

## In Mallorcas Bergen Muskelkraft getankt

### Höchstadter Triathleten absolvierten einwöchiges Trainingslager - Neue Homepage



HÖCHSTADT (kas) - Sieben Triathleten des TSV haben mit einem einwöchigen Trainingslager auf Mallorca die Basis für die Saison 2008 gelegt.

Die Baleareninsel bietet den RennradSportlern und Triathleten hunderte Kilometer von wenig befahrenen Straßen und Radwegen. Optimal, um die Grundlagen auf dem Rennrad zu trainieren. Hierzu wurden die Radeinheiten bei niedrigerem

Puls bei möglichst gleich bleibender Herzfrequenz absolviert. In der zweiten Wochenhälfte wurden dann auch schon Kraftausdauerfahrten am Berg bewältigt.

Der Pass von Sa Calobra, das Kloster Lluc und San Salvador stimmten auf die Saison 2008 ein. Bei sonnigem Wetter legten die Athleten um die 700 Kilometer zurück, doch auch Geselligkeit und Teamgeist kamen nicht zu kurz.

Die Abteilung Running/Triathlon präsentiert sich seit kurzem auf einer eigenen Internetseite. Unter [www.running-triathlon.de](http://www.running-triathlon.de) hielten die sieben Mallorca-Reisenden die daheimgebliebenen Kollegen auf dem Laufenden.

Ein weiteres Trainingslager steht zu Ostern in Südtirol an. Bereits im Mai wird Sigi Grau beim anspruchsvollen Ironman Lanzarote an den Start gehen. Ebenfalls im Mai werden die Athleten des TSV beim Baur-Triathlon zahlenmäßig stark vertreten sein.

23.2.2008

© NORDBAYERISCHE NACHRICHTEN, HERZOGENAURACH, HÖCHSTADT

