

Idar-Oberstein: Triathleten feiern Trainingsfreigabe im Hallenbad!

Triathleten des ITV erhalten Trainingszeit im Hallenbad Idar-Oberstein, um Erfolge nach herausragenden Leistungen zu fördern.



Die Triathleten des Idarer Turnvereins (ITV) aus Idar-Oberstein dürfen sich über eine besondere Belohnung freuen. Die Stadtwerke haben ihnen die Erlaubnis erteilt, das Hauptbecken des Hallenbades zu nutzen. Dort können sie nun montags von 20 bis 21 Uhr trainieren, und das voraussichtlich bis Ende Mai. Wie die **Rheinpfalz** berichtet, ist diese Unterstützung eine Anerkennung für die herausragenden Leistungen der Athleten im Jahr 2024.

Die Trainer und Athleten des ITV sind begeistert über diese Möglichkeit, insbesondere da die Nutzung des Schwimmbades in der Rilchenberg-Kaserne derzeit nicht möglich ist. Carla Leyser, die Leiterin der Schwimmabteilung des ITV, hat sich bei der

Stadt Idar-Oberstein für die Unterstützung bedankt. Sie hebt hervor, wie wichtig diese Trainingszeit für die Athleten ist, die den Verein und die Stadt über die Stadtgrenzen hinaus vertreten.

Erfolgreiche Leistungen und bevorstehende Wettkämpfe

Im vergangenen Jahr haben die Triathleten des ITV bemerkenswerte Erfolge bei Ironman-Wettbewerben erzielt. Viele von ihnen konnten sich sogar für die Weltmeisterschaften der Frauen qualifizieren. Mit Blick auf die bevorstehenden Wettkämpfe haben die Athleten ihre Teilnahme am „Dock2Dock Swim“ in London und am Ironman in Frankfurt geplant. Weitere Wettkämpfe werden voraussichtlich Ende März festgelegt, was die Vorfreude innerhalb des Vereins steigert.

Triathlon selbst ist eine komplexe Sportart, die Schwimmen, Radfahren und Laufen kombiniert. Effektives Training erfordert einen gut strukturierten Trainingsplan, insbesondere für solche herausfordernden Wettkämpfe. Die Ironman-Distanz umfasst 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und einen Marathonlauf. Ein Finish unter 10 Stunden bei einem Ironman gilt als angestrebte Zielmarke, was den hohen Leistungsanspruch unterstreicht. Anfänger, die in diesen Sport einsteigen möchten, sollten sich ebenfalls einen detaillierten Trainingsplan erstellen, um die anspruchsvollen Anforderungen des Triathlons zu meistern, wie **Kickass Sports** erläutert.

Insgesamt zeigt die Unterstützung der Stadtwerke, wie wichtig die Förderung des Sports in der Region ist. Durch die Trainingsmöglichkeiten werden die Athleten nicht nur gestärkt, sondern sie bringen auch eine positive Reputation für die Stadt Idar-Oberstein nach außen. Das Engagement der Stadt und des ITV ist ein Zeichen für die Wertschätzung von Leistungssport und sollte auch in Zukunft erhalten bleiben.

Details	
Quellen	• www.rheinpfalz.de • www.idar-oberstein.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de