

Schwalbe-XsAMPL Team

powered by **PANACEO** Activated Zeolite
www.panaceo.com

Ultrabericht

vom Ultra Triathlon Triple Iron Man World Championship 2006
11,4 km swim - 540 km bike - 126,6 km run

KÄRNTEN
WOCHE
Jeder löst sie!

PANACEO Active Mineral
www.panaceo.com

Moosburg
macht Munter

SPORT TIMING

10.01

UT 14. - 17. 06. 2006 **UT**



Schwalbe-Xsampl Team

powered by **PANACEO** Activated Zeolite
www.panaceo.com

Der Anfang

Nach Beendigung des Ultra Triathlon Double Iron im Vorjahr, waren sich fast alle einig, am Ultra Triathlon TRIPLE Ironman 2006 ebenfalls teilzunehmen.

Leider konnten wir nicht alle Rollstuhlsportler von unserem letztjährigen Team dazu motivieren, wieder dabei zu sein und so entschlossen wir uns, eine Staffel aus Rollstuhlfahrern und Gehern (Fußgänger) zu organisieren.

Hinzu kam, dass wir die Distanzen - 11,4 km Schwimmen, 540 km Radfahren, 126,6 km Laufen - unter 30 Stunden schaffen wollten.

Einige der alten Athleten wie, Barbara Sima, Walter Ablinger, Alexander Rak, Daniela Rak und Reini Sampl waren sofort dafür zu begeistern.

Umso schwieriger war die Suche nach einem fünften Rollstuhlfahrer, der alle drei Sportarten bewältigen konnte. Nach langem hin und her gelang es uns jedoch, Gebhard Kurzweil für unseren Event zu begeistern.

Die restlichen 4 Freizeitsportler waren auch schnell gefunden:

Klaus Obermayer, Karl Frank, beide sehr gute Freizeitsportler des Postsportvereins, sowie Manfred Raudaschl (Ironmanteilnehmer) und Harald Grabner (ehemaliger Profibasketballer) stießen neu zu unserem Team hinzu.

Wir waren somit komplett!

Dieses Jahr wollten wir unseren Langdistanztriathlon professioneller organisieren und fanden mit MMag. Dr. Robert Korb einen Teamcoach, der für die Pressearbeit und Sponsorensuche zuständig war. Ein eigener Folder über unser Team wurde von der Fa. Kreativsign entworfen und die Suche nach Sponsoren konnte beginnen (mehr dazu unter "Hinter den Kulissen").



Das Schwalbe-Xsampl Team am Tag des Bewerbs mit allen Betreuern

Schwalbe-XsAMPL Team

powered by

Activated Zeolite
PANACEO
www.panaceo.com

Trainingslager - 9. bis 13. April 2006

Durch die tolle finanzielle Unterstützung der Fa. Ralf Bohle, gelang es uns, Anfang April ein Trainingslager in Klagenfurt zu organisieren.



Leider konnten nicht alle Sportler verletzungsbedingt daran teilnehmen. Reini hatte sich an der Schulter verletzt und Alex zog sich beim Handbiken eine Verletzung am Fuß zu.

Der Schwerpunkt beim Trainingslager wurde auf das Erlernen der richtigen Schwimmtechniken gelegt. Unsere Schwimmtrainerin Heidi (Sport Project) konnte Gehern, wie auch Rollifahrern hilfreiche Technik-Tipps geben. Schon nach wenigen Tagen effizientem Training, stellte sich der Erfolg ein.

Täglich wurden nach dem Schwimmtraining (und einem leckeren Frühstück aus dem Hause Rak) auch noch Trainingseinheiten mit dem Handbike und/oder dem Rennrollstuhl sowie Kraft-Ausdauer trainiert.



Babsi und Walter



Walter beim Dehnen



Pausen gab es nur zum Zuhören...

KLAGENFURT-SPORT | 23

Sportlerwahl

Drei Kandidaten hoffen auf Ihre Unterstützung

Bis Freitag, 16 Uhr, zählt jede einzelne Stimme.

KLAGENFURT. Zum dritten Mal in diesem Jahr sucht die Kleine Zeitung wieder in Klagenfurt bzw. Klagenfurt/Land den Sportler des Monats. Diesmal sind fechter Dominik Wolgemuth, Schi-Brennläufer Michael Saldaña und Schwimmer Christian Zaig kandidieren.

