

## #1 - RTV Masters-Liga Vallendar

Nach der Saison 2023, wo wir die RTV-Mastersliga am Ende mit viel Glück als Sieger abschließen konnten, wurde im Frühjahr 2024 trotz knapper Personaldecke entschieden, dass wir wieder ein Senioren-Team ins Rennen schicken. Beim Auftaktrennen in Vallendar bei Koblenz, der Heimat von Triathlon-URURUR-Gestein Jürgen Zäck, von seinen Fans liebevoll Baby Speck genannt, durften die Rennmaschinen zuhause bleiben. Denn es war "nur" ein Swim and Run mit nicht ganz alltäglichen Distanzen auszutragen, kombiniert aus 1050m Schwimmen im solarbeheizten Freibad und 5km Laufen auf einer nicht ganz flachen Wendepunktstrecke mit mehreren Belagswechseln. 4 Mann brachte LTF Marpingen hier an den Start. In alphabetischer Reihenfolge Thomas Groß, Markus Saar, Karsten Spath und Karsten Ulrich mussten sich, verteilt auf zwei verschiedenen Schwimmbahnen, gegen die aus den Vorjahren bekannten rheinland-pfälzischen Mitstreiter aus Mainz und Koblenz sowie seit Langem mal wieder gegen ein weiteres Team aus dem Saarland behaupten. LTF Theeltal, die rührigen Ausrichter mehrerer etablierter Ausdauerveranstaltungen (Sprint- und Kinder-Triathlon, Kommunen-Triathlon, Cross-Duathlon, diverse Straßen- und Cross-Läufe) rund um Lebach schickte eine starke Truppe ins Rennen, deren Besetzung jedem Szenekenner das Blut in den Adern gefrieren ließ. Ihr erklärtes und offensiv kommuniziertes Ziel war klar: LTF Marpingen von der triathletischen „SAAR“-Landkarte zu vertilgen. Zeugnissen des Spektakels waren Sandra Spath und Yvette, die einen aufregenden Nachmittag mit Kaffee und Kuchen sowie Rostwurst und Bier, serviert vom lokalen DLRG Ortsverein Vallendar, verbringen durften. 45 min sportliche Hochspannung und der Anblick begnadeter feuchter Körper war die lange Anreise wirklich wert. Und bei Kuchenpreisen von 1 € pro Stück noch jede Menge Geld gespart.



In absoluter Top-Besetzung angereist mit Radrakete Benny Irsch, dem multiplen Familienvater Michael Rothfuchs und dem Dominator der Vorsaison, Dominic Jung, schien das Ding bereits im Vorfeld klar zu Gunsten der Theeltaler entschieden. Aber ganz so einfach sch... man einem alten Trapper nicht in den Colt. Nachdem K.U. auf seiner Schwimmbahn zum Tempomacher bestimmt war, legte er auch gleich ein solches vor, und zwar dergestalt, dass seine Theeltaler Widersacher bereits nach 200m den Anschluss verloren und teilweise den hohen Wassertemperaturen Tribut zollen mussten. Der Klimawandel lässt grüßen. Für Dominic war bereits nach 3 min der Wettkampf gelaufen. Er schleppte sich später delirierend mit Kreislaufproblemen über die Laufstrecke und konnte auch nicht annähernd sein Leistungspotenzial abrufen. K.U. gelang das umgekehrt etwas besser. Nachdem er nach dem Wechsel in die Laufschuhe, den im Wasser stark auftrumpfenden Thomas Groß bei Lauf-Km 2 überholen konnte, begann ein zähes Ringen um weitere Platzgewinne. Zwei Koblenzer hielten, immer in Sichtweite, wacker ihre 10-12 Sekunden Vorsprung, die einfach nicht schmelzen wollten. Mit einem beherzten Zwischensprint ca. 300m vor dem Ziel konnte sich K.U., der sich am Vortag zusammen mit Yvette und weiteren Yoga-Freunden aus Weilburg über eine ausschweifende Stadtbesichtigung rund um den Limburger Dom und eine anschließende Lymphdrainage in Form brachte, dann noch auf Tagesrang 3 vorschieben. Thomas Groß konnte seine gute Ausgangsposition, die er sich durch ein starkes Schwimmen und einen zügigen Wechsel erarbeitet hatte, leider nicht halten und wurde 11ter vor Markus Saar, der sein Können (noch) nicht ganz zeigen konnte. Karsten Spath machte ein solides Rennen und schob sich noch an Thomas vorbei auf Platz 10. Das ergab in der Summe der Plätze Team-Rang 3 hinter dem in der Breite stark aufgestellten Team aus Koblenz und Mainz, das sich mit einem überragenden Swim-Runner in den Reihen Team-Rang 2 sicherte, aber noch vor LTF Theeltal, dessen Ambitionen auf die Teamwertung erstmal einen Dämpfer erhielten.

