

Werner und Nikolay sind in Hamm vorne

Bekanntes Gesicht dominiert Raiffeisentrathlon erneut bei den Männern – Siegerin zieht auf der Laufstrecke an Titelverteidigerin vorbei ins Glück

Von Moritz Hannappel

■ **Hamm/Sieg.** „Der Anstieg beim Laufen haut einfach richtig rein.“ Dieser Satz kommt den Finishern nach dem Zieleinlauf beim vierten Raiffeisentrathlon Hamm/Sieg – so oder in einem ähnlichen Wortlaut – zuhauf über die Lippen, nachdem sie zuvor mehrmals kräftig Luft geholt haben. 500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren und knapp sechs Kilometer Laufen hatten ihre Spuren hinterlassen. Während bei den Männern ein bekanntes Gesicht abermals ganz oben stand, strahlte bei den Frauen eine junge Athletin, die den Wettkampf Ende Mai noch gar nicht in ihren Gedanken hatte.

„Ich bin auf den Triathlon erst aufmerksam geworden, weil ich einen Gutschein für den Startplatz beim Löwentriathlon gewonnen habe“, gesteht Laura Nikolay, die Siegerin bei den Hobby-Triathletinnen. „Der Wettkampf war super organisiert. Bei perfektem Wetter und dem schönen See hat es Spaß gemacht.“ Anders als vielen anderen Ausdauersportlern an diesem Tag in Hamm schien der 25-Jährigen die anspruchsvolle Rad- und Laufstrecke nichts auszumachen. Freudestrahlend überquerte sie die Ziellinie und lief mit hochgerissenen Armen in die Arme ihrer Familie, die zur Verstärkung am Streckenrand dabei gewesen ist.

Doch ganz so unbeschwert, wie sie sich bei ihrem Zieleinlauf präsentiert, war es nicht, wie sie hinterher offenbart: „Als ich am Ende der ersten Laufrunde vorbei an die Spitze gelaufen bin, habe ich es total genossen, auch wenn die Laufstrecke anstrengend war.“

Auf die abschließende Laufstrecke war die Ausdauersportlerin, die seit eines Studienaufenthaltes im portugiesischen Lissabon für das dort angesiedelte Team „Outsystems Olimpico Oeiras“ startet, noch als Verfolgerin gegangen.

Ihr Start im Waldschwimmbad Thalhauser Mühle gestaltet sich als schwierig. „Die erste Runde im See

war echt hart“, blickt Nikolay zurück und führt weiter aus: „So wie meistens, wenn Frauen und Männer zusammen starten.“

Außerdem, so sagt die 25-Jährige, sei das Schwimmen ohnehin nicht ihre Stärke. Teil zwei und drei eines Triathlons sind es dann schon eher. So kommt ihr auch die schwere Radstrecke mit 500 Höhenmetern auf einer Distanz von knapp 20 Kilometern entgegen. Als fünfte Frau nach 8:23,8 Minuten aus dem Wasser, begibt sich die spätere Siegerin auf ihre Aufholjagd. Ganz vorne nach dem Schwimmen liegen die spätere Dritt- und Zweitplatzierte, Maya Siebert (7:07,8 Minuten) und Anna Leckel (7:15,8).

Doch bereits während des ersten Wechsels schmilzt der Vorsprung der Führenden. „Da konnte ich jeweils viel Zeit gut machen“, weiß auch Nikolay, die derzeit auf der Suche nach einem Verein in Deutschland ist. „Aus dem Wasser geschafft, lief es echt gut“, beschreibt sie ihr Rennen. Auf dem Fahrrad ist sie bereits auf Rang zwei angekommen – mit Blickkontakt zur Führenden Leckel, die im Vorjahr mit einer Gesamtzeit von 1:29:58,5 Stunden an der Sieg triumphiert hatte. „Ziemlich am Ende konnte ich Anna bereits sehen, aber sie ist auch eine gute Bikerin, so kam ich nicht mehr ran“, lobt Nikolay ihre Konkurrentin.

Doch dann kommt der zweite Wechsel, den sie genau 37 Sekunden schneller absolviert. „Ich war direkt hinter ihr“, so die junge Triathletin. Es folgt der Angriff am Ende der ersten Laufrunde sowie das „totale Genießen“ in der zweiten Laufrunde. Nikolay überquert nach 1:22:41,1 Stunden als Erste die Ziellinie. Mit einem Rückstand von 36,8 Sekunden folgt Leckel (1:23:17,9 Stunden). „Echt stark gelaufen“, zollt die ebenfalls glückliche Vorjahressiegerin ihrer Nachfolgerin noch im Zielbereich ihren Respekt. Dritte wird Siebert vom Team SRL Triathlon Koblenz in einer Zeit von 1:23:54,2 Stunden.



