr). Dahinter bildete sich ein Sechserpaket mit Siedlitzki, Sebrantke, Oberschilp, Hailu und Werede und Platte. Auf den ersten 5 km machte Siedlitzki Tempo, konnte aber keinen Vorsprung rauslaufen. Zum Ende der ersten von zwei Runden kam es zu einer Verschärfung von Oberschilp, der nur die zwei Eriträer folgen konnten. Sebrantke folgte auf Platz fünf, er war aber für die große Serie gemeldet, dicht gefolgt von Siedlitzki. Mit einer Durchgangszeit von 35:21 Minuten siegte Oberschilp vor Werede (35:51). Kurz vorm Ziel zog Siedlitzki noch an Hailu vorbei, der mit 36:20 Minuten den dritten Gesamtplatz in der kleinen Serie feierte.



Bericht Weser Kurier vom 08.03.2016

Bremen



Kreis-Duelle im Bürgerpark

Von Malte Bürger - 08.03.2016 - 0 Kommentare

Zum Abschluss der 36. Bremer Winterlaufserie sind in den Serienwertungen die großen Überraschungen ausgeblieben. Alle Führenden verteidigten ihre Platzierung – so dominierten Sebastian Kohlwes (LC Hansa Stuhr) und Janina Heyn (ATS Buntentor) in der Großen Serie. Die Siege in der Kleinen Serie brachten Christian Siedlitzki (LGKV Verden) und Lotta Schlund (ATS Buntentor) nach Hause. Über die zehn Kilometer war es der Verdener Andreas Oberschilp, der nach etwa der Hälfte des Rennens das Tempo verschärfte. Ihm folgten neben Christian Siedlitzki auch die beiden für die LG Kreis Verden startenden Eritreer Fisha Werede und Hailu Abiel. Mit einer Zeit von 35:21 Minuten gewann schließlich Oberschilp, der ebenso wie die beiden Afrikaner nicht für die Serienwertung gemeldet hatte, vor Werede (35:51min) und Siedlitzki (36:20min). Für Melanie Noak von der LG Kreis Verden sprang in der Frauenwertung über die 20 Kilometer in 1:29:57 Stunden ein starker sechster Rang heraus.



Niedersächsische Landesmeisterschaft

Urkunden





NLV + BLV Meisterschaften 10 km Straße

LG Kreis Verden 1

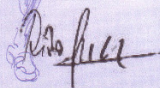
Christian Siedlitzki	35:59
Fred Magalowski	38:40
Jürgen Hofmann	39:50

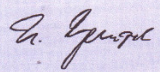
10 km Straße
Senioren M50/55

1:54:29

2. Platz

Meppen, 13.03.2016


Rita Girschikofsky
Präsidentin
Niedersächsischer Leichtathletik-Verband


Hartmut Bunzel
Vizepräsident Leistungssport
Bremer Leichtathletik-Verband



Bericht Kreiszeitung vom 16.03.2016



Holten für die LGKV Gold im 10 km-Straßenlauf: Ingrid Heger, Kersten Sommer-Schmidt und Gisela Lühring (von links).

LGKV-Seniorinnen holen sich den Landestitel

Heger & Co. im 10 km-Straßenlauf stark

ACHIM-VERDEN • Auf einem gut zu laufendem Stadtkurs, der sechsmal zu durchlaufen war, wurden im Einsamlandischen Meppen die Landesmeister im 10 km-Straßenlauf ermittelt, und alle sieben LGKV-Seniorinnen und Seniorinnen erkämpften sich Medaillen. Gold ging an die Seniorinnenmannschaft W50+, Silber an die Seniorenmannschaft M50/55, und dritte Plätze gab es für Kersten Sommer-Schmidt (Achim) in der W55-Wertung, Ingrid Heger (Achim W60), Stefan Steinert (Verden M30) und Christian Siedlitzki (Verden M50).

Im ersten Lauf des Tages mit allen Läuferinnen und den Senioren ab M50 setzte sich Christian Siedlitzki sofort zusammen mit dem späteren Sieger H.-P. Igelbrink vom TV Georgsmarienhütte an die Spitze, musste ihn aber in der zweiten Rennhälfte ziehen lassen und in der letzten Runde auch noch F. Minge vom SV Brake vorbei lassen. Der erfolgreiche Triathlet war aber mit seiner Leistung von 35:55 Minuten in seinem ersten Rennen als Leichtathlet sehr zufrieden und freute sich mit dem Verdener Fred Magalowski und dem Oyten-Jürgen Hofmann über Platz zwei der Teamwertung M50/55 mit nur 50 Sekunden Rückstand auf die Bremer Mannschaft von der LG Bultentor. Magalowski war mit 38:40 Minuten einige Sekunden

den schneller als 2015 und belegte damit Platz elf der M50-Wertung. Hofmann freute sich nach einem von Krankheiten geprägten schwächeren Jahr über Platz fünf der M55-Senioren in 39:50 Minuten.

Deutlich stärker als 2015 präsentierte sich Kersten Sommer-Schmidt, als Dritte der W55-Seniorinnen war sie mit 48:33 Minuten eine halbe Minute schneller als im Vorjahr. Als Vierte war auch Gisela Lühring (Holtebüttele) mit 51:19 Minuten deutlich schneller unterwegs als vor Jahresfrist. Mit 49:29 Minuten stellte Ingrid Heger als Dritte der W60 den sicheren Teamsieg der Damen sicher.

Stefan Steinert nur knapp an Silber vorbei

Im zweiten Rennen mit den Männern und Senioren M30 bis M45 befreite sich Stefan Steinert drei Tage nachdem er bei der Jahreshauptversammlung der LG Kreis Verden als Sportler des Jahres 2015 ausgezeichnet worden war über alle sechs Laufstrecken einen spannenden Kampf um Platz zwei mit dem Lüneburger Torsten Heimann. Erst einen halben Kilometer vor dem Ziel musste er dem Lüneburger Platz zwei überlassen, mit 33:14 Minuten verfehlte er seine persönliche Bestzeit nur um eine Sekunde. • hbm



Bericht Weser Kurier vom 17.03.2016

Leichtathleten der LG Kreise Verden räumen bei der Landesmeisterschaft im Straßenlauf ab

Erfolgreich im Emsland

Von Melke Bürger - 17.03.2016 - 0 Kommentar

Der Wettergott hatte es gut gemeint mit der Straßenlauf-Bilte aus Niedersachsen und Bremen. Im einständischen Meppen wurden nämlich jetzt bei angenehmen äußeren Bedingungen und Temperaturen von bis zu zehn Grad die Landestitel vergeben, mehr als 270 Athleten hatten ihre Schuhe geschnürt und die Zehn-Kilometer-Strasse in Angriff genommen. Die Läufer der LG Kreise Verden kamen mit dem sechs Mal zu absolvierenden Stadtkurs bestens zurecht und heimsten gleich mehrere Medallien ein. Gold ging beispielsweise an die Seniorinnenmannschaft W50+, Silber hielten die männlichen Kollegen der M50/S5. Als Solisten durften sich Kersten Sommer-Schmidt (Achlm, W55) Ingrid Heger (Achlm, W60), Stefan Steinert (Verden, M30) und Christian Sieditzki (Arnsen, M50) jeweils über dritte Plätze freuen.



Christian Sieditzki (v.l.) siegte im Rennen der M50 den dritten Platz. Im Ziel war er noch zehn Kilometer 24 Sekunden langsamer als der spätere Titelträger Henne Peter Igelink (r.). (MK)

Im ersten Rennen des Tages setzte sich der seit Jahresbeginn für die LG Kreise Verden stehende Christian Sieditzki sofort zusammen mit dem späteren Sieger Hans Peter Igelink (TV Georgsmarienhütte) an die Spitze des Feldes, doch der Achtmeter musste seinen Kontrahenten in der zweiten Hälfte des Laufes dann doch ziehen lassen. In der finalen Runde zog dann auch noch Frank Minge vom SV Brake vorbei. Der erfolgreichste Titelkandidat erreichte schließlich nach 35:59 Minuten das Ziel und war mit dem Gewinn der Bronzemedaille rundum zufrieden. In der Mannschaftswertung der M50/S5 reichte es sogar zu Platz zwei hinter der LG Buntentor, die 50 Sekunden schneller unterwegs war. Neben Christian Sieditzki hatten der Verdener Fred Maglovski und der Oytener Jürgen Hofmann ihre Zeiten eingebracht. Maglovski war in 38:40 Minuten einige Sekunden schneller als noch im vergangenen Jahr, was ihm im Einzelklassesment der M50 Rang elf bescherte. Jürgen Hofmann freute sich nach einem von Krankheiten geprägten schwächeren Jahr 2015 über Position fünf der M55 Senioren. Für ihn stoppte die Uhr an diesem Tag bei einer Zeit von 39:50 Minuten.

Wesentlich schneller als im Vorjahr präsentierte sich Kersten Sommer-Schmidt in Meppen, die als Dritte der W55 mit einer Zeit von 48:33 Minuten aufwartete. Damit war sie gleich 30 Sekunden schneller als noch bei der Landesmeisterschaft 2015. Als Vierte dieser Altersklasse war auch Gisela Lühning aus Wiesbaden mit einer Zeit von 51:19 Minuten besser als im vergangenen Jahr. Ingrid Heger wurde in 48:28 Minuten Dritte der W60 und sicherte somit zugleich den überlegenen Mannschaftssieg der LGKiv-Athletinnen.

Das zweite Rennen des Tages gehörte dann den etwas jüngeren Akteuren, es wurden neben den U20 und U23 ausschließlich die Läufer der Altersklassen M30 bis M45 auf die Reise geschickt. Mithrasnir war auch Stefan Steinert (M30), der erst drei Tage zuvor bei der Jahreshaustversammlung der LG Kreise Verden zum Sportler des Jahres 2015 gekürt worden war. In Meppen gehörte er in seiner Konkurrenz ebenfalls zu den Läufern, die sich Hoffnungen auf einen der vorderen Plätze machen durften. Und das zurecht. Während der sechs Runden lieferte sich Steinert ein intensives Duell um Platz zwei mit dem Lühburger Torsten Heilmann. Erst einen halben Kilometer vor dem Ziel musste der Verdenner seinen Widersacher ziehen lassen und somit auf Silber verzichten. Während Stefan Steinert nach 33:14 Minuten das Ziel erreichte und dabei seine persönliche Bestzeit lediglich um eine einzige Sekunde verfehlte, benötigte Heilmann 33:06 Minuten. Noch ein wenig schneller war der Erstplatzierte, Heiko Baler aus Braunschweig. Er hatte sich den Sieg in dieser Klasse bereits nach 32:02 Minuten erlaufen.



Ingrid Heger (v.l.), Kersten Sommer-Schmidt und Gisela Lühning gewonnen als Team. (MK)



Duathlon EM

Bericht salzi.at vom 30.03.2016

Gmundner Sieditzki startet bei der Duathlon EM und WM



Schon im letzten Jahr fix qualifiziert, mit seinem 3. Platz bei der Europameisterschaft startet der in Bremen lebende Gmundner Christian Sieditzki für sein Heimatland Österreich bei der Duathlon EM Mitte April in Kallert (Deutschland) und Anfang Juni bei der Duathlon WM in Avies (Spanien). Bei beiden Bewerben richtet er sich, aufgrund seiner aktuellen Form, große Chancen auf einen Treppchenplatz aus.



5 Medaillen in den letzten fünf Jahren hat sich Christian über die Sprintdistanz (5 km Laufen-20 km Radfahren-2,5 km Laufen) schon geholt. Jetzt möchte er bei der EM seine erste Goldmedaille einfahren. Diese fehlt ihm noch in seiner Sammlung. 2011 wurde er schon einmal Duathlon-Weltmeister in Gironde (Frankreich). Auch dieses Jahr sieht er für sich gute Chancen für eine vordere Platzierung. Die größte Konkurrenz kommt, wie jedes Jahr wieder, aus Großbritannien.



Sieditzki zur Zeitung: Spanien ist für mich ein gutes Pflaster. Hier habe ich mir schon drei Medaillen geholt. Das Ziel ist natürlich ein Podestplatz. Dabei könnten die beiden Bewerbe nicht unterschiedlicher sein. Kallert, für Sieditzki ein sogenanntes Heimrennen, flach und schnell. Hier sind neben Ausdauer auch Schnelligkeit gefragt. Der Kurs kommt Christian sehr entgegen. Für dieses Rennen gilt das Windschattenverbot. Kallert, die verträumte Stadt am Oberrhein, hatte schon letztes Jahr die deutsche Meisterschaft ausgetragen. Einzigartig ist die überdachte Windschatten im Wunderland Kallert und der Zielbereich auf dem Marktplatz, wo man frenetisch von den Zuschauern empfangen wird.

Erstmals gibt es den direkten Vergleich mit den Gleichaltrigen, denn seine Altersklasse hat mit den älteren Teilnehmern eine eigene Startliste bekommen. So kann man von Anfang an sehen, wie man im Rennen liegt. Ganz anders wird es diesmal bei der WM in Avies. In den letzten Jahren wurde die Windschattenfahren in den Altersklassen immer mehr zum Problem und nicht mehr kontrollierbar. Daher hat sich der International Triathlon Union dazu entschlossen, 2016 die beiden Sprintdistanzen bei der Triathlon bzw. Duathlon WM windschattenfrei zu geben. Total unterschiedliche Voraussetzungen, die Zeitfahrmedien bei diesen Bewerben verdrängen sind. Bei den Profis gilt diese Regelung schon Jahren.

Nun kann man gespannt sein, wie es in den Altersklassen umgesetzt wird. Viele Fragen bleiben noch offen (versetzte Startzeiten der Altersklassen usw.) Christian sieht, gerade beim Duathlon als starker Läufer, gewisse Vorteile für sich. Sieditzki zur Zeitung: Die ersten fünf Kilometer werden entscheidend sein über Sieg oder Niederlage. Ziel ist es das erste Paket beim Radfahren zu erwischen und kraftsparend zu fahren, um beim abschließenden 2,5 km Lauf nochmals geben zu können. (Foto: Wolfgang Naderau)



Bericht Bezirksrundschau vom 31.03.2016

Siedlitzki will bei Duathlon-Großveranstaltungen abräumen



Siedlitzki (hier beim Citytriathlon in Bremen) ist motiviert für die Duathlon EM und WM. (Foto: Privat)

BREMEN, GMUNDEN. Bereits im letzten Jahr hat sich der in Bremen lebende Gmundner Christian Siedlitzki für Duathlon EM Mitte April in Kalkar(Deutschland) und Anfang Juni bei der Duathlon WM in Aviles(Spanien) qualifiziert.

Fünf Medaillen in den letzten fünf Jahren hat sich Siedlitzki über die Triathlon-Sprintdistanz bereits geholt. Jetzt möchte er bei der EM seine erste Goldmedaille einfahren. Diese fehlt ihm noch in seiner Sammlung. 2011 wurde er schon einmal Duathlon-Weltmeister in Gijon(Spanien). "Die ersten fünf Kilometer werden über Sieg oder Niederlage entscheiden", ist Siedlitzki überzeugt, "Ziel ist es, das erste Paket beim Radfahren zu erwischen und kraftsparend zu fahren, um beim abschließenden 2,5-Kilometerlauf nochmals alles geben zu können."

Bericht Salzkammergut Rundblick vom 31.03.2016

Gmundner Siedlitzki startet bei der Duathlon EM und WM

31.03.2016

Schon im letzten Jahr fix qualifiziert, mit seinem 3. Platz bei der Europameisterschaft, startet der in Bremen lebende Gmundner Christian Siedlitzki für sein Heimatland Österreich bei der Duathlon EM Mitte April in Kalkar(Deutschland) und Anfang Juni bei der Duathlon WM in Aviles(Spanien). Bei beiden Bewerben rechnet er sich, aufgrund seiner aktuellen Form, große Chancen auf einen Treppchenplatz aus.

5 Medaillen in den letzten fünf Jahren hat sich Christian über die Sprintdistanz(5 km Laufen-20 km Radfahren-2,5 km Laufen) schon geholt. Jetzt möchte er bei der EM seine erste Goldmedaille einfahren. Diese fehlt ihm noch in seiner Sammlung. 2011 wurde er schon einmal Duathlon-Weltmeister in Gijon(Spanien). Auch dieses Jahr sieht er für ihm gute Chancen für eine vordere Platzierung. Die größte Konkurrenz kommt, wie jedes Jahr wieder, aus Großbritannien.

