

Triathlon

Termine 2025

Jonas Deichmann Mehr Ausdauer geht nicht

Größte Ausdauerleistung aller Zeiten Weil ich es kann!

Klingt ziemlich überzeugt von sich selbst und einer Sache, die wahnsinniger nicht sein könnte. Von der Triathlonreise, auf der Jonas Deichmann versucht, 120 Triathlon-Langdistanzen am Stück und damit einen neuen Weltrekord zu schaffen. Tagtäglich 3,8 km schwimmen, 180 km Rad fahren und 42,2 km laufen? Ist diese Ausdauerleistung Wahnsinn oder vielleicht ein Beispiel dafür, wie man mit Entschlossenheit und Enthusiasmus das Erreichen kann, was man sich erträumt? Dieses Buch erzählt die inspirierende Geschichte eines außergewöhnlichen Sportlers, der den Menschen im fränkischen Triathlon-Landkreis Roth ein Sommermärchen geschenkt hat. Und es bietet einen exklusiven Blick hinter die Kulissen und zeigt, wie ein kleines Betreuer-Team, ergänzt durch medizinische und physiotherapeutische Unterstützung, im Hintergrund dazu beiträgt, das Unmögliche möglich zu machen.

Zusammen sind das in 120 aufeinander folgenden Tagen 456 Kilometer Schwimmen, 21.600 Kilometer Radfahren und 5.063 Kilometer Laufen. Deichmanns Challenge 120 durch den Triathlon-Landkreis Roth ist nicht nur ein sportliches Ereignis, sondern ein kaum vorstellbares Abenteuer, eine Ausdauerleistung „jenseits des Denkbaren“ (Dr. med. Bernd Langenstein).

Die Magie von Roth

Das bei Nürnberg gelegene Städtchen Roth ist seit 40 Jahre ein Mekka für Triathlon-Enthusiasten aus aller Welt. Der legendäre DATEV Challenge Roth zieht jedes Jahr Tausende Athleten und Hunderttausende Zuschauer an und ist bekannt für seine begeisternde Atmosphäre. Hier erfährt auch Deichmann selbst, dass sich Begeisterung auf seine Challenge 120 übertragen kann. Jeden Tag feuern ihn viele Zuschauer an der Strecke an und jubeln ihm im Ziel zu, außerdem hat er stets Begleitung von anderen ambitionierten Sportlern, die mit ihm schwimmen, Rad fahren und laufen oder sogar die gesamte Langdistanz mitmachen. Eindrucksvolle Fotos entstehen und zeigen, dass er nie alleine war. Sogar der Landrat von Roth läuft mit, und damit seinen ersten Marathon.



Die Sonne im Herzen brauchte es, denn viele Tage mit dauerhaftem Regen machten unsicher, ob in Kombination mit der täglichen Grenzbelastung nicht doch ein Infekt ausbricht und die Challenge gefährdet. Es braucht jeden Tag eine neue Motivation und eine Startnummer, die von Tag 1 bis zur Startnummer 120 vorbereitet war. Für ein Vorhaben, das noch keine Referenzwerte kannte. Deichmann hat sie geschrieben. Mit einer bisher nicht gekannten Ausdauer eines Menschen, der auch die kleinen Dinge sieht. Er fährt vorbei an den Kirchweihfesten von Büchenbach und Roth und am Burgfest in Hilpoltstein, während Hunderttausende in der ganzen Welt seine Aktion auf Instagram verfolgen. Ach ja, interessante Randnotizen von Wetter, Zeit und Ernährungsplan gibt es im Buch auch.

*30. Braunauer Sprinttriathlon
powered by APG & Hörmann
am 4. Mai 2025*





600m Schwimmen 23km Radfahren 6km Laufen

Alle Infos unter www.tribraunau.at








Den schaffte auch zur ganz persönlichen Freude sein Vater Sammy, während ihn sein Bruder Siddy auf ganzen 74 Langdistanzen begleitete.