Nach den Strapazen folgt die Freude: Auch wenn Thorben Werner (unten links), der spätere Sieger bei den Männern, beim Wechsel auf das Rad noch etwas angestrengt aussieht, konnte er im Ziel des Raiffeisentrathlons in Hamm/Sieg genauso jubeln wie die Siegerin bei den Frauen Laura Nikolay (unten rechts). Fotos: Moritz Hannappel (3)



Zu diesem Zeitpunkt sitzt der Sieger bei den Hobby-Triathleten schon mit einem frischen T-Shirt bekleidet und einem Erfrischungsgetränk in der Hand ein paar Meter neben dem Ziel und beobachtet die Zieleinläufe der Konkurrenten. Der neue Sieger ist ein alter Bekannter an der Sieg: Thorben Werner vom Leichtathletikzentrum Rhein-Sieg gewann bereits im vergangenen Jahr mit mehr als sieben Minuten Vorsprung. Auch an die-

sem Sonntag verweist der Titelverteidiger die Konkurrenten auf die Plätze.

Bereits mit einem Vorsprung von 1:24 Minuten klettert Werner als Erster aus dem Waldschwimmbad. Und der Athlet aus dem Jahrgang 2005 dominiert weiter, ist auch Schnellster auf dem Rennrad und sprintet nach 1:05:11,7 Stunden über die Ziellinie. Er kommt nicht nur mit einem Vorsprung von 9:35,5 Minuten vor dem Zweiten

Bilal Kartit (Sportfreunde Brühl; 1:14:47,1 Stunden) ins Ziel, sondern verbessert auch seine Zeit aus dem Vorjahr (1:11:56 Stunden). Dritter wird Guido Wahl vom Brühler TV 1879 in 1:16:21 Stunden.

Und als alle Finisher im Zielbereich wieder zu Atem kommen, sind die Strapazen schon längst vergessen und das Stöhnen über die Anstiege in Hamm weicht in Windeseile einem freudigen Lächeln.

Enerix-Cup startet am Mittwoch

SG Mittelhof lädt erneut zum Vorbereitungsturnier

■ **Niederhövels.** Ab morgen findet auf dem Rasenplatz in Niederhövels abermals der Enerix-Cup der SG Mittelhof/Niederhövels statt. In zwei Gruppen testen sechs Fußball-Kreisligisten ihre Form in der Sommergebietung. Während in Gruppe 1 der Titelverteidiger VfB Niederdreisbach auf die SG Honigsessen/Katzwinkel und den Gastgeber treffen, spielen in Gruppe 2 die Reserve der SG 06 Betzdorf, die SG Atzgift/Nister und die SG Wilnsdorf/Wilgersdorf/Wilden (Kreis Siegen-Wittgenstein) gegeneinander. Die Halbfinalspiele und das Finale finden am Samstag, 27. Juli, ab 15 Uhr statt. hnp

Der Zeitplan

Mi., 17. Juli: Honigsessen - Mittelhof
Do., 18. Juli: Betzdorf II - Wilnsdorf
Fr., 19. Juli: Niederdreisbach - Honigsessen
Di., 23. Juli: Atzgift - Betzdorf II
Mi., 24. Juli: Mittelhof - Niederdreisbach
Do., 25. Juli: Wilnsdorf - Atzgift. (Spielbeginn der Gruppenspiele ist jeweils um 19.30 Uhr.)
Sa., 27. Juli: Halbfinale 1, Erster Gruppe A - Zweiter Gruppe B (15 Uhr); Halbfinale 2, Erster Gruppe B - Zweiter Gruppe A; Spiel um Platz drei (17 Uhr); Finale (18 Uhr).

„TTT“ erscheint am 2. August

Alle Jahre wieder „Tempo, Tore, Titeljagd“ – das traditionelle Fußball-Magazin der Rhein-Zeitung und ihrer Heimatausgaben zur neuen Saison erscheint diesmal am Freitag, 2. August, wiederum als kostenlose Beilage. Wann und in welcher Besetzung spielt mein Verein? Welche Ziele verfolgt die Konkurrenz? Neben Prognosen zur Saison 2024/2025, vielen Mannschaftsfotos und ausführlichen Spielplänen gibt es auch wieder die Kader der Teams von der Ober- bis zur Kreisliga B. bhm

Tom Kalender feiert Halbzeitmeisterschaft

Motorsport: 16-Jähriger aus Hamm/Sieg baut Tabellenführung aus – Land-Motorsport mit ansteigender Formkurve