Siedlitzki zur Zeitung: "Spanien ist für mich ein gutes Pflaster. Hier habe ich mir schon drei Medaillen geholt. Das Ziel ist natürlich ein Podestplatz." Dabei könnten die beiden Bewerbe nicht unterschiedlicher sein. Kalkar, für Siedlitzki ein sogenanntes Heimrennen, flach und schnell. Hier sind neben Ausdauer auch Schnelligkeit gefragt. Der Kurs kommt Christian sehr entgegen. Für dieses Rennen gilt das Windschattenverbot. Kalkar, die verträumte Stadt am Oberrhein, hatte schon letztes Jahr die deutsche Meisterschaft ausgetragen. Einzigartig ist die überdachte Wechselzone im Wunderland Kalkar und der Zielbereich auf dem Marktplatz, wo man frenetisch von den Zuschauern empfangen wird. Erstmals gibt es den direkten Vergleich mit den Gleichaltrigen, denn seine Altersklasse hat mit den älteren Teilnehmern eine eigene Startzeit bekommen. So kann man von Anfang an sehen, wie man im Rennen liegt.

Ganz anders wird es diesmal bei der WM in Aviles. In den letzten Jahren wurde das Windschattenfahren in den Altersklassen immer mehr zum Problem und nicht mehr kontrollierbar. Daher hat sich der internat. Triathlonverband dazu entschlossen, 2016 die beiden Sprintdistanzen bei der Triathlon bzw. Duathlon WM windschattenfrei zu geben. Total unterschiedliche Voraussetzungen, da Zeitfahrräder bei diesen Bewerben verboten sind. Bei den Profi gilt diese Regelung schon Jahren.

Nun kann man gespannt sein, wie es in den Altersklassen umgesetzt wird. Viele Fragen bleiben noch offen(versetzte Startzeiten der Altersklassen usw.) Christian sieht, gerade beim Duathlon als starker Läufer, gewisse Vorteile für ihm. Siedlitzki zur Zeitung: "Die ersten fünf Kilometer werden entscheidend sein über Sieg oder Niederlage. Ziel ist es das erste Paket beim Radfahren zu erwischen und kraftsparend zu fahren, um beim abschließenden 2,5 km Lauf nochmals geben zu können."



Bremen Citytriathlon 9.8 (39)



Bericht Weser Kurier vom 02.04.2016

Der Traum vom Gold geht weiter

Christian Siedlitzki hofft bei der Duathlon-Europameisterschaft auf den Sprung nach ganz vorn / WM-Start folgt im Juni

VON MALTE BÜRGER

Armsen. Auf internationalem Terrain kennt sich Christian Siedlitzki inzwischen bestens aus. Der Ausdauersportler aus Armen war bereits mehrfach bei Europa- und Weltmeisterschaften im Duathlon im Einsatz, erst im vergangenen Jahr belegte der gebürtige Österreicher im Trikot seines Heimatlandes Rang drei und gewann somit EM-Bronze. Nun gibt es also die Neuaufgabe, Mitte April führt die Reise ins nordrhein-westfälische Kalkar, wo sich am Niederrhein erneut die europäische Elite treffen wird. Nur wenige Wochen später, Anfang Juni, folgt dann die Weltmeisterschaft im spanischen Aviles.

„Bei beiden Wettbewerben rechne ich mir aufgrund meiner aktuellen Form große Chancen auf einen Treppchenplatz aus“, sagte Christian Siedlitzki. Der Optimismus hat einen Grund: Gleich fünf Medaillen hat er in den vergangenen fünf Jahren über die Sprintdistanz (fünf Kilometer Laufen – 20 Kilometer Radfahren – 2,5 Kilometer Laufen) eingesammelt. „Jetzt möchte ich bei der EM meine erste Goldmedaille einfahren. Die fehlt mir noch in meiner Sammlung“, erklärte Christian Siedlitzki. Das Gefühl des Siegens auf diesem Niveau kennt er dennoch, im Jahr 2011 wurde der Ausdauerexperte schon einmal Duathlon-Weltmeister in Gijon, und somit ebenfalls auf der iberischen Halbinsel. Kein allzu schlechtes Omen also. „Spanien ist für mich ein gutes Pflaster. Hier habe ich mir schon drei Medaillen geholt“, zählte er auf. „Das Ziel ist natürlich ein Podestplatz.“ Die

größte Konkurrenz im Kampf um einen der vorderen Ränge kommt wie in den vergangenen Jahren aus Großbritannien.

So nah die beiden Wettkämpfe terminlich auch liegen, so unterschiedlich sind sie in ihrem Profil. „Kalkar ist ja im Prinzip ein Heimrennen, flach und schnell“, sagte

Christian Siedlitzki. „Hier ist neben der Ausdauer auch die Schnelligkeit gefragt. Der Kurs kommt mir sehr entgegen.“ In dem Ort, in dem im vergangenen Jahr bereits die DM über die Bühne ging, gilt das Windschattenverbot. Nahezu einzigartig sind die überdachte Wechselzone und der

Zielbereich auf dem Marktplatz, wo die Zuschauer erfahrungsgemäß für ordentlich Stimmung sorgen. Erstmals wird es den direkten Vergleich mit den gleichaltrigen Startern geben, denn Siedlitzkis Altersklasse hat gemeinsam mit den älteren Teilnehmern eine eigene Startzeit bekommen. „So kann man von Anfang an sehen, wie man im Rennen liegt“, sagte er.

Gänzlich andere Verhältnisse herrschen im Süden Europas. „In den letzten Jahren wurde das Windschattenfahren in den Altersklassen immer mehr zum Problem und nicht mehr kontrollierbar. Daher hat sich der internationale Triathlonverband dazu entschlossen, in diesem Jahr die beiden Sprintdistanzen bei der Triathlon- beziehungsweise Duathlon-Weltmeisterschaft windschattenfrei anzusetzen“, erläuterte der Armsener. „Total unterschiedliche Voraussetzungen, da Zeitfahrräder bei diesen Wettbewerben verboten sind. Bei den Profis gilt diese Regelung schon seit Jahren. Nun kann man gespannt sein, wie es in den Altersklassen umgesetzt wird.“

Christian Siedlitzki hofft derweil, dass ihm vor allem seine läuferischen Qualitäten in die Karten spielen werden. „Die ersten fünf Kilometer werden entscheidend sein über Sieg oder Niederlage“, ist er sich bereits jetzt sicher. „Ziel ist es, das erste Paket beim Radfahren zu erwischen und dann kraftsparend zu fahren, um beim abschließenden 2,5-Kilometer-Lauf nochmals alles geben zu können“, sagte Siedlitzki. Und wer weiß, vielleicht reicht es dann am Ende zu einem weiteren Stück Edelmetall für die heimische Sammlung...



Christian Siedlitzki stehen einmal mehr kräftezehrende Wochen bevor, der gebürtige Österreicher misst sich gleich zwei Mal mit der internationalen Konkurrenz.

FOTO: FR

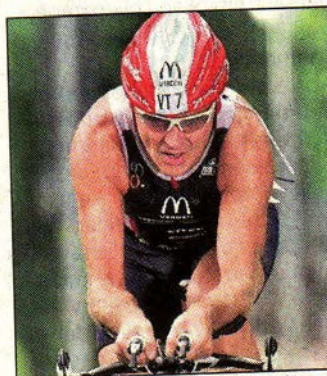


Bericht Kreiszeitung vom 06.04.2016

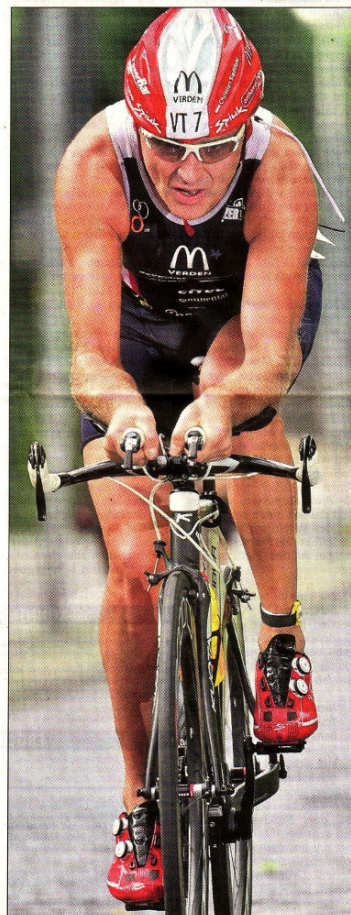
Countdown für Siedlitzki

Duathlet peilt Medaillen bei EM und WM an

ARMSSEN ■ So langsam wird es ernst für den in Armsen lebenden Österreicher Christian Siedlitzki. Dank seines im vergangenen Jahr erzielten dritten Platzes bei der Duathlon-Europameisterschaft stehen in den nächsten Wochen wieder große Aufgaben für den 50-jährigen an. Mitte April startet Siedlitzki für sein Heimatland bei der Duathlon-EM in Kalkar (Deutschland) und Anfang Juni bei der Duathlon-WM in Aviles (Spanien). → Lokalsport



Spekuliert auf Medaillen bei EM und WM: Christian Siedlitzki.



Spekuliert mit einer Medaille bei der anstehenden Duathlon-EM als auch bei der WM: Der Armsener Christian Siedlitzki.

Countdown für Siedlitzki läuft an

Duathlon: EM als auch WM im Fokus

ARMSEN • So langsam wird es ernst für den in Armsen lebenden Österreicher Christian Siedlitzki. Dank seines im vergangenen Jahr erzielten dritten Platzes bei der Duathlon-Europameisterschaft stehen in den nächsten Wochen wieder große Aufgaben für den 50-Jährigen an. Mitte April startet er für sein Heimatland bei der Duathlon-EM in Kalkar (Deutschland) und Anfang Juni bei der Duathlon-WM in Aviles (Spanien).

Bei beiden Wettbewerben rechnet der Verdener Leichtathlet sich aufgrund seiner aktuellen Form große Chancen auf einen Platz unter den ersten Drei aus. Fünf Medaillen in den vergangenen fünf Jahren durfte sich Siedlitzki über die Sprintdistanz (5 km Laufen – 20 km Radfahren – 2,5 km Laufen) schon umhängen lassen. Jetzt möchte er bei der EM seine erstes Gold einfahren. Diese Europameisterschaftsmedaillenfarbe fehlt ihm nämlich noch in seiner Sammlung. Allerdings: 2011 wurde der Österreicher schon einmal Duathlon-Weltmeister in Gijon (Spanien). Die größte Konkurrenz kommt wie in jedem Jahr aus Großbritannien.

Beide Wettbewerbe könnten nicht unterschiedlicher sein. Kalkar, für Siedlitzki ein sogenanntes Heimrennen, flach und schnell. Hier sind neben Ausdauer vor allem Sprinterqualitäten gefragt. Der Kurs kommt dem Armsener sehr entgegen. Für dieses Rennen gilt das Windschattenverbot. Kalkar, die verträumte Stadt am Oberrhein, hatte schon 2015 die Deutsche Meisterschaft ausgetra-

gen. Siedlitzki erinnert sich: „Einzigartig ist die überdachte Wechselzone im Wunderland Kalkar und der Zielbereich auf dem Marktplatz, wo die Aktiven frenetisch von den Zuschauern empfangen werden.“ Erstmals gibt es dabei den direkten Vergleich mit den Gleichaltrigen, denn Siedlitzkis Altersklasse (AK 50) erhält gemeinsam mit den älteren Jahrgängen eine eigene Startzeit. „So kann man von Anfang an sehen, wie man im Rennen liegt. Ganz anders wird es dagegen bei der WM in Aviles. In den letzten Jahren wurde das Windschattenfahren in den Altersklassen immer mehr zum Problem und nicht mehr

„Die ersten fünf Kilometer entscheiden“

kontrollierbar. Daher hat sich der internationale Triathlonverband dazu entschlossen, 2016 die beiden Sprintdistanzen bei der Triathlon- als auch Duathlon-WM windschattenfrei zu geben. Siedlitzki: „Total unterschiedliche Voraussetzungen, da Zeitfahrräder bei diesen Wettbewerben verboten sind. Bei den Profis gilt diese Regelung allerdings schon Jahren.“

Der 50-Jährige sieht als starker Läufer gerade beim Duathlon gewisse Vorteile für sich: „Die ersten fünf Kilometer werden entscheidend sein über Sieg oder Niederlage. Mein Ziel ist es, das erste Paket beim Radfahren zu erwischen und kraftsparend zu fahren, um beim abschließenden 2,5-km-Lauf dann nochmals richtig Gas geben zu können.“ • vst

Bericht tips.at vom 06.04.2016

DUATHLON-EM

Siedlitzki geht wieder auf Medaillenjagd

GMUNDEN. Der in Bremen lebende Gmundner Christian Siedlitzki startete für sein Heimatland Österreich bei der Duathlon-EM Mitte April in Kalkar (Deutschland) und Anfang Juni bei der WM in Aviles (Spanien).

Bei beiden Bewerben rechnet sich Siedlitzki aufgrund seiner aktuellen Form große Chancen auf einen Treppchenplatz aus. Fünf Medaillen in den letzten fünf Jahren hat er sich über die Sprintdistanz (5 km Laufen, 20 km Radfahren, 2,5 km Laufen) schon geholt. Jetzt möchte er bei der EM seine erste Goldmedaille einfahren, denn diese fehlt ihm noch in seiner Sammlung.



Duathlon-Routinier Christian Siedlitzki will's wieder wissen.

Vor fünf Jahren wurde er schon einmal in seiner Altersklasse in Gijon (Spanien) Duathlon-Weltmeister. Auch heuer sieht Siedlitzki gute Chancen für eine vordere Platzierung: „Das Ziel ist natürlich ein Podestplatz.“ ■



Bericht Bezirksrundschau vom 17.04.2016

17.04.2016, 23:43 Uhr

Vizeeuropameister im Duathlon Christian Siedlitzki!



Seinen nächsten Erfolg auf der Sprintdistanz (5 km Laufen-20 km Radfahren-2,5 km Laufen) konnte der Gmundner Christian Siedlitzki am vergangenen Wochenende bei der Duathlon-Europameisterschaft in Kalkar (Niederrhein) einfahren. Das war für ihn bereits die sechste Medaille in den letzten fünf Jahren.

Obwohl die Vorzeichen alles andere als gut waren. Seit vierzehn Tagen plagte ihn ein grippler Infekt, der ein reguläres Training nicht zuließ. Geschwächt fuhr er mit gemischten Gefühlen zur EM. Vor der Krankheit gab er sich noch sehr zuversichtlich, dass er einen Topf-Platz wieder erzielen könne. Keine leichte Entscheidung gab er noch kurz vorher zu, da er einerseits große Ansprüche an sich selber habe, andererseits sich sehr müde durch die Verkühlung fühle. Aber dann war es soweit. Aufmunternde Worte von vielen Sportkollegen machten ihm dann Mut an der Veranstaltung teilzunehmen.

In seiner Altersklasse (30-34) gingen 30 Athleten an den Start. Der Großteil kam, wie schon in den letzten Jahren aus Großbritannien. Zu seinen stärksten Konkurrenten zählte der Engländer Wayne Alysbury, der im letzten Jahr den zweiten Rang vor ihm bei der Europameisterschaft belegte. Er gilt als stärkster Radfahrer im Feld. Aber auch das Veranstalterland Deutschland schickte fünf Teilnehmer, die ihm das Leben schwer machen wollten. Siedlitzki sah seine Chance sich gleich vom Anfang an vom Feld abzusetzen. Dass ihm auch gleich gut gelang. Nur zwei Engländer konnten seinen Tempo folgen, darunter auch Alysbury. Nach den ersten zwei Laufunden à 2,5 km konnte Siedlitzki einen Vorsprung von ca. 30 Metern auf das restliche Feld herauslaufen. Diesen Vorsprung galt es als zu verteidigen auf der 20 km langen Radstrecke. Ein sehr böiger, frischer Wind forderte alles von den Athleten. Bis zur Hälfte der zweimal zu fahrenden 10 km Runde kämpfte Siedlitzki im Wind und verteidigte seine Führungsposition, bis Alysbury kurzentschlossen an ihm vorbeizog. Jetzt galt es für Siedlitzki dran zu bleiben. Das gelang ihm auch sehr gut und der Abstand zum Drittplatzierten vergrößerte sich stetig mit Fortlauf des Rennens. In der Wechselzone betrug dann der Abstand zum Führenden ca. 100 Meter. Auf der abschließenden 2,5 km Laufstrecke konnte Siedlitzki den Abstand noch auf schließlich 15 Sekunden verringern und lief mit Tränen in den Augen über die Ziellinie. Siedlitzki zur Zeitung: "In den letzten zwei Wochen wollte ich schon mehrmals meinen Start abbrechen, da ich mich richtig krank fühle. Auf dem Fahrrad fehlte der gewohnten Druck aufs Pedal. Dass es jetzt doch noch zu einem Stockerlplatz reichte macht mich überglücklich. Jetzt heißt es erstmals, den Körper die nötige Erholung zu geben und dann Anfang Juni bei der Weltmeisterschaft nochmals alles abrufen."