Diese drei hoffen auf Ihre Stimmen. Unterstützen Sie die drei Kandidaten?

1. durch eine SMS. Senden Sie eine Kurznachrichte mit dem Stichwort WM und dem MMS-URNUMEN Ihres Favoriten an die Nummer: 0900 900 666 (0,30 Euro pro SMS).

2. im Internet. Auf www.kleinzeitung.at/sportlerwahl klicken Sie die Region Ihrer Wahl an. Dort finden Sie eine Abstimmungsformular. Bitte vollständig ausfüllen und einfach auf „Senden“ klicken.

3. per Stimmzettel. Einfach Ihren Originalstempel (keine Kopie!) auf dieser Seite anfüllen, ausschneiden und abschicken.

Hole Stimme, die auf einen der drei genannten Wege bis Freitag, 16 Uhr in der Redaktion eintrifft, kommt in die Wertung. Freitag abend!

Stimmzettel
Mein Abstimmungsstempel in der Region
(RT)

Kleine Zeitung, 11.04.2006



Landesrat Wolf Scheidl mit den Athleten und den Sponsorenvertretern

Aktuell

Edelweiss siegt
STOCKSPORT. Großartiger Erfolg von SV Edelweiss Klagenfurt 1 bei den Adak-Mixed-Bundesmeisterschaften im Landesleistungszentrum in Klagenfurt. Das Team Birgit Gerzabek und Otto Pechler, sowie Robihard Mooswaller und Martin Tafner holten sich den Titel vor zwei städtischen Mannschaften. Das zweite Team von Edelweiss kam auf Rang sechs.

Abschlag
GOLF. Der Golfplatz in Sellenheim hat am Wochenende eröffnet, trotz des längeren Winters ist der Kurs schon in einem guten Zustand.

Große Herausforderung für ein großartiges Team

Bei der Ultratriathlon WM in Moosburg wird mit dem „Schwalbe XsAMPL Team“ eine ganz besondere Mannschaft am Start stehen.

Bei der Ultratriathlon WM in Moosburg wird mit dem „Schwalbe XsAMPL Team“ eine ganz besondere Mannschaft am Start stehen. Das Team besteht aus fünf Behinderten- und fünf Hobbysportlerinnen und fünf Freizeitsportlerinnen, an allen Wettkampfstufen des Ultratriathlon, die in der Zeit von 14.-17. Juni in Moosburg stattfinden, teilnehmen wird.

Das „Schwalbe XsAMPL Team“ bestehend aus den Kärntnerinnen Alexandra Rak, Barbara Sima, Daniela Rak, Harald Grabner, Gerhard Kurzweil, Manfred Raasdachl, Karl Frank und Klaus Obermayr, dem Tiroler Reini Sampil sowie dem Oberösterreichischen Walter Abtlinger, werden diese Höchstleistung in Angriff nehmen. Noch dazu mit dem hochpreisigsten Ziel des Paserer Innerschiff von 30 Stunden zu bewältigen und damit den WM-Titel in ihrer Klasse zu holen. „Das

Kleine Zeitung, 11.04.2006

Norbert Unterköfler in Form

RAIDSPORT. Der Oberkärntner Norbert Unterköfler (RC Feld am See) triumphierte beim Kriterium in Voitsberg in der Kategorie Masters Elite.

wurde dieser Traum Wirklichkeit. Am Sonntag versammelte sich die politische Prominenz mit LH Dr. Haider und das Who is who des Rudersports mit

Wien und Ottensheim in die Vollenendung gehen konnte. In einem Jahr soll das von Architekt Helmut Ogris geplante Objekt fertig geschulden zu installieren, ein „Stams für Rudlerer“.

678 Kilometer Schwerstarbeit

Je fünf Behinderten- und Hobbysportler bilden bei der WM (11,4 km Schwimmen, 540 km Rad, 126,6 km Laufen) in Moosburg ein Team.

MOOSBURG. In der Arnfelggemeinde finden vom 14. bis 17. Juni die Weltmeisterschaften im Ultra-Triathlon statt, der über die Gesamtdistanz von 678 km geht. Dreimal ist die Ironmandistanz zu bewältigen, wobei mit einer Gesamtzeit von rund 30 Stunden für die Erstplatzierten gerechnet wird. Unter den rund 100 erwarteten Meldungen steht das von der Firma Panaceo geführte „Schwalbe X Sampil Team“ besonders hervor.