Eine kleine Schrecksekunde oder besser -minute gab es kurz der Heimfahrt noch für die Familie Cuculo/Ulrich. Denn der Autoschlüssel war plötzlich nicht mehr auffindbar. Weder in der Sport- oder Hosentasche noch in der Umkleidekabine oder unter dem Bierstand war das hinterlistige Ding zu finden. Der kleine Schlingel hatte sich doch tatsächlich im Auto versteckt und wartete seelenruhig im Zündschloss auf seine Besitzer. Dieses späte Schlüsselerlebnis war neben der unerwarteten Information, dass das Rennen nicht im Team-Format, sondern als Einzelstart ausgetragen werden sollte, mit der aufregendste Teil des ersten Renntages der Mastersliga 2024.

Rg. ↕	Pkt. ↕	Team ↕	SNR ↕	Name ↕	m/w ↕	Jg. ↕	AK ↕	SWIM+T1 ↕	RUN ↕	zurück ↕	Zeit ↕
1.	1	* TCEC Mainz Wessel Statik	749	GÖNTGENS Michael	m	1981	1. M40	16:57 (1.)	18:23 (2.)	--	35:19
2.	2	* SRL Koblenz Master	745	MENZEL Mathias	m	1978	1. M45	17:12 (2.)	21:39 (6.)	+3:32	38:51
3.	3	* LTF Marpingen	755	ULRICH Karsten	m	1969	1. M55	18:56 (7.)	21:02 (5.)	+4:38	39:57
4.	4	* SRL Koblenz Master	744	SCHRÖMGES Manfred	m	1967	2. M55	18:12 (4.)	21:47 (7.)	+4:40	39:59
5.	5	* SRL Koblenz Master	746	KATHER Marco	m	1978	2. M45	18:05 (3.)	21:55 (9.)	+4:40	39:59
6.	6	* TCEC Mainz Wessel Statik	751	JESSEN Marco	m	1972	1. M50	18:25 (5.)	21:53 (8.)	+4:59	40:18
7.	7	* LTF Theeltal sponsored by Autohaus Frank	756	IRSCH Benny	m	1983	2. M40	22:27 (15.)	17:57 (1.)	+5:05	40:24
8.	8	* LTF Theeltal sponsored by Autohaus Frank	758	ROTHFUCHS Michael	m	1974	2. M50	19:47 (11.)	20:55 (4.)	+5:23	40:42
9.	9	* TCEC Mainz Wessel Statik	748	JUNG Stephan	m	1970	3. M50	20:33 (13.)	20:19 (3.)	+5:33	40:52
10.	10	* LTF Marpingen	754	SPATH Karsten	m	1969	3. M55	19:27 (8.)	22:06 (10.)	+6:13	41:32
11.	11	* LTF Marpingen	753	GROB Thomas	m	1965	4. M55	18:28 (6.)	23:26 (12.)	+6:34	41:53
12.	12	LTF Marpingen	752	SAAR Markus	m	1974	4. M50	19:45 (10.)	23:35 (13.)	+8:00	43:19
13.	13	TCEC Mainz Wessel Statik	750	STEINBRECHER Torsten	m	1975	3. M45	20:36 (14.)	22:47 (11.)	+8:03	43:22
14.	14	* LTF Theeltal sponsored by Autohaus Frank	759	JUNG Dominic	m	1983	3. M40	20:11 (12.)	24:29 (14.)	+9:21	44:40
15.	15	SRL Koblenz Master	747	KRÖBER Bastian	m	1979	4. M45	19:41 (9.)	25:32 (15.)	+9:53	45:12
	20	LTF Theeltal sponsored by Autohaus Frank	757	HOLZ Alois	m	1965	M55			DNS	DNS



HÖRAKUSTIK  
MARTINI

- ✓ Hörgeräteanpassung
- ✓ kostenloser Hörtest
- ✓ individuelle Beratung
- ✓ kostenloses Hörgeräteprobetragen
- ✓ Im Ohr Manufaktur
- ✓ professionelle Hörgerätereinigung
- ✓ individuell angefertigte Gehörschutz
- ✓ Hörtraining
- ✓ Hausbesuche

MARTINI  
im OHR