Bericht salzi.at vom 17.04.2016



BEZIRKE ▾ POLITIK/WIRTSCHAFT KULTUR EVENTS ▾ SPORT PLAKATIV

Siedlitzki ist Duathlon-Vizeeuropameister





17. APRIL 2016 GRUNDEN SPORT

Seinen nächsten Erfolg auf der Sprintdistanz (5 km Laufen-20 km Radfahren-2,5 km Laufen) konnte der Gmundner Christian Siedlitzki am vergangenen Wochenende bei der Duathlon-Europameisterschaft in Kalkar (Niederrhein) einfahren. Das war für ihn bereits die sechste Medaille in den letzten fünf Jahren.

Obwohl die Vorzeichen alles andere als gut waren, denn seit vierzehn Tagen plagte Siedlitzki ein grippaler Infekt, der ein geregeltes Training nicht zuließ. Geschwächt fuhr er mit gemischten Gefühlen zur EM. Vor der Krankheit gab er sich noch sehr zuversichtlich, dass er wieder einen Topplatz erzielen könne. Keine leichte Entscheidung gab er noch kurz vorher zu, da er einerseits große Ansprüche an sich selber habe, andererseits sich sehr müde durch die Verkühlung fühle. Aber dann war es soweit. Aufmunternde Worte von vielen Sportkollegen machten ihm dann Mut an der Veranstaltung teilzunehmen.

In seiner Altersklasse (50-54 Jahre) gingen 30 Athleten an den Start. Der Großteil kam, wie schon in den letzten Jahren, aus Großbritannien. Zu seinen stärksten Konkurrenten zählte der Engländer Wayne Aylesbury, der im letzten Jahr den zweiten Rang vor ihm bei der Europameisterschaft belegte. Er gilt als stärkster Radfahrer im Feld. Aber auch das Veranstalterland Deutschland schickte fünf Teilnehmer, die ihm das Leben schwer machen wollten.

Siedlitzki sah seine Chance, sich gleich vom Anfang an vom Feld abzusetzen. Das gelang ihm auch gleich gut. Nur zwei Engländer konnten seinen Tempo folgen, darunter auch Aylesbury. Nach den ersten zwei Laufunden à 2,5 km konnte Siedlitzki einen Vorsprung von ca. 50 Meter auf das restliche Feld herauslaufen. Diesen Vorsprung galt es auf der 20 km langen Radstrecke zu verteidigen. Ein sehr böiger, frischer Wind forderte alles von den Athleten. Bis zur Hälfte der zweimal zu fahrenden 10 km Runde kämpfte Siedlitzki im Wind und verteidigte seine Führungsposition, bis Aylesbury kurzentschlossen an ihm vorbeizog. Jetzt galt es für Siedlitzki dran zu bleiben. Das gelang ihm auch sehr gut und der Abstand zum Drittplatzierten vergrößerte sich stetig mit Fortlaufen des Rennens. In der Wechselzone betrug dann der Abstand zum Führenden ca. 200 Meter.

Auf der abschließenden 2,5 km Laufstrecke konnte Siedlitzki den Abstand schließlich noch auf 15 Sekunden verringern und lief mit Tränen in den Augen über die Ziellinie.

Siedlitzki: "In den letzten zwei Wochen wollte ich schon mehrmals meinen Start absagen, da ich mich richtig krank fühlte. Auf dem Fahrrad fehlte der gewohnten Druck aufs Pedal. Dass es jetzt doch noch zu einem Treppchenplatz reichte, macht mich überglücklich. Jetzt heißt es erstmals, dem Körper die nötige Erholung zu geben und dann Anfang Juni bei der Weltmeisterschaft noch mal alles abzurufen."





Bericht Salzkammergut Rundblick vom 17.04.2016

Vizeeuropameister Siedlitzki

Seinen nächsten Erfolg auf der Sprintdistanz (5 km Laufen-20 km Radfahren-2,5 km Laufen) konnte der Gmundner Christian Siedlitzki am vergangenen Wochenende bei der Duathlon-Europameisterschaft in Kalkar (Niederrhein) einfahren. Das war für ihn bereits die sechste Medaille in den letzten fünf Jahren.

Obwohl die Vorzeichen alles andere als gut waren. Seit vierzehn Tagen plagte ihn ein grippialer Infekt, der ein geregeltes Training nicht zuließ. Geschwächt fuhr er mit gemischten Gefühlen zur EM. Vor der Krankheit gab er sich noch sehr zuversichtlich, dass er einen Topplatz wieder erzielen könne. Keine leichte Entscheidung gab er noch kurz vorher zu, da er einerseits große Ansprüche an sich selber habe, andererseits sich sehr müde durch die Verkühlung fühle. Aber dann war es soweit. Aufmunternde Worte von vielen Sportkollegen machten ihm dann Mut an der Veranstaltung teilzunehmen.



Seinen nächsten Erfolg auf der Sprintdistanz (5 km Laufen-20 km Radfahren-2,5 km Laufen) konnte der Gmundner Christian Siedlitzki am vergangenen Wochenende bei der Duathlon-Europameisterschaft in Kalkar (Niederrhein) einfahren.

In seiner Altersklasse (50-54) gingen 30 Athleten an den Start. Der Großteil kam, wie schon in den letzten Jahren aus Großbritannien. Zu seinen stärksten Konkurrenten zählte der Engländer Wayne Aylesbury, der im letzten Jahr den zweiten Rang vor ihm bei der Europameisterschaft belegte. Er gilt als stärkster Radfahrer im Feld. Aber auch das Veranstalterland Deutschland schickte fünf Teilnehmer, die ihm das Leben schwer machen wollten.

Siedlitzki sah seine Chance sich gleich vom Anfang an vom Feld abzusetzen. Dass ihm auch gleich gut gelang. Nur zwei Engländer konnten seinen Tempo folgen, darunter auch Aylesbury. Nach den ersten zwei Laufrunden à 2,5 km konnte Siedlitzki einen Vorsprung von ca. 50 Meter auf das restliche Feld herauslaufen. Diesen Vorsprung galt es als zu verteidigen auf der 20 km langen Radstrecke. Ein sehr böiger, frischer Wind forderte alles von den Athleten. Bis zur Hälfte der zweimal zu fahrenden 10 km Runde kämpfte Siedlitzki im Wind und verteidigte seine Führungsposition, bis Aylesbury kurzentschlossen an ihm vorbeizog. Jetzt galt es für Siedlitzki dran zu bleiben. Dass gelang ihm auch sehr gut und der Abstand zum Drittplatzierten vergrößerte sich stetig mit Fortlauf des Rennens. In der Wechselzone betrug dann der Abstand zum Führenden ca. 200 Meter.

Auf der abschließenden 2,5 km Laufstrecke konnte Siedlitzki den Abstand noch auf schließlich 15 Sekunden verringern und lief mit Tränen in den Augen über die Ziellinie. Siedlitzki zur Zeitung: "In den letzten zwei Wochen wollte ich schon mehrmals meinen Start absagen, da ich mich richtig krank fühlte. Auf dem Fahrrad fehlte der gewohnten Druck aufs Pedal. Dass es jetzt doch noch zu einem Treppchenplatz reichte macht mich überglücklich. Jetzt heißt es erstmals, den Körper die nötige Erholung zu geben und dann Anfang Juni bei der Weltmeisterschaft nochmals alles abrufen."

Bilder zum Vergrößern anklicken:

Diese News an Freunde schicken:

facebook google+ twitter





Bericht Tri News vom 17.04.2016

Duathlon EM Medaillen für Österreichische Age Grouper

Stefan Leitner 17.04.2016 Letzte Aktualisierung: 17.04.2016 in Triathlon Szene Österreich



Bei den Sprint Duathlon Europameisterschaften im deutschen Kalkar gab es zwar nur zwei heimische Vertreter, beide konnten allerdings Medaillen gewinnen.



Oliver Kreindl holte in seiner Klasse M20-24 den Europameistertitel und setzte sich gegen eine starke internationale Konkurrenz mit knapp einer Minute Vorsprung durch. Kreindl feierte einen Start - Ziel Sieg und überzeugte mit Bestzeiten in allen Disziplinen.

In der Klasse M 50-54 holte der in Deutschland lebende Gmundner Christian Siedlitzki den Vizeuropameister Titel. Nach dem ersten Laufen noch in Führung liegend, musste er diese an einen britischen Mitstreiter abgeben.



Bericht Kreiszeitung vom 18.04.2016

Siedlitzki: Mit Tränen in den Augen über den Zielstrich

Armsener holt Silber für Österreich bei den Duathlon-Europameisterschaften

ARMSEN • Nächster großer Erfolg für den Armsener Christian Siedlitzki. Bei den Duathlon-Europameisterschaften in Kalkar (Niederrhein) sicherte sich der Österreicher die Silbermedaille auf der Sprintdistanz (5 Kilometer Laufen, 20 Kilometer Radfahren, 2,5 Kilometer Laufen) in seiner Altersklasse 50 bis 54 Jahre.

Eine Ausbeute, mit der Siedlitzki im Vorfeld nicht gerechnet hatte, da er aufgrund eines grippalen Infekts mit gemischten Gefühlen zur EM angereist war. „Da ich mich schon krank fühlte und nicht geregelt trainieren konnte, hatte ich sogar eine Absage meines Starts in Erwägung gezogen. Daher ist die Freude natürlich umso größer, dass es zu einem Podestplatz gereicht hat“, gab Siedlitzki zu verstehen.

In seiner Altersklasse waren 30 Athleten, von denen ein Großteil aus Großbritannien kam, am Start. Als einen der stärksten Konkurrenten hatte Siedlitzki den Engländer Wayne Alyesbury ausgemacht, der den Armsener im Vorjahr auf den dritten Platz verwiesen hatte. Aber auch die deutschen Teilnehmer waren harte Gegner für den Österreicher.

Siedlitzki sah seine größte Chance darin, sich gleich zu Beginn vom Feld abzusetzen. Entsprechend ging er dann auch die ersten fünf Kilometer an. Mit Erfolg. Nur zwei Engländer, darunter auch Mitfavorit Alyesbury, konnten sein Tempo mitgehen. Am Ende der ersten beiden Laufrunden zu je 2,5 Kilometer hatte sich Siedlitzki einen Vorsprung von rund 50 Meter auf das restliche Feld herausgearbeitet. Diesen galt es nun auf der Radstrecke zu verteidigen. Dabei machte vor allem der sehr böige und frische Wind den Athleten zu schaffen. Bis zur Hälfte der 20



Nach seinem Zieleinlauf kannte der Jubel keine Grenzen beim Armsener Christian Siedlitzki. Bei der Duathlon-Europameisterschaft gewann der gebürtige Österreicher die Silbermedaille. • Foto: privat

Kilometer kämpfte Siedlitzki im Wind und verteidigte seine Führungsposition, bis Alyesbury doch an ihm vorbeizog. Der Armsener blieb jedoch nicht nur in Reichweite zum Führenden, sondern vergrößerte zudem den Vorsprung auf den Drittplatzierten im weiteren Rennverlauf. In der Wechselzone zum abschließenden 2,5 Kilometer Lauf hatte Siedlitzki den Engländer Alyesbury zwar noch vor Augen, doch der Abstand

betrug rund 200 Meter. Auch wenn er den Abstand am Ende noch auf rund 15 Sekunden verkürzte, vermochte Siedlitzki den Führenden nicht mehr einzuholen. Das spielte für den Armsener jedoch keine große Rolle, da er auch so mit Tränen in den Augen über die Ziellinie lief und den zweiten Platz fast wie einen Sieg feierte. „Damit war wirklich nicht zu rechnen. Denn aufgrund meines Infektes fehlte mir gerade auf dem

Rad der gewohnte Druck aufs Pedal. Daher bin ich einfach nur überglücklich mit meinem Podestplatz“, ließ der gebürtige Österreicher seinen Gefühlen freien Lauf. „Jetzt gilt es dem Körper erstmal die nötige Erholung zu geben, um dann bei der Weltmeisterschaft Anfang Juni noch einmal alles abzurufen“, hat Christian Siedlitzki den nächsten sportlichen Höhepunkt schon ganz fest im Blick. • kc



Siedlitzki holt EM-Silber

Großer Erfolg für Duathleten aus Armsen

ARMSSEN ■ Nächster großer Erfolg für den Armsener Christian Siedlitzki. Bei den Duathlon-Europameisterschaften in Kalkar (Niederrhein) sicherte sich der Österreicher am Wochenende die Silbermedaille auf der Sprintdistanz (5 Kilometer Laufen, 20 Kilometer Radfahren, 2,5 Kilometer Laufen) in seiner Altersklasse 50 bis 54 Jahre. Eine Ausbeute, mit der Siedlitzki im Vorfeld nicht gerechnet hatte, da ihn eine Erkältung plagte. → Lokalsport



Holte Silber bei der Duathlon-EM: Christian Siedlitzki.



Bericht ÖTV vom 18.04.2016

Hoch und tief für unsere Athleten bei den Duathlon Europameisterschaften in Kalkar. Im Eliterennen musste die Bronzemedallengewinnerin vom Vorjahr, Sandrina Illes, nach einem Reifendefekt leider aufgeben. Oliver Kreindl (Gold) und Christian Siedlitzki (Silber) sorgten für zwei Medaillen in den Age Group Bewerben.

[zurück](#)

Sandrina Illes musste auf Grund eines Reifendefekts, in einer fünfköpfigen Spitzengruppe liegend, das Rennen nach 10 Radkilometern beenden. Sandrina fühlte sich an diesem Tag beim Laufen hervorragend und kam in der Spitzengruppe als Zweite in die Wechselzone. Am Rad arbeitete die Spitzengruppe sehr gut zusammen und konnten den Vorsprung auf die Verfolgergruppe ausbauen. Nach 10 Radkilometern kam es zu einem Bremsmanöver, wodurch der Reifen so beschädigt wurde, dass sie den Wettkampf beenden musste. Sandrina zum Vorfall „Da ich zu diesem Zeitpunkt gerade am Ende des Feldes war, musste ich so stark bremsen, dass mich mein Hinterrad schon halb überholt hat und beim Blockieren desselbigen hatte ich leider anscheinend das Pech, auf der bissl schmutzig-sandigen Strecke direkt auf einem Stein gebremst zu haben. Dank Latexschlauch war die Luft nicht sofort draußen, aber ich hab schnell gemerkt, dass etwas nicht stimmt und mein Reifen weich wird. Den 10cm langen Schnitt hab ich erst nach dem Absteigen bemerkt. Ich versuche, es positiv zu sehen - ich hab keinen Fehler gemacht, Erfahrungen gesammelt und die nächste Chance kommt dann in Form der Weltmeisterschaften in Spanien Anfang Juni!“

Gold und Silber für Age Grouper

Oliver Kreindl (TriPower Freistadt/ÖÖ) holte sich in der Klasse M 20-24 den Europameistertitel über die Sprintdistanz. Mit ausgeglichenen Teilzeiten, 1. beim ersten Laufen und jeweils 2. beim Radsplit und abschließenden Laufsplit, gewann er mit einer Minute Vorsprung den Europameistertitel in seiner Altersklasse.

In der sehr stark besetzten Klasse M 50-54 verfehlte Christian Siedlitzki (Triathlon Sportunion Gmunden/ÖÖ) die Goldmedaille nur um 33 Sekunden.

Herzliche Gratulation den beiden Medaillengewinnern.

Martin Falch (Raika Tri Telfs / T) belegte beim Parabewerb in der Klasse PT 4 den 5 Platz.