Die Community wuchs von Tag zu Tag. Dabei stieg er schon mal vom Rad ab, um im Rathaus mit der Challenge Familie Walchshöfer auf das 40. Jubiläum von Triathlon in Roth anzustoßen. Er hilft seinem Bruder, der ernsthaft verletzt im Straßengraben liegt, und genießt so manches Spalier von Zuschauern. Feuerwehrleute und Polizisten standen schon mal in Mannschafsstärke, Gabelstapler und Feuerwehrleitern hat man sonst noch nie als Spalier wahrgenommen. Da stand auch eine Familie, die Tag für Tag seine spezielle Verpflegungsstelle bei Kilometer 30 besetzte. Tag 60 aber war ein ganz besonderer. Mitten in der Schar der offiziellen DATEV Challenge Roth zu starten, als die Sieger Magnus Ditlev und Anne Haug die alten Weltbestzeiten pulverisierten.

Jeden Tag eine neue Startnummer

Die Sonne im Herzen brauchte es, denn viele Tage mit dauerhaftem Regen machten unsicher, ob in Kombination mit der täglichen Grenzbelastung nicht doch ein Infekt ausbricht und die Challenge gefährdet. Es braucht jeden Tag eine neue Motivation und eine Startnummer, die von Tag 1 bis zur Startnummer 120 vorbereitet war. Für ein Vorhaben, das noch keine Referenzwerte kannte. Deichmann hat sie geschrieben. Mit einer bisher nicht gekannten Ausdauer eines Menschen, der auch die kleinen Dinge sieht. Er fährt vorbei an den Kirchweihfesten von Büchenbach und Roth und am Burgfest in Hilpoltstein, während Hunderttausende in der ganzen Welt seine Aktion auf Instagram verfolgen. Ach ja, interessante Randnotizen von Wetter, Zeit und Ernährungsplan gibt es im Buch auch.

„Weil ich es kann!“ könnte auch ein Motivationsbuch für Dich sein. Für Deine ganz persönliche Challenge, immer wieder in Bewegung zu bleiben.

Verlag Waller Dengler GbR München, www.wallerdengler.de
272 Seiten
23,00 Euro
ISBN 978-3-000-79698-2

Tri Braunau eröffnet die Saison

Am 4. Mai heißt es in Braunau zum 30. Mal ins Wasser, aufs Rad und in die Laufschuhe. Tri Braunau und ihre Obfrau Nicole Jankowski laden zum „Länderkampf“ Österreich-Bayern direkt an der Grenze zwischen Deutschland und Österreich am Inn ein.

Patrick Lange zum dritten Mal Ironman Weltmeister

Der Athlet aus dem Salzburger Land und Mitglied des ERDINGER Active Team hat das Triple geschafft. Nicht zuletzt durch seine Laufstärke bei seinen insgesamt sechs Ironman-Siegen. Zum dritten Mal wurde er nun mit Streckenrekord von 7:35:53 Std. Ironman Weltmeister 2024 auf Hawaii - nach 47:09 Min. Schwimmen, 4:06:22 Std. Radfahren und mit einem finalen Marathon in 2:37:34 Std.

Damit aber noch nicht genug. Schließlich setzte sich Laura Philipp in Nizza ebenfalls die Weltmeisterkrone im Ironman auf. Sie triumphierte nach 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und dem Marathon mit 8:45:15 Stunden. Ein deutsches Triathlonjahr vom feinsten machte Anne Haug bei ihrem Sieg im fränkischen Roth perfekt, als sie in 8:02:38 Stunden die Weltbestzeit pulverisierte.

Um das deutsche Topergebnis im Triathlon komplett zu machen, gewannen Laura Lindemann, Lisa Tertsch, Lasse Lührs und Tim Hellwig bei Olympia 2024 in Paris die Goldmedaille im Staffel-Bewerb.

