



## Sportbericht 2006

Zuerst möchte ich mich bei Frank für die tollen Schwimmtrainings bedanken; ich bin überzeugt, dass alle davon profitieren konnten, die montags im Training waren. Natürlich möchte ich mich auch bei Doris und Simon für die Führung der Lauftrainings bedanken, und selbstverständlich auch bei Patrizia, Doris, Rölle, Kurt, Steffen, Frank und Shaggy, die sich als Guides für die Rennvelotrainings zur Verfügung gestellt haben! Da konnten auch alle neue Strecken kennen lernen, und es hat auch immer Spass gemacht, in der Gruppe die Umgebung zu erkunden.

Da unsere Internetseite immer topaktuell und auch sehr informativ ist, denke ich, dass man in diesem Bericht nicht näher auf alle Wettkämpfe und Resultate, die von Basileten bestritten und erreicht wurden, eingehen muss.

Speziell erwähnen möchte ich unsere Vereinsmeisterschaft in Gelterkinden. An diesem verregneten Morgen waren 2 Frauen und 9 Männer am Start und gaben ihr Bestes, um die Krone (Basilea Jaune) zu ergattern! Auf der Startliste des Veranstalters waren noch einige Basileten eingetragen, die aus unerfindlichen Gründen keine Luste hatten, sich der Prüfung im windigen Dauerregen bei ca 10°C, zu stellen. Bei den Damen konnte sich Tamara beim Schwimmen einen rechten Vorsprung verschaffen. Auf der Velostrecke zeigte Doris ihre Fahrerqualitäten und konnte die Führung übernehmen, welche sie bis ins Ziel noch ein wenig ausbaute. Bei den Herren übernahm Steffen beim Schwimmen die Führung, die er in der Wechselzone an Thömy abgeben musste. Auf der Velostrecke wurde Thömy zuerst von Frank und in der letzten Runde noch von Daniel überholt. Daniel konnte sich noch an Frank heran pirschen und ihn auch überholen. Auf der Laufstrecke fiel dann die Entscheidung, und Frank setzte sich zum x-ten mal nacheinander durch.

Auch dieses Jahr gab es wieder 4 Basileten, die sich zum ersten mal der Herausforderung IRONMAN gestellt haben: Patrick versuchte sich in Züich und konnte da auch glücklich und zufrieden einlaufen; Brian finishte am UK Ironman und Patrizia kam, sah und siegte in ihrer Altersklasse am Ironman France und qualifizierte sich so für Hawaii.

Es gab leider auch noch einen Pechvogel: Steffen war mit einer Schwimmzeit von unter einer Stunde super unterwegs. Leider stürzte er unverschuldeterweise in der zweiten Runde auf dem Rad bei einem Verpflegungsstand und musste warten, warten und warten (insgesamt 3 Stunden!), bis er seine Rennmaschine reparieren konnte (Kettenriss), und er sich wieder auf die Strecken begeben konnte. Nach der ersten Laufrunde waren die Schmerzen dann doch zu gross und Steffen musste aufgeben.

Natürlich möchte ich noch allen die sich der Herausforderung Ironman gestellt haben herzlich gratulieren zu ihrem Finish.

Auch gab es dieses Jahr noch den Gigathlon. Rölle war wieder als Single am Start und wurde auch dieses Jahr vom Pech verfolgt. Bei der ersten Disziplin, der Nachtfahrt mit dem Velo, stürzte er kurz vor den Wechselzone und brach sich das Schlüsselbein. Den Couples Doris und Frank sowie Zdenek möchte ich auch noch



herzlich gratulieren für ihre super Leistung. Auch das Triabasilea/Wildcats Team finishte mit einer tollen Leistung.

Auch an den Olympischen Triathlons konnten wir unsere Baslerstäbe in grosser Menge präsentieren. Waren doch am Seelandtriathlon 14, in Zug 8, in Zürich 7 und in Solothurn 11 Basileten am Start.

Diese Jahr wurde der Tria Basilea Cup etwas abgeändert und die Zeiten aus dem Schwimmen und Laufen wurden zusammen gezählt, und so kam es im August beim Zeitfahren zum showdown. Das Zeitfahren wurde als Jagdstart durchgeführt. Doris konnte sich bei den Damen wieder durchsetzen (Mädels macht es der Doris nicht immer so einfach!). Bei den Herren konnte Frank seinen Rückstand doch noch aufholen und Shaggy wurde auf den zweiten Platz verdrängt.

Als Saisonabschluss stellte sich Tria Basilea mit **FÜNF** Teams der Herausforderung des Ekiden Marathons. Auch hier entstanden sicher ein paar persönliche Duelle. Aber das Tria Basilea mit 30 Athleten am Start war, ist einfach sensationell!

Nicht nur an den Wettkämpfen, nein, auch in den Trainings floss der Schweiss in strömen.

Am Montag wurde nicht nur gelaufen, nein auch geschwommen. Beim Schwimmen haben sich sehr viele Mitglieder stark verbessert, was man beim 1 Km Cupschwimmen deutlich sehen konnte. Hier gehört natürlich noch ein herzliches Dankeschön an Frank, der uns mit seinem Training schnell gemacht hat.

In den Wintermonaten wurden am Samstag die Oberschenkel, die Waden und der Hintern auf dem Bike trainiert. Hier hatten wir von Sonne bis Schneesturm mit allen Bedingungen zu kämpfen (oder zu geniessen).

Am Sonntag bereiteten wir uns mit qualitativen Longjogs (man, waren die hart!) auf den Zürich Marathon vor.

Ab April ging es donnerstags und samstags auf das Rennvelo. An den Donnerstagen wurde die Kraft-Ausdauer, die Schnelligkeit oder das Wechseln trainiert. Bei den Wechseltrainings ging es dann richtig zur Sache, und da wurde um Sekunden gekämpft. An den Samstagstrainings machten wir in zwei Gruppen die Gegend unsicher. Im Frühling waren die Samstagstrainings super gut besetzt, von 12 bis 20 Athleten.

Über den 1. Mai streiften 11 Basileten durch die Pinienwälder von Mallorca und konnten sich eine super Grundlage für die Saison schaffen. Auf dem Fahrrad wurden ca. 750 km, beim Schwimmen ca. 10 km und beim Laufen „nur“ etwa 30 km (war ja auch ein Velolager) absolviert. Allgemein muss gesagt werden, dass das Trainingslager auf Mallorca eine super Sache war.

Im Frühling organisierte Tria Basilea das zweite Powerweekend am Schluchsee, und es fiel „ein wenig“ ins Wasser. Das Wetter war leider nicht wirklich toll, am Samstag musste das Koppeltraining abgebrochen (sche...kalt und Regen). Nach einem



kleinen Imbiss (Schnitzelbrot, Strammer Max, Sandwich) machten wir uns auf eine Runde um den Schluchsee (18 km) und wurden nochmals richtig verregnet. Auch die Aus- und Heimfahrt am Sonntag mussten wir etwas verkürzen. Schade! Als Abschluss möchte ich mich noch bei allen bedanken, die dazu beigetragen haben, dass wir im Jahr 2006 so viele schöne und anstrengende Trainingstunden zusammen verbringen konnten. Auch hat es mir sehr Spass gemacht, mit euch zusammen zu trainieren und zusammen an die Wettstreits zu fahren. So macht es auch uns viel Spass die Trainings zu leiten.

Der Sportchef

Thomas Ammann (Thömy)