Ergebnisse der Duathlon EM





Bericht OÖ Nachrichten vom 19.04.2016

DUATHLON

Vize-EM-Titel erobert

GMUNDEN. Bei der Duathlon-Europameisterschaft im deutschen Kalkar (5 km Laufen, 20 km Rad, 2,5 km Laufen) landete der gebürtige Gmundner Christian Siedlitzki in der mit 30 Athleten stark besetzten Altersklasse der 50- bis 54-Jährigen auf Platz zwei. Der frisch gebackene Silbermedaillengewinner war von einem grippalen Infekt gehandicapt gewesen: „In den letzten zwei Wochen wollte ich schon mehrmals meinen Start absagen, da ich mich richtig krank fühlte. Dass es jetzt doch noch zu einem Treppchenplatz reichte, macht mich überglücklich.“



Bericht Weser Kurier vom 19.04.2016

Dem Wetter und der Gesundheit getrotzt

Christian Siedlitzki fährt angeschlagen zur Europameisterschaft und gewinnt dennoch Silber

VON FLORIAN CORDES

Kalkar. Das ganz große Ziel hat der Armsener Duathlet Christian Siedlitzki zwar verpasst, aber dennoch ist der Österreicher am vergangenen Wochenende überglücklich gewesen. Denn Siedlitzki gewann bei der Duathlon Europameisterschaft auf der Sprintstrecke die Silbermedaille in der Altersklasse 50 bis 54. Bei dem Wettbewerb in Kalkar (Niederrhein) mussten Siedlitzki und seine Konkurrenten zunächst fünf Kilometer laufen, anschließend ging es für 20 Kilometer aufs Fahrrad und zum Abschluss ging es noch einmal auf die Laufstrecke, die allerdings nur 2,5 Kilometer lang war.

Dabei waren die Vorzeichen alles andere als gut. „Seit 14 Tagen plagte mich ein grippaler Infekt, der ein geregeltes Training nicht zuließ“, sagte der neue Vize-Europameister. Geschwächt und mit gemischten Gefühlen sei er zur EM gekommen. Obwohl seine Gesundheit nicht mitspielen wollte, fuhr der Armsener nach Kalkar. Bereuen dürfte er die Reise nicht. Zudem hätten ihm aufmunternde Worte der sportlichen Widersacher geholfen. In Siedlitzkis Altersklasse gingen 30 Athleten an den Start. „Der Großteil kam, wie schon in den letzten Jahren, aus Großbritannien. Zu meinen stärksten Konkurrenten zählte der Engländer Wayne Alyesbury, der im letzten Jahr den zweiten Rang vor mir bei der Europameisterschaft belegte“, sagte Christian Siedlitzki.

Der Armsener sah seine Chance darin, sich gleich vom Anfang an vom Feld abzusetzen. Dieses Vorhaben gelang auch. Nur zwei Engländer folgten dem Tempo, darunter auch Alyesbury. Nach den ersten zwei Runden lief sich Siedlitzki einen Vorsprung von etwa 50 Metern auf das restliche Feld heraus. Doch dann kam das Radfahren. „Ein sehr böiger und frischer Wind forderte alles von den Athleten“, sagte Siedlitzki, der lange Zeit seine Führung verteidigte. Dann musste er Alyesbury doch passieren lassen. Der Österreicher ver-

kürzte beim zweiten Lauf seinen Rückstand zwar noch, doch er kam nicht mehr an den Briten heran, der nach 59:28 Minuten die Ziellinie überquerte. Siedlitzki hatte die Strecke nach 1:00:05 Stunden absolviert. „In den letzten zwei Wochen wollte ich schon mehrmals meinen Start absagen, da ich mich richtig krank fühlte. Auf dem Fahrrad fehlte der gewohnten Druck aufs Pedal. Dass es jetzt doch zu einem Treppchenplatz reichte, macht mich überglücklich“, strahlte Siedlitzki. Nun steht Anfang Juni die Weltmeisterschaft an.



Großer Jubel beim Zieleinlauf: Christian Siedlitzki sicherte sich in der Altersklasse 50 bis 54 den Silberrang. FOTO: FR



Schreiben OÖ Triathlonverband vom 20.04.2016

Oberösterreichischer Triathlonverband (ZVR-Zahl 419968567)
Postfach 800, 4021 Linz / Tel.: +43 664 393 15 14
praesident@ooetri.at / www.ooetri.at



Christian Siedlitzki
Armsener Dorfstraße 6
27308 Kirchlinteln

Linz, 20. April 2016

Lieber Christian!

Der OÖTRV möchte dir auf diesem Weg zur zur Silbermedaille bei der AG Duathlon Sprint EM in der Klasse M 50-54, am 16. April 2016, in Kalkar, herzlich gratulieren und wünscht dir alles Gute für die weitere Saison!

Mit freundlichen Grüßen

Kons. Helmut Kaufmann
Präsident



Bericht Bezirksrundschau vom 28.04.2016

Duathlon-EM: Siedlitzki holt sich Silbermedaille

■ GMUNDEN. Seinen nächsten Erfolg auf der Sprintdistanz konnte der Gmundner Christian Siedlitzki am vergangenen Wochenende bei der Duathlon-Europameisterschaft holen. Das war für ihn bereits die sechste Medaille in den letzten fünf Jahren. Trotz eines grippalen Infekts erkämpfte sich der Athlet in seiner Altersklasse (50 bis 54 Jahre) gegen 29 Kontrahenten den zweiten Rang. Der Großteil kam, wie schon in den letzten Jahren aus Großbritannien. Zu seinen stärksten Konkurrenten zählte der Engländer Wayne Alyesbury, der im letzten Jahr den zweiten Rang vor ihm bei der Europameisterschaft belegte. „In den letzten zwei Wochen wollte ich schon mehrmals meinen Start absagen, da ich mich richtig krank fühlte“, so Siedlitzki. „Auf dem Fahrrad fehlte der gewohnten Druck in die Pedale. Dass es



Sichtlich erleichtert querte Christian Siedlitzki die Ziellinie bei der EM.

Foto: Privat

jetzt doch noch zu einem Stockerlplatz reichte macht mich überglücklich. Jetzt heißt es erstmals, den Körper die nötige Erholung zu geben und dann Anfang Juni bei der Weltmeisterschaft nochmals alles abzurufen.“

1706805



Weyher Duathlon

Bericht Weser Kurier vom 27.04.2016

6. Weyher Duathlon wird von Wetterkapriolen überschattet /
Favoriten gaben sich dennoch keine Blöße

Eiseskälte und Hagelschauer

Von Christiane Gellert - 27.04.2016 - O. Kommando

Max Schröder brachte es kurz und knapp auf den Punkt: „Aufgeben gibt's nicht!“ Der Hamburger, einer der zahlreichen Topathleten beim 6. Weyher Duathlon und diesmal Sieger auf der Sprintdistanz, zog sein Rennen unbeeindruckt vom Eiseskälte und Hagelschauern durch. Ihm gleich taten es die Favoriten in den übrigen Wertungen, namentlich Inga Hintze (BW Lohne) als schnellste Frau auf der Sprintdistanz sowie der Oldenburger Christian Hörner und die Bleifelderin Franzl Bossow auf der Kurzdistanz. Tatsächlich gaben allerdings auch etliche Athleten – der Gesundheit zuliebe – im Landkreis Diepholz frühzeitig auf.



Der Duathlon in Weyher hat auch in diesem Jahr wieder viele Sportler begeistert – obwohl das Wetter nicht so richtig mitmachen wollte. (Foto: und Christiane Gellert, Christiane Gellert)

Das extreme Wetter war beim diesjährigen Weyher Duathlon wohl der schlimmste Gegner für alle Athleten. Kurz- und Sprintdistanzen gleichermaßen wurden auf der Radstrecke von Hagelschauern überrascht. Mit klammen Händen gelang es dann in der Wechselzone nicht einmal mehr, den Gürt vom Helm zu öffnen und mühsam brauchte es Minuten, bis beim finalen Lauf wieder ein Gefühl in den Füßen war.

Während Max Schröder also über die Sprintdistanz (Fünf Kilometer Laufen, 21 Kilometer Radfahren, 2,5 Kilometer Laufen) quasi in einer eigenen Welt unterwegs war und eine Zeit von 57:19 Minuten auf den Asphalt zauberte, war es in dieser Konkurrenz einmal mehr Christian Seditzki, der schlechteste Aktivist aus dem Landkreis Vechta war. Eine Woche, nachdem er sich den Titel des Vice-Europameisters gesichert hatte (er verlor), kam er sich der Amateure nun in 1:00:32 Stunden auf Rang vier. In seiner Altersklasse MK3 gewann er überlegen. In der Gesamtwertung verfehlte er gegen die wesentlich jüngeren Konkurrenten das Podest um exakt 30 Sekunden.

Lars Troschke auf Rang sechs

In diesem Wettbewerb trugen die Frauen zeitgleich die Bremer und Niedersächsischen Landesmeisterschaften aus. Den Titel der besten Aktivistin aus der Hansestadt sicherte sich dabei Gerd Lehne (Uhl Thierhöfen). Niedersächsische Vizemeisterinnen wurden Astrid Herzer (Tri Team Schwarme, W40) und Kathrin Kaindl (TSV Schwarme, W30). Bei den männlichen Kollegen wurde die entsprechende Titel über die Kurzdistanz (zehn Kilometer Laufen, 42 Kilometer Radfahren, fünf Kilometer Laufen) vergeben. Henrik Sindt (Uhl Thierhöfen) war in 2:05:50 Stunden schnellster Bremer, bei den Niedersachsen war Christian Hörner aus Oldenburg (1:51:47) nicht zu bezwingen. Lars Troschke vom LAV Vechta wurde Sechster der AK4 (2:15:11).

Bei den Frauen hinterließ Franzl Bossow vom TSV 1890 Bleifeld den mit Abstand besten Eindruck und setzte sich in 2:13:09 Stunden an die Spitze des Feldes. Die Morsumenerin Nadine Gernand, die das Trikot des TSV Schwarme überstreift, belegte Position fünf (2:30:26). In ihrer Altersklasse wurde sie Zweite. „Mit dem Ergebnis bin ich einigermaßen zufrieden“, sagte Gernand nach der Ziellinie. „Meine angestrebte Zeit von unter 2:30:00 Stunden habe ich leider verpasst. Das nächste Rennen kommt jedoch bestimmt und dann probiere ich es auf ein Neues.“

In Weyher wurde einmal mehr auch ein Volkeidathlon-Wettbewerb angeboten. Als älteste Aktivistin des gesamten Feldes probierte sich dort Karin Mutert vom TSV Kirchlinteln. Anders als viele andere Sportler absolvierte sie das zwischenzeitliche Radabschnitt im Sattel eines handgemachten City-Bikes mit lediglich drei Gängen. Umso respektabler war das Resultat der 71-jährigen. Als 19. des Damen-Feldes benötigte 1:44:21 Stunden, ehe sie die Ziellinie überquert hatte. Ihr Vereinskollege Willi Lutzmann war ebenfalls auf der Strecke unterwegs, er benötigte 1:22:14 Stunden und belegte Rang 33 (MK4: 4.).



Karin Mutert absolvierte die Radstrecke mit einem normalen City-Bike. (PK)



Bericht Kreiszeitung vom 28.04.2016

Christian Siedlitzki feiert den Altersklassen-Sieg

In Weyhe: Nadine Gerhard AK-Zweite

ARMSEN/MORSUM • Altersklassensieg für Christian Siedlitzki und zweiter Rang für Nadine Gerhard – mit diesen Ergebnissen endete der 6. Weyher Duathlon für die Ausdauerathleten aus dem Kreis Verden.

Nadine Gerhard aus Morsum trotzte den harten Bedingungen. Auf der Landstanz über 10km Laufen, 42km Radeln und noch einmal 5km Laufen erreichte in der Gesamtwertung der Frauen den fünften Platz. Den ersten Lauf konnte sie bei noch sonnigen, wenn auch kalten und windlastigen Bedingungen nach 44:09 Minuten beenden. Nach zügigen Wechsel ging es auf die Radstrecke, die extrem anspruchsvoll war: Die Temperaturen gingen gegen 3 Grad und die Sportler mussten sich starkem Wind, Hagelschauern sowie Gewitter aussetzen. Nach 1:23:09,8 Stunden kam Gergard zum zweiten Wechsel, den abschließenden Lauf absolvierte die in 22:18 Minuten – Gesamtzeit 2:30:52 Stunden: „Mit dem Ergebnis bin ich einigermaßen zufrieden, meine angestrebte Zeit von unter 2:30 habe ich leider verpasst. Ich freue mich aber aufs nächste Rennen.“

Eine Woche nach dem EM-Titel im Duathlon startete Christian Siedlitzki (LAV Verden) über die Sprintdistanz. Einen dicken Strich durch die Rechnung machte nur Wetter. „Großes Lob muss man den Organisatoren aussprechen, die trotz der Wetterkapriolen alles gut im Griff hatten“, meinte der Armsener. Eine Klasse für sich war der Sieger des Scheefeler Duathlons, Max Schröter vom Tri Team Hamburg. Der 20-Jährige beherrschte in Weyhe das Rennen von Anfang an. Er benötigte für die

ersten 5km starke 15:30 Minuten. Es folgten der Junior Jesse Hinrichs (1. TCO Die Bären Oldenburg) in 16:29, Matthias Strotmann (Haselünner SV) in 16:55, Nico Markgraf (TSV Anderten) in 16:58 und Siedlitzki in 16:9 Minuten.

Mit einem perfekten Wechsel aufs Rad konnte der Osterreicher seine direkten Kon-



Nadine Gerhard

urrenten überholen und ging als Dritter auf die Strecke. Mit einer beherzten Fahrt verbesserte sich Sebastian Körner (OT Bremen) mit der zweitbesten Zeit an die zweite Stelle. Kurz vor dem Wechsel zum Lauf schloss Siedlitzki auf den Dritten Hinrichs auf und konnte ihm sogar überholen. Die Ausgangslage war sehr vielversprechend, jedoch hatte das Radfahren sehr viel Kraft gekostet. Mit Bestzeit in allen drei Disziplinen siegte Schröter unangefochten in 57:19 Minuten. Zweiter wurde Körner (59:44) vor Hinrichs in 1:00:02 Stunden. Sehr erfreut zeigte sich Siedlitzki, dass er mit den jungen lange Zeit mithalten konnte und sich als Gesamtvierter und überlegener Altersklassensieger in 1:00:32 Stunden feiern ließ.



Duathlon WM

Bericht ÖÖ Nachrichten vom 23.05.2016

Gmunden: Christian Siedlitzki heiß auf die Duathlon-Weltmeisterschaft

Diesmal hoffentlich gesund und bei wärmeren Temperaturen startet der gebürtige Gmundner Christian Siedlitzki (50) für sein Heimatland bei der ITU-Duathlon-Weltmeisterschaft am 5. Juni im spanischen Avilés.

Werbung



Transporter: So sichert man die Ladung richtig

Die Gefahr von schlecht gesicherter Ladung wird oft unterschätzt.

Avilés, eine Hafenstadt im Norden Spaniens (Asturien), wird an besagtem Wochenende rund 2000 Athleten aus der ganzen Welt begrüßen dürfen. Aufgrund seines Erfolgs bei der Duathlon-Europameisterschaft Mitte April in Kalkar (Deutschland) macht sich Siedlitzki große Hoffnungen, auch diesmal ganz vorne mitmischen zu können.

Dabei hat der WM-Start für ihn große Priorität. Aufgrund seiner viralen Erkrankung ließ er den Qualifikationsbewerb für die Triathlon-EM in Österreich und den Triathlon in Hameln aus und konzentriert sich voll und ganz auf die Weltmeisterschaften.

"Ich werde wieder auf meiner Paradedistanz über 5 Kilometer Laufen, 21 Kilometer Radfahren und 2,5 Kilometer Laufen, also über die Sprintdistanz, an den Start gehen",

so der Gmundner. Erstmals ist bei diesem Bewerb das Windschattenfahren freigegeben. Der internationale Duathlon-Verband erwog diesen Schritt, da eine Kontrolle bei der aktuellen Leistungsdichte und Vielzahl von Sportlern nicht mehr möglich ist.