■ **Nürburgring/Landkreis Altenkirchen.** Runde drei im ADAC GT Masters, der Liga der Supersportwagen, fand am Wochenende im Rahmen des ADAC Truck Grand-Prix auf den Nürburgring statt. Mit dabei waren auch Tom Kalender aus Hamm/Sieg und sein finnischer Mercedes-AMG Partner Elias Seppänen im Landgraf Mercedes-AMG GT3, die nach unerwartet erfolgreichem Saisonstart als Gesamtführende zur Eifelstrecke reisten. Auch das Land-Motorsport-Team aus Niederdreisbach – mit den Zwillinge Sandro und Juliano Holzem aus Polch bei Mayen als Piloten im Audi R8 LMS GT3 Evo II – war im Feld vertreten.

Die 3,629 Kilometer lange Kurz- anbindung des Eifelkurses präsentierte sich zum Jubiläumswochenende (am Sonntag wurde das 250. Rennen der GT3-Serie bestritten) mit einem neuen Format. Es standen nicht wie üblich ein 60-minütiges Rennen am Samstag und ein ebenso langer Durchgang am Sonntag auf der Agenda. Stattdessen folgte einem Endurance-Rennen mit einer Dauer von 80 Rennminuten am Samstag eine nur 40-minütige Sprintversion am Sonntag.

Gerade im Samstagsrennen waren vor allem Teamwork und eine gute Taktik gefragt, denn im Vergleich zum bewährten Format wa-



Hohe Ansprüche: Tom Kalender aus Hamm/Sieg hat den GT Masters Titel im ersten GT 3-Jahr fest im Visier. Foto: Manfred Muhr/Jürgen Augst/jogi

ren hier zwei Boxenstopps vorgeschrieben. Dabei war einer davon mit einem Reifenwechsel sowie einem Nachtanken verbunden. Dies sorgte prompt für jede Menge Action und Dramatik im ersten Renn-durchgang. Nach einem Unfall zu Beginn der Einführungsrunde musste der erste Startvorgang mit der roten Flagge abgebrochen werden. So wurde das 18 Fahrzeuge starke Feld nach einem weiteren Startversuch auf die Reise geschickt.

Seine gute Ausgangsposition mit Startposition zwei konnte der junge Kalender zunächst nicht umsetzen. Der Mercedes-Pilot musste einige Position abgeben. Das Ren-

nen bot durch das geänderte Format mit Tankstopp und zwei Fahrerwechseln jedoch eine ganze Reihe taktischer Möglichkeiten. Das Landgraf-Duo entschied sich beim ersten Halt zum Reifenwechsel und Elias Seppänen konnte den GT3-Mercedes wieder in der Spitzengruppe etablieren.

Auch Kalender zeigte in seinem zweiten Rennabschnitt sein außergewöhnliches Talent. Der erst 16-Jährige konnte erstmals zehn Minuten vor Rennende die Führung im Feld übernehmen. Lediglich in der Endphase des Rennens musste sich der Hämmscher dem mit frischen Reifen ausgestatteten Markenkollegen Salman Owega noch beugen. Das Landgraf-Duo feierte mit Rang zwei bereits das vierte Podium im fünften Rennen.

Das Sprint-Rennen am Sonntag gingen die Motorsport-Talente von Position drei an. Diesmal lag es am Finnen Seppänen, die erste Rennhälfte zu absolvieren. Erneut auf Podiumskurs übernahm Kalender den Renner zum zweiten Rennabschnitt. Im Kampf um die Spitze rutschte er jedoch im Zweikampf leicht in einen Kontrahenten und zwang diesen in einen Dreher. Für diese Aktion folgte dann auch prompt die harte Strafe der Rennleitung: Kalender musste gleich dreimal mit verminderter Geschwindigkeit durch die „Penalty-Zone“.

Dadurch fielen die Halbzeitmeister des Championships zwar auf Rang sechs zurück, doch durch die erneut großartige Leistung bauten sie ihren Vorsprung in der Gesamtwertung des ADAC GT Masters weiter aus. „Ich bin mit meiner Leistung heute nicht ganz zufried-

den. In den letzten Runden wurden mir die abbauenden Reifen zum Verhängnis, sodass ich Salman keine große Gegenwehr entgegenbringen konnte. Sicherlich war heute mehr drin, aber wir kommen morgen stärker wieder zurück“, sagte Kalender nach dem Wochenende auf dem Nürburgring.