22.03.	Swim & Run	Markt Indersdorf	Obb
01.05.	Ironman 70.3 Schweiz	Rapperswil	SUI
04.05.	Ironman 70.3 Venedig	Jesolo	ITA
04.05.	Duathlon	Krailling	Obb
04.05.	Main Duathlon	Miltenberg	Ufr
04.05.	Sprint Triathlon	Braunau	AUT
10.05.	Kalterer See Triathlon	Kaltern	ITA
10.05.	Triathlon	Weiden	Opf
10.05.	Cross Triathlon	Günzburg	Schw
10.05.	Aloha Tri	Steyregg	AUT
18.05.	Triathlon	Deggendorf	Ndb
21.06.	Austria extreme	Graz	AUT
24./25.05.	Triathlon CUP	München	Obb
25.05.	IFA Nonstop Tri	Bamberg	Ofr
25.05.	Ironman 70.3 Kraichgau	Kraichgau	GER
25.05.	Ironman 70.3 St. Pölten	St.Pölten	AUT
31.05.	Triathlon	Kirchbichl	AUT
01.06.	Audi Triathlon	Ingolstadt	Obb
01.06.	Main City Triathlon	Schweinfurt	Ufr
01.06.	Triathlon Heilbronn	Heilbronn	GER
01.06.	Stadttriathlon	Erding	Obb
01.06.	Stadttriathlon	Forchheim	Ofr
07.06.	Triathlon	Kallmünz	Opf
13.06.	Firmentriathlon	Salzburg	AUT
14.06.	Triathlon	Bregenz	AUT
15.06.	Triathlon	Lauingen	Schw
15.06.	Laufstyle Würzburg Triathlon	Erlabrunn	Ufr
15.06.	Ironman Austria	Klagenfurt	AUT
21.06.	Rothsee Triathlon	Hilpoltstein	Mfr
22.06.	Triathlon CUP	Landshut	Ndb
22.06.	Triathlon	Neustadt/Donau	Ndb
22.06.	Triathlon	Zusmarshausen	Schw
28.06.	Challenge Kaiserwinkel	Walchsee	AUT
28.06.	Unterallgäuer Triathlon	Ottobeuren	Schw
29.06.	40. TenneT Powertriathlon	Trebgest	Ofr
29.06.	Triathlon	Feuchtwangen	Mfr
29.06.	Drachentriathlon	Furth im Wald	Opf
29.06.	Waldsee Triathlon	Wemding	Schw
29.06.	Ironman Europe	Frankfurt	GER
04.-06.07.	Challenge for all/Jun./Ch.	Roth	Mfr
06.07.	Tegernsee Triathlon	Gmund	Obb
06.07.	Aloha Tri	Linz	AUT
12.07.	Wuggi Triathlon	Viechtach	Ndb
12.07.	Triathlon	Hof	Ofr
13.07.	Churfranken Triathlon	Niedernberg	Ufr
13.07.	Karlsfelder See Triathlon	Karlsfeld	Obb
18.-20.07.	Trumer Triathlon	Obertrum	AUT
19.07.	40. Kirchweih Triathlon	Velburg	Opf
26.07.	Höglwörthersee Triathlon	Anger	Obb
27.07.	Kuhsee Triathlon	Augsburg	Schw
27.07.	Triathlon	Erlangen	Mfr
02.08.	Mainfranken Triathlon	Kitzingen	Ufr
03.08.	Wörthsee Triathlon	Wörthsee	Obb
03.08.	Öttinger Triathlon	Öttingen	Schw
03.08.	Aloha Tri	Traun	AUT
09.08.	3muc Triathlon	Mü-Oberschleißheim	Obb
10.08.	Schaffhauser Triathlon	Schaffhausen	SUI
10.08.	Triathlon	Nürnberg	Mfr
15.-17.08.	XTERRA 0-SEE Challenge	Zittau	GER
17.08.	Allgäu Triathlon	Immenstadt	Schw
24.08.	Ironman Schweiz	Thun	CHE
30.08.	Austria Triathlon	Podersdorf	AUT
31.08.	Brombachsee Triathlon	Pleinfeld	Mfr
31.08.	Ironman 70.3 zell am See	Zell am See	AUT
07.09.	Mondseeland Triathlon	Mondsee	AUT
03.10.	CrossDuathlon	Zusmarshausen	Schw