In Siedlitzkis Altersklasse (50-54) sind 45 Athleten aus zehn Nationen gemeldet. Ein Großteil der Starter kommt, wie schon bei der Europameisterschaft, aus Großbritannien und vom Veranstalterland Spanien. Weitere Athleten kommen aus Brasilien, den USA, Irland, Deutschland, Mexiko, Australien und Neuseeland.

Spanien war für Siedlitzki immer ein gutes Pflaster. So wurde er schon einmal (2011) Weltmeister, 2014 Vizeweltmeister und vergangenens Jahr EM-Dritter auf der Iberischen Halbinsel.



Bericht salzi.at vom 24.05.2016

Siedlitzki heiß auf die Duathlon-Weltmeisterschaft

Q&A

Last Minute La Savina

Last Minute beim Telesieger 2015 Jetzt vergleichen & günstig buchen!

24. Mai 2016

SPORT

Der gebürtige Gmundner Christian Siedlitzki startet für sein Heimatland bei der ITU Duathlon Weltmeisterschaft am 5. Juni im spanischen Avilés, einer Hafenstadt im Norden Spaniens (Asturien). Avilés empfängt an diesem Wochenende ca. 2000 Athleten aus der ganzen Welt.

Siedlitzki wird wieder auf seiner Paradedistanz über 5 km Laufen, 21 km Radfahren und 2,5 km Laufen über die Sprintdistanz an den Start gehen. Erstmals ist bei diesem Bewerb das Windschattenfahren freigegeben. Der internat. Verband erwägt diesen Schritt, da eine Kontrolle bei dieser Leistungsdichte und Vielzahl von Sportlern nicht mehr möglich ist.



Foto: privat

In Siedlitzkis Altersklasse (50-54) sind 45 Athleten aus 10 Nationen gemeldet. Zu den Mitfavoriten auf den Titel zählt der hantierende Europameister, der Engländer Wayne Aylesbury. Siedlitzki ging in Spanien schon 2011 als Weltmeister, 2014 als Vizeweltmeister und letztes Jahr als EM-Dritter hervor.

Siedlitzki zur Zeitung: "Es wird ein sehr von Taktik geprägtes Rennen werden. Eine große Frage ist, welche Altersklasse gemeinsam starten werden. In meiner Altersklasse gehöre ich sicherlich zu den Schnellsten. Aber sollten wir mit den jüngeren Athleten starten müssen, werden die ersten fünf Kilometer verdammt schnell und es entstünde sicherlich ein Loch zu meinen Mitkonkurrenten. Beim Radfahren über 21 km heißt es dann Kräfte sparen, damit man auf den letzten 2,5 km Laufen nochmals alles geben kann. Ich fühle mich gut und freue mich schon auf dieses Event. Die Tagesform wird entscheidend sein."





Bericht Kreiszeitung vom 27.05.2016

Christian Siedlitzki kann es kaum noch abwarten

Armsener startet für Österreich bei der Duathlon-WM / „Spanien ein gutes Pflaster“

ARMSEN • Nachdem der in Armen lebende Österreicher Christian Siedlitzki bei der EM in Kalmar Silber geholt hatte, will der gebürtige Österreicher Sonntag, 5. Juni, bei der ITU Duathlon Weltmeisterschaft im spanischen Avilés in der Altersklasse 50-54 über die Sprintdistanz (5 Kilometer Laufen, 21 Kilometer Radfahren, 2,5 Kilometer Laufen) wieder ganz vorne mitmischen und träumt insgeheim sogar vom Titel.

Die Zuversicht auf Seiten Siedlitzkis – sie kommt nicht von ungefähr. „Zuletzt habe ich alles der WM untergeordnet und sogar den Qualifikationswettbewerb für die Triathlon-EM in Österreich sausen lassen. Und sollte ich bis dahin gesund bleiben, rechne ich mir auch ganz gute Chancen aus. Zumal Spanien in der Vergangenheit für mich immer ein gutes Pflaster gewesen ist“, erinnert der Armsener an seinen WM-Titelgewinn 2011 sowie die Vizemeisterschaft 2014 und den dritten Platz im vergangenen Jahr bei den Europameisterschaften.

In Avilés sind 45 Athleten aus 10 Nationen in Siedlitzkis Altersklasse gemeldet. Neben vielen Spaniern kommt ein Großteil der Starter aus Großbritannien. Darunter auch der Engländer Wayne Aylesbury, der sich im April bei den Europameisterschaften in Kalmar vor Siedlitzki die Krone aufgesetzt hat. „Natürlich ist Aylesbury einer der Mitfavoriten auf den Titel. Letztlich wird aber vermutlich die Tagesform den Ausschlag geben“, ist der gebürtige Österreicher überzeugt.

Gespannt ist Siedlitzki, wie sich eine Änderung im Regelwerk auf den Wettkampf auswirken wird. Denn erstmals



Christian Siedlitzki ist bestens vorbereitet und träumt insgeheim vom WM-Titel für Österreich.

ist bei dieser WM das Windschattenfahren freigegeben, da laut dem internationalen Verband bei der enormen Leistungsdichte und der Vielzahl an Sportlern eine Kontrolle nicht mehr möglich ist. Daher rechnet der Armsener auch mit einem sehr von Takt geprägten Rennen. „Fraglich ist, welche Altersklassen

gemeinsam starten. In meiner Altersklasse gehöre ich sicherlich zu den Schnellsten. Aber sollten wir mit den jüngeren Athleten zusammen starten müssen, werden die ersten fünf Kilometer verdammt schnell und es könnte ein Loch zu meinen Mitkonkurrenten entstehen. Beim Radfahren heißt es dann Kräfte

sparen, um dann auf den abschließenden 2,5 Kilometern noch einmal richtig Gas geben zu können“, strotzt Siedlitzki jedoch vor Selbstbewusstsein. „Ich bin bestens vorbereitet und fühle mich gut. Daher freue ich mich auch schon auf den Wettkampf und werde ihn genießen.“ • kc



Bericht Salzkammergut Rundblick vom 28.05.2016

Siedlitzki heiß auf die Duathlon-Weltmeisterschaft

28.05.2016

Diesmal hoffentlich gesund und bei wärmeren Temperaturen startet der gebürtige Gmundner Christian Siedlitzki für sein Heimatland bei der ITU Duathlon Weltmeisterschaft am 5. Juni im spanischen Avilés.

Avilés eine Hafenstadt im Norden Spaniens(Asturien) wird an diesem Wochenende ca. 2000 Athleten aus der ganzen Welt begrüßen dürfen.

Aufgrund seines Erfolgs bei der Duathlon Europameisterschaft Mitte April in Kalkar(Deutschland) macht er sich große Hoffnungen auch diesmal ganz vorne mitmischen zu können.



duathlon_em_2016_04_16

Dabei hat der WM-Start für ihm große Priorität. Aufgrund seiner viralen Erkrankung lies er den Qualifikationsbewerb für die Triathlon EM in Österreich und den Triathlon in Hameln aus und konzentriert sich voll und ganz auf die Weltmeisterschaften. Er wird wieder auf seiner Paradedistanz über 5 km Laufen, 21 km Radfahren und 2,5 km Laufen über die Sprintdistanz an den Start gehen. Erstmals ist bei diesem Bewerb das Windschattenfahren freigegeben. Der internat. Verband erwägt diesen Schritt, da eine Kontrolle bei dieser Leistungsdichte und Vielzahl von Sportlern nicht mehr möglich ist.

In seiner Altersklasse(50-54) sind 45 Athleten aus 10 Nationen gemeldet. Ein Großteil der Starter kommt, wie schon bei der Europameisterschaft aus Großbritannien und vom Veranstalterland Spanien. Weitere Starter kommen aus Brasilien, USA, Irland, Deutschland, Mexiko, Australien und Neuseeland. Spanien war für Siedlitzki immer schon ein gutes Pflaster. So wurde er schon einmal 2011 Weltmeister und 2014 Vizeweltmeister und letztes Jahr EM-Dritter auf der Iberischen Halbinsel.

Siedlitzki zur Zeitung: "Es wird ein sehr von Taktik geprägtes Rennen werden. Eine große Frage ist, welche Altersklasse gemeinsam starten werden. In meiner Altersklasse gehöre ich sicherlich zu den Schnellsten. Aber sollten wir mit den jüngeren Athleten starten müssen, werden die ersten fünf Kilometer verdammt schnell und es entstünde sicherlich ein Loch zu meinen Mitkonkurrenten. Beim Radfahren über 21 km heißt es dann Kräfte sparen, damit man auf den letzten 2,5 km Laufen nochmals alles geben kann. Ich fühle mich gut und freue mich schon auf dieses Event. Die Tagesform wird entscheidend sein." Zu den Mitfavoriten auf den Titel zählt der hantierende Europameister, der Engländer Wayne Aylesbury.



Bericht tips.at vom 01.06.2016



Christian Siedlitzki startet am 5. Juni bei der Duathlon-EM in Spanien.

DUATHLON EM-bereit

GMUNDEN. Der gebürtige Gmundner Christian Siedlitzki tritt bei der ITU Duathlon Weltmeisterschaft am 5. Juni im spanischen Avilés an. Aufgrund seines Erfolgs bei der Duathlon-EM Mitte April in Kalkar (Deutschland) macht sich der in Bremen lebende Athlet große Hoffnungen auf der Sprintdistanz (5 km Laufen, 21 km Radfahren und 2,5 km Laufen), vorne mitmischen zu können. In seiner Altersklasse (50 bis 54 Jahre) sind 45 Athleten aus zehn Nationen gemeldet. ■



Bericht Weser Kurier vom 02.06.2016

Der Höhepunkt der Saison

Christian Siedlitzki vor WM-Start

VON FLORIAN CORDES

Armsen. Auf den in Armsen lebenden Österreicher Christian Siedlitzki wartet am kommenden Sonntag der Höhepunkt der Duathlon-Saison. Denn er nimmt im spanischen Avilés an der Weltmeisterschaft teil. In der Hafenstadt werden rund 2000 Duathleten aus der ganzen Welt in verschiedenen Altersklassen an den Start gehen.

„Aufgrund meines Erfolgs bei der Duathlon-Europameisterschaft Mitte April in Kalmar mache ich mir schon große Hoffnungen, auch dieses Mal ganz vorne mitmachen zu können“, sagte Siedlitzki. Bei der EM gewann der Österreicher die Silbermedaille in der Altersklasse 50 bis 54.

Der Armsener geht in Spanien auf seiner Paradedistanz über fünf Kilometer Laufen, 21 Kilometer Radfahren und nochmals 2,5



Duathlet Christian Siedlitzki. FOTO: FR

Kilometer Laufen an den Start. „Erstmals ist bei diesem Wettbewerb das Windschattenfahren freigegeben. Der internationale Verband geht diesen Schritt, da eine Kontrolle bei dieser Leistungsdichte und Vielzahl von Sportlern nicht mehr möglich ist“, erklärte der Vize-Europameister.

In seiner Altersklasse sind 45 Athleten gemeldet. Ein Großteil der Starter kommt – wie schon bei der Europameisterschaft – aus Großbritannien und Spanien. Weitere Duathleten reisen aus Brasilien, den USA, Irland, Deutschland, Mexiko, Australien und Neuseeland an.

Siedlitzki macht sich große Hoffnungen, vorne dabei zu sein. Und das nicht nur wegen seiner aktuellen Form. „Spanien war für mich immer schon ein gutes Pflaster. Ich wurde dort 2011 schon ein Mal Weltmeister, 2014 Vize-Weltmeister und im vergangenen Jahr EM-Dritter“, sagte der Sportler. „Es wird am Sonntag ein sehr von der Taktik geprägtes Rennen werden. Eine große Frage ist, welche Altersklassen gemeinsam starten werden. In meiner Altersklasse gehöre ich sicherlich zu den Schnellsten. Aber sollten wir mit den jüngeren Athleten starten müssen, werden die ersten fünf Kilometer sicherlich verdammt schnell.“



Bericht Bezirksrundschau vom 06.06.2016

06.06.2016, 15:01 Uhr

Siedlitzki wird vierter bei Duathlon-WM



Christian Siedlitzki holte – trotz gesundheitlicher Schwierigkeiten – den vierten Rang bei der Duathlon-WM in Spanien. (Foto: Foto: Privat)

AVILES, GMUNDEN. Aviles, im Norden Spanien gelegen, war dieses Jahr der Austragungsort der Duathlon WM. Trotz seiner gesundheitlichen Probleme war der Gmundner Christian Siedlitzki ebenfalls am Start. Insgesamt 7,5 Kilometer mussten Kilometer mussten dabei laufend und 20 Kilometer per Fahrrad zurückgelegt werden. Lange im absoluten Spitzenfeld platziert, reichte es am Ende "nur" für Blech. "Sicherlich bin ich enttäuscht, da ich weiß, wie ich laufen kann. Aber mein Körper ließ nicht mehr zu", zeigte sich Siedlitzki selbstkritisch.



Bericht Kreiszeitung vom 06.06.2016

WM: Siedlitzki büßt Medaille beim Laufen ein

Armsener Duathlet Vierter in Spanien

ARMSEN • Zu einer Medaille reichte es diesmal nicht: Christian Siedlitzki belegte am Sonntag bei der Duathlon-WM im spanischen Aviles Platz vier. „Aufgrund meiner gesundheitlichen Probleme in den Vorwochen muss ich mit dem Ergebnis zufrieden sein“, resümierte der Ausdauerathlet aus Armsen.

Zur Auswahl stand die Sprint- bzw. Kurzstrecke. Die Sprintdistanz ging über 5 km Laufen, 20 km Radfahren und abschließend nochmals 2,5 km Laufen. Auf der Kurzstrecke mussten die Strecken zweimal bewältigt werden. Neu war, dass auf der Sprintdistanz das Windschattenfahren freigegeben wurde. Grund ist, dass eine Kontrolle bei 700 Startern nicht mehr möglich ist.

Nach den ersten 5 km Laufen führte mit einem Vorsprung von 15 Metern ein Starter aus England, gefolgt von vier Athleten aus Spanien. Dahinter lagen der am-

tierende Europameister Wayne Alyesbury aus Großbritannien und Siedlitzki.

Auf der Radstrecke führten schon nach kurzer Zeit Siedlitzki und Alyesbury. Es wurde sehr taktiert. Und so kam es, wie es kommen musste. Kurz vorm Wechsel zum Laufen konnten zwei Spanier aufschließen. Siedlitzki ging als Zweiter auf die Laufstrecke. Schon auf den ersten Metern merkte er, dass er nicht wie gewohnt seine Laufstärke ausspielen konnte. Und schon nach kurzer Zeit zog Alyesbury vorbei. Kraftlos musste der Österreicher auch noch einen Spanier vorbei ziehen lassen. Es siegte Alyesbury vor den Iberern Juan Luis Maiza-Begiristain und Jesus Ursinio Reho-Cadahia.

Siedlitzki: „Sicherlich bin ich enttäuscht, da ich weiß, wie ich laufen kann. Aber mein Körper ließ nicht mehr zu. Andererseits muss man auch mal mit Rang vier bei 45 Startern, zufrieden sein.“



Knapp an einer Medaille vorbei: Christian Siedlitzki aus Armsen wurde bei der Duathlon-WM in Spanien Vierter.



Bericht salzi vom 06.06.2016



Gmundner Siedlitzki wird 4. bei der Duathlon WM in Spanien

1,55% - 3 Monate Festgeld

1,55% Zinsen p.a. + bis 25€ Bonus. Noch bis 13.06. Zinsgarantie ab 1€

6. JUNI 2016

SPORT

Aviles (Spanien) war dieses Jahr der Austragungsort der Duathlon WM. Zur Auswahl standen die Sprint- bzw. Kurzstrecke. Die Sprintstrecke ging über 5 km Laufen, 20 km Radfahren und abschließend nochmals 2,5 km Laufen. Auf der Kurzstrecke mussten die Strecken zweimal bewältigt werden.

Neu war, dass erstmalig auf der Sprintstrecke das Windschattenfahren freigegeben wurde. Grund ist, dass eine Kontrolle bei 700 Startern nicht mehr möglich ist.

Nach den ersten 5 Kilometern (Laufen) führte ein Starter aus England, gefolgt von vier Athleten aus Spanien. Es folgten der amtierende Europameister Alyesbury und Siedlitzki (Ö).