„Das erste Endurance-Rennen des ADAC GT Masters endete für uns mit einem kleinen Erfolg“, freute sich auch Christian Land, Team-Manager von Land-Motorsport aus Niederdreisbach. Die beiden Land-Jungstars Juliano und Sandro Holzem machten ebenfalls mit einer kontinuierlich ansteigenden Lern- und Leistungskurve auf sich aufmerksam. Die Zwillinge kamen fehlerfrei über die Distanz von 80 Minuten und zeigten den zahlreichen Fans am Nürburgring eine starke Aufholjagd. Der siebte Platz war das bis dato beste Resultat des Audi-Duos in dieser Saison.

Im Sprintdurchgang am Sonntag sammelten die beiden erneut Meisterschaftszähler. Von Startplatz zwölf folgte ein zwölfter Platz im Ziel. „Jeder Rennkilometer ist für die beiden extrem wertvoll“, so Team-Manger Land. „Die beiden lernen schnell und viel. Wir sind sehr zufrieden.“

In der Meisterschaft beanspruchen weiterhin Kalender und Seppänen die Tabellenspitze mit 117 Punkten bei acht Punkten Vorsprung. In der „Road to DTM“-Wertung führt ebenfalls Seppänen mit 136 Punkten.

Weiter geht es für das ADAC GT Masters vom 30. August bis 1. September auf der spektakulären Ardennen-Achterbahn von Spa-Francorchamps. jogi

Erzquellcup der VG Kirchen-Sieg

Fußball: Turnier in Mudersbach und Brachbach

■ **Mudersbach/Brachbach.** Der Erzquellcup geht in die dritte Runde: Ab morgen lädt die Verbandsgemeinde Kirchen-Sieg wieder zum VG-Turnier, welches in diesem Jahr von der SG Mudersbach/Brachbach ausgerichtet wird. Während die Vorrundenspiele der zwei Gruppen in Mudersbach stattfinden, werden die Endrundenspiele am kommenden Samstag, ab 12.30 Uhr, in Brachbach ausgespielt. Alle Spiele gehen über eine Spielzeit von zweimal 30 Minuten. Nach jedem Gruppenspiel findet ein Elfmeterschießen statt. hnp

Die Gruppen

Gruppe 1, Mi., 18 Uhr: SG Mudersbach - SG Harbach/Offhausen-Herkersdorf; **19:15 Uhr:** SV Niederfischbach II - Harbach; **20:30 Uhr:** Niederfischbach II - DJK Friesenhagen; **19:15 Uhr:** Mudersbach - Niederfischbach II; **19:15 Uhr:** Friesenhagen - Harbach; **20:30 Uhr:** Mudersbach - Friesenhagen.
Gruppe 2, Fr., 18 Uhr: SG Kirchen/Alsdorf - Mudersbach II; **19:15 Uhr:** Niederfischbach - Kirchen; **20:30 Uhr:** Niederfischbach - Mudersbach II.

EHC holt Berliner Talent

Eishockey: Tjalf Deichmann folgt Weg von Jens Hergt

■ **Neuwied.** Drei Jahrzehnte sind vergangen, seitdem der EHC Neuwied in Person von Jens Hergt einen blutjungen Spieler im Alter von 20 Jahren aus der Bundeshauptstadt Berlin an den Mittelrhein holte. Aus dem Nachwuchs der Eisbären Berlin kam „Jenne“ damals zu den Eishockey-Bären und ist bis heute dort geblieben.

Jetzt wiederholt sich Geschichte: Wieder kommt ein talentierter Akteur mit Eisbären-Vergangenheit, wieder ist er 20 Jahre jung. Tjalf Deichmann heißt der Neuzugang des EHC Neuwied, der mit der Rückennummer 98 auflaufen wird. Deichmann gewann in der Saison 2021/2022 mit Berlin die DNL-Meisterschaft, traf auf dem Weg dorthin genauso wie in der Runde

2022/2023 zweistellig und wechselte anschließend zum Höchststadter EC in die Oberliga Süd.

„Von den älteren und erfahrenen Spielern konnte ich mir viel abschauen und dazulernen. Mit dem physischen Spiel im Seniorenhockey hatte ich keine Probleme. Ich denke, mit meinen gesammelten Erfahrungen werde ich in der kommenden Saison das Neuwieder Team gut unterstützen“, glaubt der Angreifer.

„Tjalf ist ein schneller Skater, harter Arbeiter, und er weiß auch, wo das Tor steht. Er hat in der vergangenen Saison in Höchststadt schon eine volle Seniorensaison gespielt und weiß somit genau, was auf ihn zukommt“, sagt EHC-Manager Carsten Billigmann. red/rwe