Auf der Radstrecke wurden die Karten neu gemischt und schon nach kurzer Zeit führten Siedlitzki und Alyesbury das Feld an. Es wurde sehr taktiert, keiner wollte das Tempo machen, so konnte sich auch keiner vom Feld absetzen. Kurz vor dem Wechsel zur nächsten Disziplin (Laufen) konnten zwei Spanier aufschließen. Siedlitzki ging als Zweiter auf die Laufstrecke.

In der letzten Disziplin (2,5 km Lauf) fiel Siedlitzki zurück. Alyesbury und ein spanischer Mitstreiter zogen vorbei. Mit fünf Metern Abstand reichte es diesmal nur zum undankbaren vierten Platz.

„Sicherlich bin ich enttäuscht, da ich weiß, wie ich laufen kann. Aber mein Körper ließ nicht mehr zu. Andererseits muss man auch mal mit einem 4. Platz bei 45 Startern zufrieden sein.“ so Siedlitzki. (Fotos: privat)

Bericht Salzkammergut Rundblick vom 06.06.2016

Christian Siedlitzki bei der Duathlon WM

06.06.2016

Ob ich mich freuen kann oder enttäuscht bin, kann und will ich nicht sagen. Dieses Mal reichte es nur zum 4. Platz.

Aufgrund meiner gesundheitlichen Probleme in den letzten Wochen muss ich aber mit dem Ergebnis zufrieden sein. Aviles, im Norden Spanien gelegen, war dieses Jahr der Austragungsort der Duathlon WM. Zur Auswahl stand die Sprint- bzw. Kurzdistanz. Die Sprintdistanz ging über 5 km Laufen, 20 km Radfahren und abschliessend nochmals 2,5 km Laufen. Auf der Kurzdistanz mussten die Strecken zweimal bewältigt werden.



Christian Siedlitzki bei der Duathlon WM

Neu war das erstmalig auf der Sprintdistanz das Windschattenfahren freigegeben wurde. Grund ist, dass eine Kontrolle bei 700 Startern(dieses Jahr) nicht mehr möglich ist. Nach den ersten 5 km Laufen führte mit einem Vorsprung von 15 Metern ein Starter aus England, gefolgt von vier Athleten aus Spanien. Es folgten der amtierende Europameister W. Alyesbury und Chr. Siedlitzki.

Auf der Radstrecke wurden die Karten neu gemischt und schon nach kurzer Zeit führte Siedlitzki und Alyesbury das Feld an. Es wurde sehr taktiert und keiner wollte das Tempo machen. So konnte sich auch keiner vom Feld absetzen. Und so kam es wie es kommen musste. Kurz vor dem Wechsel zum Laufen konnten zwei Spanier aufschließen. Siedlitzki ging als Zweiter auf die Laufstrecke.

Schon auf den ersten Metern merkte er, dass er nicht wie gewohnt seine Laufstärke ausspielen konnte. Und schon nach kurzer Zeit zog Alyesbury an ihm vorbei. Kraftlos musste er auch noch einen span. Athleten vorbei ziehen lassen. Trotz großer Mühe versuchte er noch dran zu bleiben. Aber ohne Erfolg. Mit fünf Meter Abstand reichte es diesmal nur zum undankbaren vierten Platz.

Sicherlich bin ich enttäuscht, da ich weiß, wie ich laufen kann. Aber mein Körper ließ nicht mehr zu. Andererseits muss man auch mal mit einem 4. Platz, bei 45 Startern, zufrieden sein.



Bericht Weser Kurier vom 06.06.2016

Siedlitzki wird Vierter bei WM

Armsener Duathlet nicht in Topform



Christian Siedlitzki gab alles, doch dieses Mal reichte es nicht zu einer Medaille. FOTO: FR

VON MALTE BÜRGER

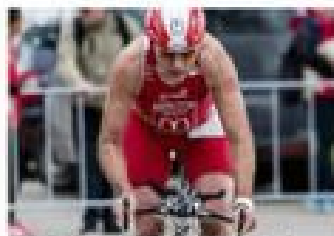
Aviles. Christian Siedlitzki war sich ziemlich unsicher. „Ob ich mich freuen kann oder enttäuscht bin, kann und will ich nicht sagen“, erklärte der Ausdauersportler aus Arnsen. Der Grund für seine unausgewogene Gefühlslage war Platz vier bei den Duathlon-Weltmeisterschaften im nordspanischen Aviles. „Aufgrund meiner gesundheitlichen Probleme in den letzten Wochen muss ich aber wohl mit dem Ergebnis zufrieden sein.“

Der gebürtige Österreicher startete im Süden Europas für sein Heimatland über die Sprintdistanz, bei der er zunächst fünf Kilometer laufen musste, ehe es für 20 Kilometer auf das Fahrrad ging. Zum Abschluss folgte eine weitere 2,5-Kilometer-Einheit auf zwei Beinen. „Neu war, dass erstmals auf der Sprintdistanz das Windschattenfahren freigegeben wurde“, sagte Siedlitzki. „Der Grund dafür ist, dass eine Kontrolle bei 700 Startern nicht mehr möglich ist.“ Nach den ersten Laufkilometern führte mit Alan Johnson ein Brit, der im weiteren Verlauf jedoch immer mehr Boden einbüßte. Die Verfolgung hatten sechs Akteure aufgenommen, darunter mit Wayne Aylesbury der Titelverteidiger aus England und Christian Siedlitzki. „Auf der Radstrecke wurden die Karten neu gemischt und schon nach kurzer Zeit führten Wayne und ich das Feld an“, schilderte er. „Es wurde sehr viel taktiert, keiner wollte das Tempo machen. So konnte sich auch keiner vom Feld absetzen.“

Aus diesem Grund schlossen bis zum zweiten Wechsel zwei spanische Kontrahenten auf, Siedlitzki ging als Zweiter in die finale Lauteinheit. „Schon auf den ersten Metern habe ich gemerkt, dass ich nicht wie gewohnt meine Laufstärke ausspielen konnte“, sagte der Österreicher, der überholt wurde und schließlich mit knapp fünf Metern Rückstand als Vierter das Rennen beendete. „Sicherlich bin ich enttäuscht, da ich weiß, wie ich laufen kann. Aber mein Körper ließ nicht mehr zu“, sagte Siedlitzki.



Bericht Bezirksrundschau vom 07.06.2016



Christian Siedlitzki holte den vierten Rang bei der Duathlon-WM in Spanien. Foto: Privat

Siedlitzki stark bei Duathlon-WM

■ AVILES, GMUNDEN. Aviles, im Norden Spaniens gelegen, war dieses Jahr der Austragungsort der Duathlon WM. Trotz gesundheitlicher Defizite war der Gmundner Christian Siedlitzki ebenfalls am Start. Insgesamt 7,5 Kilometer mussten dabei laufend und 20 Kilometer per Fahrrad zurückgelegt werden. Lange im absoluten Spitzenfeld platziert, reichte es am Ende „nur“ für Blech. „Sicherlich bin ich enttäuscht, da ich weiß, was ich kann. Aber mein Körper ließ nicht mehr zu“, so Siedlitzki. (1/16/16)



Müdener Volkstriathlon

Bericht Kreiszeitung vom 06.07.2016

„Austro-Triathlet“ wieder fit

Siedlitzki meldet sich zurück

05.07.16



Christian Siedlitzki

Armsen – Nach langen Wochen der Erschöpfung und Krankheit meldete sich jetzt der „Austro-Triathlet“ Christian Siedlitzki eindrucksvoll zurück. Bei seinem ersten Triathlonstart in dieser Saison belegte er gleich der dritten Gesamtangabe und siegte in seiner Altersklasse beim 28. Müdener Volkstriathlon.

Die zu absolvierenden Distanzen waren 450 Meter Schwimmen im 21 Grad warmen Heldeesee, 23 Kilometer Radfahren und 4 Kilometer Laufen. Sieger wurde Timo Kuhlmann (53.18 Minuten) vor Steve Kehl in 55.57 Minuten (beide Hannover 96) vor Siedlitzki in 56.11 Minuten. Außerdem belegten der Arnsener mit seinem neuen Verein, den LAV Verden, den dritten Gesamtangabe in der Mannschaftswertung.



Überrascht war Siedlitzki schon beim Schwimmen, dass er so weit vorne aus dem Wasser kam. Seit dem Winter wird er von einer Schwimmtrainerin betreut, die ihm viel in Sachen Technik beigebracht hat. „Selbst schwimme ich mit weniger Kraft und komme erholt aus dem Wasser. Da habe ich in den letzten 30 Jahren doch einiges falsch gemacht“, so der Arnsener.

Auf der Radstrecke ging es dann voll zur Sache. Kuhlmann ging sofort an die Spitze, keiner der Mitkonkurrenten konnte das Tempo mitgehen. Dahinter bildete sich eine Vierergruppe. Siedlitzki folgte die Gruppe den Großteil des Rennens an. Aufgrund der langen Trainingspause fehlte ihm aber noch die Spritzigkeit.

Mit Krämpfen in beiden Waden ging es dann auf die Laufstrecke. „Wenn ich nicht wüsste, dass die Krämpfe nach einem Kilometer immer bei mir abklingen, wäre ich stehen geblieben. Aber so konnte ich meinen hervorragenden dritten Gesamtangabe ins Ziel retten“, war der Österreicher mehr als zufrieden mit seiner Platzierung.



Bericht Weser Kurier vom 07.07.2016

Die Triathleten Christian Siedlitzki und Joachim Strobach sind nach Gesundheitsproblemen zurück

Rückkehr der Routiniers

Von Florian Cordes - 06.07.2016 - 0 Kommentare

Müden. Die beiden kreisverordneten Triathleten Christian Siedlitzki und Joachim Strobach hatten zuletzt eine Gemeinsamkeit. Beide plagten sich mit Verletzungen oder Erkrankungen herum. Doch nun haben sie die Gesundheitsprobleme so gut wie überstanden, sodass die beiden Routiniers wieder ins Wettkampfgeschehen eingriffen. Siedlitzki und Strobach nahmen am 28. Müdener Volkstriathlon teil. Sie stellten unter Beweis, dass sie von ihrem Können nichts eingebüßt haben.



Die Athleten Fred Magalowski, Marco Schlotter und Joachim Strobach (v. l.) gingen in Müden erstmals als Staffel an den Start. Sie gaben sich den Namen „Aller Express“. (PK) Vereinskameraden Marcus Nauber (1:03:10std) und Markus Menke (1:13:34std) landeten auf den Rängen 18 und 70.

Der in Arnsen lebende Österreicher Christian Siedlitzki setzte sich nach Wochen der Erschöpfung und Krankheiten auf Anhieb in seiner Altersklasse durch und belegte in der Gesamtwertung den dritten Rang. Außerdem holte er in der Mannschaftswertung mit dem LAV Verden den dritten Platz. In Müden mussten die Athleten die Distanzen von 450 Meter Schwimmen, 23 Kilometer Radfahren und vier Kilometer Laufen absolvieren. Den Triathlon gewann Timo Kuhlmann (53:18 Minuten). Christian Siedlitzki kam nach 56:11 Minuten im Ziel an. Seine

Besonders auf der Radstrecke sei es voll zur Sache gegangen, berichtete Christian Siedlitzki: „Kuhlmann, der sich zurzeit in blendender Form befindet, ging sofort an die Spitze und keiner der Mitkonkurrenten konnte das Tempo mitgehen.“ Aufgrund der langen Trainingspause fehlte Siedlitzki noch die Spritzigkeit. Mit Krämpfen in den Waden ging es dann auf die Laufstrecke. „Wenn ich nicht wüsste, dass die Krämpfe nach einem Kilometer weg sind, wäre ich stehen geblieben. Aber so konnte ich meinen dritten Gesamtrang ins Ziel retten und bin überglücklich über meine Platzierung.“

Bereits seit Oktober des vergangenen Jahres dauerte die Wettkampfpause von Joachim Strobach. Demals hatte er sich am Knie verletzt. Die Diagnose: eine fortgeschrittene Arthrose. Daher erhielt der 58-jährige Triathlet vom Arzt ein Lauferbot. „Im Moment ist es so, dass ich überhaupt nicht sagen kann, ob es noch mal klappt mit dem Laufen“, sagte Strobach. Ein Schwimmverbot hat er dagegen nicht. Daher tat er sich jetzt mit zwei anderen Sportlern zusammen und ging in Müden in der Triathlon-Staffel an den Start. Joachim Strobach übernahm die Rolle des Schwimmers. Aufs Fahrrad stieg der Verdener Marco Schlotter. „Er war in seiner Jugendzeit Kaderfahrer in der ehemaligen DDR. Heute fährt er immer noch sehr gute Zeiten und war in diesem Jahr beim Velodrom in Hamburg unter den ersten 20 Radfahrern“, sagte Strobach. Auf der Laufstrecke startete für die Staffel der Verdener Fred Magalowski. Unter dem Namen „Aller Express“ ging das Trio in Müden an den Start.

Joachim Strobach legte in seiner Teildisziplin einen guten Start hin und war im Feld gleich vorne dabei. „Ich habe gleich Volles gegeben. So hatte ich freie Bahn und musste mich nicht im Pulkrumschlagen.“ Nach 6:04 Minuten stieg er aus dem Wasser, als Dritter des gesamten Feldes. Auch Schlotter zeigte eine gute Leistung. Als er im Ziel ankam lag der „Aller Express“ in der Staffelfwertung auf Rang zwei. Nun lag es an Fred Magalowski, den Rückstand noch aufzuholen. „Er rannte auch gleich gut los“, sagte Strobach. „Aber er konnte das Loch zum Führenden nicht mehr schließen.“

Hinter der Staffel aus Westercelle landete das Verdener Trio auf dem zweiten Platz. Die Uhr stoppte für den „Aller Express“ bei 54:52 Minuten. Beim Triathlon in Münster wollen Strobach und Co. erneut gemeinsam starten.



Thülsfelder Talsperre Triathlon

Bericht Kreiszeitung vom 09.08.2016

Podestplatz für Siedlitzki

Armsener auf Platz drei beim Thülsfelder Triathlon / Beste Zeit auf dem Rad

ARMSEN • Auch wenn Christian Siedlitzki im Juli eine längere Wettkampfpause eingelegt hatte, präsentierte sich der Armsener im Trikot der LAV Verden beim 19. Thülsfelder Triathlon über die Kurzdistanz (500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren, 5 Kilometer Laufen) in prächtiger Form. Mit seiner Zeit von 1:01,03 Stunden belegte der gebürtige Österreicher den dritten Platz in der Gesamtwertung und gewann überlegen seine Altersklasse M50.

Im Training hat Siedlitzki zuletzt sehr an einer Schwimmtechnik gearbeitet. Das zeigte sich dann auch im Wettkampf, denn der Armsener fand sich sofort in der Spitzengruppe wieder. Am Ende stieg Siedlitzki nach 10:54 Minuten als Dritter aus dem Wasser. „Ich hatte etwas Pech mit meiner Schwimmbrille. Da sie nicht ganz dicht war, hat sie meine Orientierung mitunter doch sehr beeinträchtigt“, wäre für Siedlitzki sonst noch eine etwas schnellere Zeit möglich gewesen. An der Spitze rangierte der 18-jährige Jesse Hinrichs (Bären Oldenburg) nach 8:56 Minuten vor Nicholas Lembcke (LC Nordhorn/9:43).

Auf dem Rad spielte Siedlitzki dann seine ganze Stärke aus. Der Armsener vermochte sich in der Gesamtwertung zwar nicht zu verbessern, doch er schaffte auf der Wendepunktstrecke die beste Radzeit. Auf den abschließenden fünf Kilometern entlang der Talsperre gab der Armsener noch einmal „Hackengas“, doch auch das reichte nicht, um den Ab-



Beim abschließenden Lauf legte sich Christian Siedlitzki zwar noch einmal mächtig ins Zeug, doch der Abstand zu den beiden Erstplatzierten war einfach zu groß für den Triathleten des LAV Verden.

stand zum Zweitplatzierten zu verringern. Am Ende gewann der favorisierte Hinrichs nach 59:23 Minuten in überlegener Manier vor

Lembcke (1:00:32) und Siedlitzki (1:01:03). In seiner Altersklasse hatte der Armsener acht Minuten Vorsprung auf den Zweitplatzierten.

Als nächstes startet Siedlitzki beim Gewoba Triathlon in Bremen und will auch dort ein Wörtchen um die Podestplätze mitreden. • kc



Verdener Aller-Zeitung

Kreiszeitung für den Landkreis Verden

Heute mit
TV-Beilage

5 • 1,40 €

www.kreiszeitung.de

Dienstag, 9. August 2016

LOKALES

Siedlitzki auf dem Podest

Armsener wird Dritter bei Thülsfelder Triathlon

ARMSER • Auch wenn Christian Siedlitzki im Juli eine längere Wettkampfpause eingelegt hatte, präsentierte sich der Armsener im Trikot der LAV Verden beim 19. Thülsfelder Triathlon über die Kurzstrecke (500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren, 5 Kilometer Laufen) in prächtiger Form. Mit seiner Zeit von 1:01,03 Stunden belegte der gebürtige Österreicher den dritten Gesamt-Platz und gewann überlegen die M50. → Lokalsport



Gesamtdritter und Altersklassen-Sieger: Christian Siedlitzki.



Bericht Weser Kurier vom 10.08.2016

Siedlitzki erreicht Platz drei

Triathlet nach Pause in guter Form



Christian Siedlitzki hat nach seiner Pause überzeugt. FOTO: FR

VON FLORIAN CORDES

Thülsfeld. Der Armsener Ausdauersportler Christian Siedlitzki (LAV Verden) hatte zuletzt eine längere Wettkampfpause eingelegt. Doch vor Kurzem beendete er diese und ging beim 19. Thülsfelder Triathlon an den Start. „Erstmal war dort die Kurzdisziplin schon Tage vor der Veranstaltung ausgebuht“, sagte Siedlitzki. Bei einer Wassertemperatur von 20 Grad wurde pünktlich das Schwimmen über 500 Meter gestartet. Der Österreicher Siedlitzki, der sich laut eigener Aussage derzeit beim Schwimmen sehr wohl fühle und viel an seiner Technik gefeilt habe, war auf Anhieb ein Teil der Spitzengruppe.

In einer Topform präsentierte sich auch der 18-jährige Jesse Hinrichs (Bären Oldenburg). Der junge Mann von der Hunte setzte sich vom restlichen Feld ab. Nach dem Schwimmen führte er mit 8:56 Minuten vor Nicholas Lembcke (LC Nordhorn, 9:43min). An dritter Stelle lag zu diesem Zeitpunkt Christian Siedlitzki. „Leider hatte ich Pech mit meiner Schwimmbrille, die nicht ganz dicht war und meine Orientierung sehr beeinträchtigte.“ Im zweiten Abschnitt des Rennens ging es für 20 Kilometer auf das Fahrrad. Siedlitzki fuhr unter allen Teilnehmern die beste Zeit. So gelang es ihm, den Abstand zu den Führenden zu verringern.

„Ich habe jedoch keinen Platz gut gemacht. Aber auch ein zwischenzeitlicher dritter Rang konnte sich sehen lassen“, sagte der Österreicher. Auf der abschließenden fünf Kilometer langen Laufstrecke entlang der Thülsfelder Talsperre versuchte er alles, um den Zweiten einzuholen – allerdings vergeblich. Überlegener Sieger wurde Jesse Hinrichs (59:23min) vor Nicholas Lembcke (1:00:32std). Siedlitzki kam nach 1:01:03 Stunden im Ziel an. Damit holte er sich nicht nur Platz drei in der Gesamtwertung, sondern auch den Sieg in seiner Altersklasse – und zwar mit acht Minuten Vorsprung. Nun will Siedlitzki beim Gewoba-Triathlon in Bremen starten.



City Triathlon Bremen

Bericht Weser Kurier vom 15.08.2016



Die Räder sind abgelegt. Unter dem Hübel der Zuschauer geht es für die Teilnehmer des Volkstriathlons jetzt in Richtung Schlachte. Nach der Spitze kommen auch größere Personengruppen, insgesamt etwa 500 Teilnehmer. • Foto: Kowalewski

Fanrufe von der Hafenkaje

1 100 Sportler beim City-Triathlon / 12 000 Zuschauer immer nah dran

Von Martin Kowalewski

BREMEN • Diesmal gab es eine Medaille für alle, die ins Ziel kamen, denn der City-Triathlon ist fünf Jahre alt geworden. Dazu gab es einen Rekord mit 1 100 Startern. Bei typisch-bremischem Wetter, trocken, aber mit ein paar Regentropfen, feierten gestern etwa 12 000 Zuschauer mit den Sportlern mit.

Es ist voll am Anleger des alten Schulschiffs „Alexander von Humboldt“. Etwa 500 Starter drängen zum Volkstriathlon, so viele, dass der Start in zwei Gruppen erfolgen muss. Erst kommen die gelben Badelappen, dann die roten. Erst ins Wasser, zur Startlinie schwimmen und etwas später kommt der Startschuss.

Das Wasser ist definitiv kälter als 22 Grad, denn es wurde kein Verbot für Neoprenanzüge ausgesprochen. „Lis-

gentlich soll Neopren gegen zu kaltes Wasser schützen. Die Sportler mögen es aber auch, weil es ein bisschen Auftrieb gibt“, sagt Organisator Jan Brining.

Es ist schon eine ordentliche Runde zu schwimmen, 500 Meter entlang der Markierungsböhlen. Bereits bei der ersten der drei Disziplinen setzt sich eine Spitzengruppe ab. Schnell die Treppe raus aus dem Wasser, den Anleger hochlaufen, Schuhe anziehen und auf den Sattel. Die Zuschauer sehen alles, denn der Blick in die sogenannte Wechselzone ist frei. Das Geschehen ist spannend. Denn wer schnell wechselt, spart Zeit.

Zwei Runden auf dem Rad durch die Überseestadt folgen, insgesamt zehn Kilometer. Die Abstände vergrößern sich weiter. Nach der zweiten Runde führt der Weg für die Sportler wieder an den Anle-

ger. Jetzt schnell den Stammplatz finden. Da muss das Kad wieder abgestellt werden. Die Zuschauer stehen an der alten Hafenkaje in der Überseestadt einige Meter höher, jubeln und spornen die Teilnehmer an. Schube werden gewechselt. Weiter geht es, laufend einmal die Schlachte entlang und zurück, fünf Kilometer und das ersehnte Ziel ist erreicht.

Neben dem Volkstriathlon findet auch ein Staffelt-Triathlon mit denselben Strecken statt. Anders der Olympische Triathlon: Hier sind 1,5 Kilometer zu schwimmen, 20 Kilometer auf dem Rad zu bewältigen und zehn Kilometer laufen. Gleiche Distanzen bewältigen die Teilnehmer des Triathlon Regional-Liga Nord sowie bei der Meisterschaft der Feuerwehr und der Landesmeisterschaft Bremen.

Der Volkstriathlon ist durchaus schnell. In 1:01:37

bewältigt Christian Siedlitzki die Strecke und holt den ersten Platz bei den Herren. Die Nummer Eins der Frauen ist Carolin Schiff mit 1:07:49. Zum Vergleich: Der Sieger des Olympischen Triathlons, Lukas Bosmans, braucht 2:00:51 und holt den ersten Platz über die natürlich weitest- aus längere Strecke. Stefani Blöme, die schnellste Frau, braucht 2:24:36.

Die Regional-Liga-Nord gewannen Julian Fritzsche mit 1:55:48 und Rebekka Neundörfer mit 2:15:30. Die Meisterschaft der Feuerwehr entschieden Lukas Krämer (0:55:58) und Christina Grabowsky (1:10:38) für sich. Die ebenfalls ausgetragene Landesmeisterschaft gewannen Sebastian Körner (2:04:52) und Tanja Elmers (2:30:16).



Fotografieren und Video zum Thema unter www.bremer-nachrichten.de



Bericht Kreiszeitung vom 16.08.2016



Seine Altersklasse gewann er souverän – der Gesamtsieg blieb ihm in Bremen knapp verwehrt: Christian Siedlitzki aus Arnsen.

Siedlitzki knapp besiegt – aber der Aller Express an der Spitze

Starke Triathleten in Bremen / „Fantastisches Gefühl, vorne mitkämpfen zu können“

ARNSEN/VERDEN • Gesamtplatz zwei für den Arnsener Christian Siedlitzki und Sieg in der Staffel für den Verdenner Aller Express: Mit diesen Ergebnissen kehrten die Ausdauerathleten vom Gewiss-City-Triathlon aus Bremen zurück. „Es ist einfach ein fantastisches Gefühl, immer noch vorne mitkämpfen zu können“, freute sich Siedlitzki.

Bei eher schon herbstlichen Temperaturen wurde der Volkstriathlon in zwei Wellen gestartet. Die Distanzen: 500 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km Laufen. Erstmals war dieser Wettkampf bis auf den letzten Platz ausgebuht.

Der Arnsener im Trikot der LAV Verden hatte sich sehr viel vorgenommen. Seit 2009 war er immer unter den ersten Drei platziert gewesen, jetzt sollte für den 53-jährigen endlich der Gesamtsieg folgen – 400 Athleten hieß es zu schlagen. Bei Wassertemperaturen von 19 Grad war der Neopren erlaubt. Mitfavorit Jesse Hinrichs (Bären Oldenburg) schwamm dem Feld davon und wechselte in einer Spitzenszeit von 7:29 Minuten auf Rad. Mit einem Rück-



Siegreiche Staffel: Der Aller Express aus Verden mit Joachim Strobach, Marco Schlotter und Abiel Hailu (von links).

zeit, er verkürzte den Rückstand auf 55 Sekunden. Beim Lauf an der Schlichte schmolz der Vorsprung des Führenden immer mehr. An der Wende waren es nur noch 25 Sekunden. Trotz starker Probleme mit seiner alljährlichen Heuschnupfenallergie gab Siedlitzki nochmals alles und am Schluss fehlten nur 13 Sekunden auf den Gesamtsieger. Das ist ein starker Anreiz,

Einen überlegenen Sieg im Staffel-Wettbewerb – mit 300 Teams neuer Teilnehmer-Rekord – landete der Aller Express aus Verden mit Joachim Strobach, Marco Schlotter und Abiel Hailu. Alle drei zeigten wieder eine tolle Leistung und lagen am mehr als zweieinhalb Minuten vor den Tri-Wölfen aus Stuhr, die sich wesentlich mehr angerechnet hatten.

auch, dann zwei Tage vorher hatte ihn noch eine heftige Erkältung geplagt. „Ich konnte mein Team aber nicht im Stich lassen.“ Strobach kam als guter Siedler nach 8:36 Minuten aus dem Wasser. In der gut 500 Meter langen Wechselzone machte er zwei Plätze gut, obwohl das Barfußlaufen auf Beton und mit kalten Muskeln hart war.

Schlotter (41) war auf dem zweimal zu durchfahrenden 10 km-Rundkurs sehr gut drauf, nach gut vier Kilometern hatte er alle anderen Radfahrer überholt und bestimmte als Führender den Staffetriathlon. So baute den Vorsprung mit einem Schnitt von über 42 km/h immer weiter aus und hatte in der Wechselzone gut 30 Sekunden Vorsprung heraus gefahren. Mit 28:32 Minuten fuhr der 41-Jährige auch die beste Zeit der Staffel.

Hailu legte auf der Laufstrecke unglaublich schnell los. Auf den ersten Kilometern hatte der 21-Jährige im Schnitt 2:45 Minuten gelaufen. Aber nach etwa drei Kilometern bekam Hailu Socken und musste deutlich langsamer werden.





Bericht Weser Kurier vom 17.08.2016

Knapp geschlagen

Triathlet Christian Siedlitzki landet in Bremen auf Rang zwei / Aller-Express triumphiert im Europahafen



Joachim Strobach, Abiel Hairu und Marco Schlöter (v.l.) gewannen die Staffel. FOTO: FR

VON FLORIAN CORDES

Bremen. Viel hat nicht gefehlt und Christian Siedlitzki (LAV Verden) hätte sich beim City-Triathlon in Bremen den Sieg im Volkstriathlon gesichert. Lediglich 14 Sekunden langsamer als Sieger Jesse Hinrichs (Bären Oldenburg) war der in Arnsen lebende Österreicher. Vordere Plätze für Triathleten aus dem Landkreis Verden gab es darüber hinaus in den Staffelwettbewerben.

„Es ist einfach ein fantastisches Gefühl, immer noch vorne mitkämpfen zu können“, freute sich Siedlitzki nach dem Zieleinlauf im Bremer Europahafen. Während des Rennens herrschten trotz kalenderischen Hochsommers eher herbstliche Temperaturen in der Überseestadt. Siedlitzki machte das aber nur wenig aus, als er in sein Rennen (500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren, fünf Kilometer Laufen) startete. Der Armsener hatte sich viel vorgenommen, schließlich landete er seit 2009 immer auf dem Treppchen. Für den Gesamtsieg reichte es aber bisher noch nie. Das wollte ich jetzt ändern“, meinte Siedlitzki.

Dass Jesse Hinrichs sein größter Konkurrent sein sollte, wusste der Österreicher



Christian Siedlitzki wollte endlich den City-Triathlon in Bremen gewinnen. Das Vorhaben misslang erneut. FOTO: FR

Laufstrecke wechselte. Auf dieser pirschte sich Siedlitzki weiter an den Führenden heran. Der Vorsprung von Jesse Hinrichs wurde kleiner und kleiner. „An der Wende waren es nur noch 25 Sekunden“, sagte Siedlitzki. Der Österreicher witterte seine Chance, doch am Ende fehlten ihm 14 Sekunden. Der 18-jährige Hinrichs durfte jubeln. Siedlitzki kam nach 1:01:07 Stunde im Ziel an.

Marco Schlöter am Start. Das Trio war in der Hansestadt nicht zu besiegen und landete vor den Tri-Wölfen aus Stuhr auf dem ersten Rang. Im Ziel betrug der Vorsprung der Kreisverdener satte zweieinhalb Minuten. Joachim Strobach schwamm die 500 Meter im Becken des Europahafens. Als Siebter stieg er aus dem Wasser. Da die Wechselzone rund 500 Meter lang war, gab Stro-

an Läufer Abiel Hairu übergab, lag der Aller-Express fast 30 Sekunden vor der zweitplatzierten Staffel. Der 21-jährige Hairu, der aus Eritrea nach Deutschland geflohen ist, legte sofort ein hohes Tempo hin. Den ersten Kilometer lief er in 2:45 Minuten. Plötzlich bekam er aber Seitenstechen. Doch Hairu biss auf die Zähne, lief die beste Zeit aller Teilnehmer (17:20min) und überquerte als erster das Ziel.



nur wenig aus, als er in sein Kennen (500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren, fünf Kilometer Laufen) startete. Der Armsener hatte sich viel vorgenommen, schließlich landete er seit 2009 immer auf dem Treppchen. „Für den Gesamtsieg reichte es aber bisher noch nie. Das wollte ich jetzt ändern“, meinte Siedlitzki.

Dass Jesse Hinrichs sein größter Konkurrent sein sollte, wusste der Österreicher schon im Vorfeld. Und dass es schwierig werden würde, den Gesamtsieg zu holen, wurde bereits beim Schwimmen deutlich: Denn Hinrichs schwamm der Konkurrenz im Hafenbecken davon. Er wechselte mit der Spitzenzeit von 7:29 Minuten zum Radfahren. Siedlitzki verließ das Wasser als Vierter mit 1:20 Minuten Rückstand auf den jungen Oldenburger.

Mit dem Fahrrad holte der Armsener auf. Er fuhr die beste Zeit des Tages, sodass er 55 Sekunden nach Jesse Hinrichs auf die

Laufstrecke wechselte. Auf dieser pirschte sich Siedlitzki weiter an den Führenden heran. Der Vorsprung von Jesse Hinrichs wurde kleiner und kleiner. „An der Wende waren es nur noch 25 Sekunden“, sagte Siedlitzki. Der Österreicher witterte seine Chance, doch am Ende fehlten ihm 14 Sekunden. Der 18-jährige Hinrichs durfte jubeln. Siedlitzki kam nach 1:01:07 Stunde im Ziel an. Neben Platz zwei der Gesamtwertung gewann der 51-Jährige seine Altersklasse. Sein eigentliches Ziel verfehlte Christian Siedlitzki aber erneut. In dem Rennen waren auch Frank Sanderling (HSG Verden-Aller) sowie Jörn Michaelis (TV Oyten) dabei. Jörn Michaelis wurde in der Gesamtwertung 192. (1:28:16st), Frank Sanderling (1:43:19st) kam als 295. im Ziel an.

Bei den Staffeltwettbewerben war der vor Kurzem gegründete Aller-Express mit den Athleten Joachim Strobach, Abiel Hailu und

Marco Schlotter am Start. Das Trio war in der Hansestadt nicht zu besiegen und landete vor den Tri-Wölfen aus Stuhr auf dem ersten Rang. Im Ziel betrug der Vorsprung der Kreisverdenner satte zweieinhalb Minuten. Joachim Strobach schwamm die 500 Meter im Becken des Europahafens. Als Siebter stieg er aus dem Wasser. Da die Wechselzone rund 500 Meter lang war, gab Strobach auf dieser noch einmal alles: Er überholte zwei Kontrahenten und übergab als Fünfter an Marco Schlotter.

Nun begann die große Aufholjagd des Aller-Express. Auf der 20 Kilometer langen Fahrradstrecke hatte Schlotter nach nur vier Kilometer seine Gegner überholt. „Als Führender bestimmte er das Rennen“, lobte Joachim Strobach seinen Teamkollegen. Schlotter fuhr eine Durchschnittsgeschwindigkeit von 42 Kilometern pro Stunde und baute seinen Vorsprung immer weiter aus. Als er

an Läufer Abiel Hailu übergab, lag der Aller-Express fast 30 Sekunden vor der zweitplatzierten Staffel. Der 21-jährige Hailu, der aus Eritrea nach Deutschland geflohen ist, legte sofort ein hohes Tempo hin. Den ersten Kilometer lief er in 2:45 Minuten. Plötzlich bekam er aber Seitenstechen. Doch Hailu biss auf die Zähne, lief die beste Zeit aller Teilnehmer (17:20min) und überquerte als Erster das Ziel.

Im Staffeltwettbewerb der Frauen verpassten zwei Triathletinnen aus dem Kreis Verden nur knapp den Sieg. Maren Thalmann aus Mersum und Monika Reker aus Verden gingen gemeinsam mit Aurelia Taubner an den Start. Das Trio wies eine Gesamtzeit von 1:12:48 Stunden auf. Das reichte für den zweiten Platz. Den Sieg bei den Frauen sicherte sich das Team der SG Stern Bremen, das 55 Sekunden schneller als Thalmann und Co. war.



Verdener Stadtlauf

Urkunde





Bericht Weser Kurier vom 29.08.2016

Georg Dietrich und Nicole Krinke dominieren beim Verdener
Aller-Stadtläuf über die zehn Kilometer

Tortur bei tropischen Temperaturen

Von Malte Bürger · 29.08.2016 · 0 Kommentare

Verden. Der erste Weg führte direkt zur Getränkestation. Die Hitze hatte auch Georg Dietrich alles abverlangt. Der Akteur des LC Wechloy Oldenburg hatte in überlegener Manier das Hauptrennen des 18. Verdener Aller-Stadtläufs über zehn Kilometer für sich entschieden (wir berichteten), nun schnappte er sich einen Becher Wasser und verzog sich in ein schattiges Plätzchen. „Ich hatte es sogar noch schlimmer erwartet“, sagte der Sieger kurz darauf mit einem Schmunzeln. Mit seiner Zeit von 33:41 Minuten war er deshalb auch voll und ganz zufrieden. „Unter diesen Bedingungen ist das absolut in Ordnung.“



Der Oldenburger Georg Dietrich dominierte das Rennen der Herren. (Sjörn Hake)

sie aufgrund der Streckenführung nicht unbedingt dazu einlädt, die eigene Bestzeit anzugreifen. Die Wogen haben sich inzwischen geglättet, die Organisatoren haben noch einmal betont, dass bei ihnen der Breitensportliche Spaß und nicht die ambitionierte Jagd nach Topsergebnissen im Vordergrund stehen soll. „Ich laufe hier knapp zwei Minuten über meinen normalen Zeiten“, sagte die Nienburgerin, die dieses Mal 39:28 Minuten unterwegs war. „Hier werden keine Meisterschaften ausgetragen, man läuft nicht für irgendeine Liste. Das ist schon in Ordnung.“ Krinke's Vorsprung auf die zweitplatzierte Sarina Kothe aus Harburg betrug etwas mehr als zweieinhalb Minuten (42:08min). Melanie Noack war als Vierte beste Läuferin der LG Kreis Verden (43:47min).

Bei den Herren hatte sich hinter Georg Dietrich eine Vierergruppe um die LGKV-Athleten Flina Werde und Abiel Halli gebildet. Am Ende reichte es für sie zu den Plätzen drei und fünf. Der Verdener Andreas Oberschlip von der LG Bremen-Nord stieg bereits nach etwas mehr als der Hälfte des Rennens aus. Über die 4,5 Kilometer gewann Benjamin Koc (Weyhe), Christian Siedlitzki (Armsen) wurde Dritter vor Moritz Schaller (Verden). Bei den Damen lag das LGKV-Quartett Sonja Oltmanns, Jene van Veen, Jenny Hänsenroth und Verena van Veen vorn.

Alle weiteren Ergebnisse gibt es im Internet unter www.lgkv.de.

Auch die anderen Starter schnauften nach ihrer Zielankunft erst einmal kräftig durch. Erstaunlich schnell hatte Nicole Krinke wieder Luft gefunden, um ihre Streckenerlebnisse zu schildern. „Es war wirklich klasse. Überall auf den Straßen gab es Wasserschläuche zur Erfrischung, kurz vor der Aller wartete dann sogar ein Herr mit einer Sprühflasche und hat uns alle nass gespritzt. Das war wirklich süß“, sagte die Läuferin der LG Nienburg. Die Titelverteidigerin hatte erst ganz kurzfristig gemeldet und dem relativ mageren Frauenfeld so mehr Glanz verliehen. Wenig überraschend war sie es dann auch, die mit deutlichem Vorsprung gewann.

Noch im Vorjahr hatte Krinke ähnlich wie der damalige Herrensieger Volker Golineau leichte Kritik an der Veranstaltung geübt, da



Nicole Krinke. (Sjörn Hake)



Bericht Weser Kurier vom 04.09.2016

Heißes Rennen

Von FR - 04.09.2016 - 0 Kommentare

Verden. Es war heiß – die Temperaturen. Es wurde heiß – die Rennen. In Verdens City war wieder Stadtlauf angesagt – der 18. Es hat sich wohl so eingebürgert: Im dritten Jahr hintereinander war es wieder brütend heiß, 30 Grad zeigten die Thermometer. Aber das schreckte die Läufer und Läuferinnen in den drei Disziplinen Staffellauf, 4,5 Kilometer Mittelstrecke und die Langstrecke über zehn Kilometer nicht. Und die Langstrecke über zehn Kilometer bot Hochspannung pur.



Dynamische Wettkämpfe beim Verdener Stadtlauf; hier der Stabwechsel bei der Mannschaft vom Gymnasium am Wall 12.

In Runde eins der Langstrecke war es noch ein Quintett, das der Veranstalter LAV Verden als mögliche Gewinner angekündigt hatte, das vorne einsam die Spitze bildete. In Runde drei waren es nur noch vier. Im Ziel nach Runde vier lag dann Georg Dietrich vom LC Wechloy-Oldenburg vorn, mit fast einer Minute (33:41 Minuten) vor seinen Verfolgern. Die kamen dann alle mit einem Abstand von nur 22 Sekunden ins Ziel: Jasper Circel (LG Göttingen) in 34:46, Fisha Werade (LGK Verden) in 34:49, Carsten Hülls (LAV Zeven) eine Sekunde dahinter und Abiel Hallu (LGKV) in 35:08 Minuten. Knapper kann eine solche Entscheidung nach zehn Kilometern eigentlich nicht ausgehen. Die zahlreichen Zuschauer rund um den Lugenstein konnten ein packendes Finish mit Beifall würdigen. Der wievielte Podiumsplatz es für ihn war, wurde der Sieger gefragt: „Das kann ich gar nicht sagen, über fünf bestimmt.“

Das sah bei den Frauen ganz anders aus. Die vielfache Stadtlauf-Gewinnerin in Verden war auch in diesem Jahr erfolgreich. Nicole Krinke (LG Nienburg) hatte im Ziel fast drei Minuten Vorsprung, sie kam auf 39:28 Minuten. Zweite wurde Sarina Kothe (Grün-Weiß Harburg) in 42:08 Minuten, und 37 Sekunden dahinter Carolin Hauck (LG Göttingen).

Fast 160 Starter gingen beim 4,5-Kilometer-Lauf an den Start. Im Vorbeilaufen erkannte der Moderator einen nachgemeldeten Läufer: Benjamin Koc, der wurde spontan als einer der besten Läufer im Feld angekündigt – und der Ansager sollte recht behalten. Der Läufer für den Landkreis Verden lief den Sieg souverän nach Hause in 15:09 Minuten. Rang zwei ging an Felix Simon (TV Eiche Horn) in 15:24, vor Christian Siedlitzki (LGKV) in 15:36. Auch die Frauenwertung in dieser Mittelstrecke, kam wie vom Veranstalter prognostiziert ins Ziel. Vorne war Sonja Oltmanns in 17:53 Minuten, vor Jana van Veen in 18:50 und Jenny Hänseroth (alle LGKV) in 18:51.

Jedes Jahr überbieten sich die Verdener Schulen mit ihren Meldungen für eine der drei altersmäßig aufgeteilten Staffeln über dreimal 900-Meter. In diesem Jahr startete die Realschule mit sechs Staffeln, das Domgymnasium mit elf Staffeln, gefolgt von der Grundschule am Sachsenhain (16), dem GAW (17) und der Jahnschule (18). In dem Wettbewerb der ältesten Jahrgänge laufen auch Firmen und Familien mit. Im letzten Jahr gelang es den Läufern von der Kreissparkasse Verden, die Abo-Sieger vom DoG und GaW zu schlagen. Das wollten die Schulmannschaften in diesem Jahr vermeiden. Gelungen: GaW 1 siegte in 8:23,1 Minuten, vor DoG 4 in 8:34,0 und Familie Glatthor in 8:41,6. Bei den jüngsten Staffeltartern sind natürlich die Grundschulen im Vorteil. Hier hatte die Mannschaft der Grundschule am Sachsenhain die Nase vorn: Sieg in 10:56 Minuten.



Triathlon Otterndorf

Bericht Kreiszeitung vom 31.08.2016

Siedlitzki gewinnt Altersklasse

ARMSEN • Nicht ganz optimal war die Vorbereitung auf den vorletzten Triathlon in dieser Saison für Christian Siedlitzki (LAV Verden), da er zwei Tage zuvor am Jedermannlauf über 4,5 km beim Verden Stadtlauf teilgenommen hatte. Mit einer viel zu kurzen Regeneration startete der Armsener beim 30. Triathlon in Otterndorf: „Eigentlich eine Schnapsidee, aber ich wollte ein Vorbild für meine betreuten Kinder sein.“ Der Österreicher holte als Gesamtvierter souverän den Sieg in seiner Altersklasse.

Ein heftiges Gewitter mit Sturmboen vernichtete zunächst das Anmeldungszelt. Mit Hilfe der freiwilligen Feuerwehr wurde aber pünktlich gestartet. Bei angenehmen Wassertemperaturen von 22 Grad war der Neopren verboten. Nach 300 m und einer Zeit von unter sechs Minuten stieg Siedlitzki als Vierter aus dem Wasser. Auf der Radstrecke über 20 km dominierte Vorjahressieger Lasse Ibert nach Belieben, ließ alle Athleten stehen und setzte sich an die Spitze. Siedlitzki merkte schon am Fahrrad, dass er nicht den gewohnten Druck aufbauen konnte. Trotzdem wechselte er als Zweiter. Sehr ungewöhnlich für ihn musste er schon den ersten Verfolger auf den ersten Metern der Laufstrecke über 5,5 km ziehen lassen. Der Armsener wurde nach Kilometer drei auf Rang vier durchgereicht.



Maschsee Triathlon Hannover

Bericht Kreiszeitung vom 07.09.2016

Christian Siedlitzki gelingt mit dem Rad furiose Aufholjagd

Armsener feiert beim Maschsee-Triathlon als Dritter ganz starken Saisonabschluss

ARMSEN • Ganz starker Saisonabschluss für Christian Siedlitzki: Der Armsener belegte beim Maschsee-Triathlon in Hannover den dritten Rang in der Gesamtwertung und gewann seine Altersklasse abermals souverän.

Mehr als 400 Athleten starteten über 500 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km Laufen. Neben den vielen Volkstriathleten gingen auch einige Cracks an den Start. Und so war ein spannendes Rennen zu erwarten. Mit der überlegenen Schwimmbestzeit von 7:13 Minuten stieg Jesse Schomburg (Sportclub Hannover), Sohn des berühmten Triathleten und jetzigen Trainers Arnd Schomburg, aus dem Wasser. Schon mit ein bisschen Abstand folgte Martin Jensen (PSV Bonn) in 8:02 Minuten. Nicht soviel Freunde hatte Siedlitzki (LAV Verden) mit der Entscheidung, dass diesmal der Neopren verboten war. Und mit 8:51 Minuten blieb er als 17. ein wenig unter seinen Erwartungen.

Die für den Verkehr gesperrte 20 km-Radstrecke gab ihm aber Mut, seine Platzierung noch zu verbessern. Und so kam es, dass sich der Österreicher mit einer furiosen Aufholjagd nach der Hälfte des Rennens schon auf Platz sechs einreichte. Mit einem Schnitt von mehr als 40 km/h bretteten die Athleten entlang des Maschseeufers. Kurz vor Ende gab es dann den Führungswechsel. Mit absolut bester Radzeit ging Jensen in Führung, gefolgt von Schomburg. Dahinter wurde um jeden Meter und jede Platzierung gekämpft. Siedlitzki lag auf einmal auf

Platz fünf.

In der vierten Disziplin, dem Wechsel, war er wieder einmal nicht zu schlagen und ging als Dritter auf die 5 km lange Laufstrecke, dicht gefolgt von Stefan Schwarz (ESV Hameln). Es gab ein Kopf-an-Kopf-Rennen, die Führung bei den beiden wechselte immer wieder. Siedlitzkis Gedanke war, nur nicht undankbarer Vierter zu werden, da nur die ersten drei geehrt werden. Und der Abstand zum Zweiten schmolz. Mit einem Zwischenspur bei Kilometer vier konnte der Armsener seinen Konkurrenten aus Hameln erstmals abschütteln. Aber er forcierte nochmals das Tempo und mit der zweitbesten Laufzeit konnte er auf Schomburg auflaufen. Die Entscheidung brachte ein 200 m langer Zielsprint, den der 17-Jährige gewann.

In seiner Altersklasse dominierte Siedlitzki wieder nach Belieben. Diesmal waren es neun Minuten zum Zweitplatzierten. Gesamtsieger wurde Martin Jensen in 59:55 Minuten vor Jesse Schomburg (1:01:22 Stunden) und Siedlitzki (1:01:26). Überglücklich über das Ergebnis und mit dem tollen Saisonabschluss zeigte sich der Österreicher: „Schade, dass ich bei EM und WM nicht gesund war. Ansonsten wäre noch mehr drin gewesen. Aber man sollte nicht unzufrieden sein. Mit dem Vize-Europameistertitel hat es ja für eine Medaille gereicht. 2017 starte ich im Duathlon und Triathlon jeweils bei der EM und der WM – sofern es meine Gesundheit zulässt und ich noch den einen oder anderen Sponsor finde.“



Im Schlusspurt war der 17-jährige Jesse Schomburg etwas schneller – Christian Siedlitzki (rechts) wurde in Hannover Dritter.



Sponsoren



MCDONALD'S VERDEN



CÉBÉ



CITEC



CONTINENTAL



DAVIDE



DODENHOF SPORTWELT



EASY FITNESS



FOREVER SPORT



INCONI



KITZBÜHEL



ORTHOMOL SPORT



PHYSIOTHERAPIE NIENSTÄDT



POWERBAR



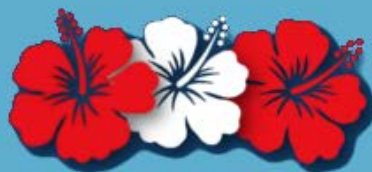
SAILFISH



SPIUK



ZWEIRAD-CENTER JAKST



Christian Siedlitzki
Armsener Dorfstraße 6
D-27308 Kirchlinteln
Mobil: +49 (0)172 4368879
Email: enzianpower@aol.com
www.siedlitzki.at