Kärntner Tageszeitung, 11.04.2006

Am Ende des Trainingslagers wussten alle, wie es um ihre Kondition stand und in welchem Bereich wir noch einiges an Training brauchten.

Auch die Presse war schon Feuer und Flamme für unser Team! Gemeinsam mit Hrn. LR Dr. Wolfgang Schantl und Fr. Corinna Kofler (PANACEO) wurde eine Pressekonferenz mit den Athleten (und Betreuern) in Klagenfurt abgehalten.

Schwalbe-Xsampl Team

Der Tag X

Mittwoch, 14.06.2006

powered by

Activated Zeolite
PANACEO
www.panaceo.com

Das gesamte Team traf sich zur Eröffnung der UT 3 World Championship im Moosburger Sportstadion.

Leider verletzte sich Reini Sampl in dieser Zeit an der Schulter und konnte nicht mehr am Bewerb teilnehmen.

Es kam ein bisschen Krisenstimmung auf, da wir nun nur noch neun Teilnehmer waren!

Aber unter dem Motto

"Ein starkes Team lässt sich nicht unterkriegen!" wurden noch die letzten Details besprochen.

Und es herrschte Einigkeit:

Wir schaffen unser Ziel auch nur mit 9 Sportlern!



Leicht verzwickte Mienen bei der Eröffnung - einer fehlt!

START und SCHWIMMEN - 21 Runden a 542m = 11,4km

Donnerstag, 15.06.2006



Das Camp im frühen Morgen

Um 6 Uhr morgens trafen alle Athleten im Camp ein und bereiteten sich auf den Start um 8 Uhr vor. Es herrschte eine tolle und knisternde Stimmung, aber keiner unserer Athleten war nervös oder unruhig. Die meisten Betreuer wussten noch nicht genau, auf was sie sich da eingelassen hatten.

Pünktlich um 8 Uhr erfolgte dann der Startschuss für den Triple UT. Manfred, unser erster Schwimmer, legte einen tollen Start hin. Auch unser Gesundheitsreferent LR Dr. Wolfgang Schantl war dabei und feuerte uns kräftigst an!



Massenstart im Moosburger Teich



Prominente Zuseher -
LR Dr. Schantl und Bgmst. Gaggl



Manfred (links) ganz konzentriert



Dani vor der ersten Runde

KARNTEN
SPORT

Schwalbe-Xsampl Team

powered by

Activated Zeolite
PANACEO
www.panaceo.com

Fortsetzung SCHWIMMEN



Alex kurz vorm Schwimmen mit Gerhard



Charlys letzter Blick zurück...



Babsi vor....



...und nach dem Schwimmen



Walter bei den Vorbereitungen



Harald beim Interview



Klaus mit Betreuer Benni



Gebi mit Blick in die "Fluten"...



...und danach beim kurzen Ausspannen

Gewechselt wurde jede Runde, damit jeder sein Bestes geben konnte. Spitze Zeiten legten heuer vor allem unsere Rollis hin!



Harald übergibt an Alex

Nach 21 Runden übergab unser Schlusschwimmer Harald an Alex. Nach nur 4 Stunden und 30 min begab er sich auf die Radstrecke. Das Schwimmen und damit die schwierigste Disziplin, war somit Geschichte.

Schwalbe-Xsampl Team

powered by **PANACEO** Activated Zeolite
www.panaceo.com

RADFAHREN - 90 Runden a 6km = 540 km



Klaus nach den ersten Runden

Nicht wie voriges Jahr mit Hauben, dicken Jacken und Handschuhen ging es diesmal auf die Radstrecke! Dieses Jahr präsentierte sich das Wetter wohl von seiner schönsten Seite, mit Temperaturen um 35 Grad!



Alex



Charly



Babsi

Unsere Betreuer arbeiteten auf Hochtouren und versorgten uns mit Getränken und Essen. Kaum von der Radrunde zurück, wurde uns schon wieder eine voll gefüllte Trinkflasche unter die Nase gehalten. Trinken, trinken und nochmals trinken lautete die Devise um unsere tollen Leistungen beim Radfahren aufrecht zu erhalten.



Manfred und Dani

Jeder der Athleten der sich nicht gerade auf der Radrunde befand, suchte sich nach Möglichkeit ein schattiges Plätzchen zum Ausruhen. Unser Betreuer Björn veranstaltete eine Trialshow neben unserem Athletencamp und brachte so manche zum Staunen.



Dani

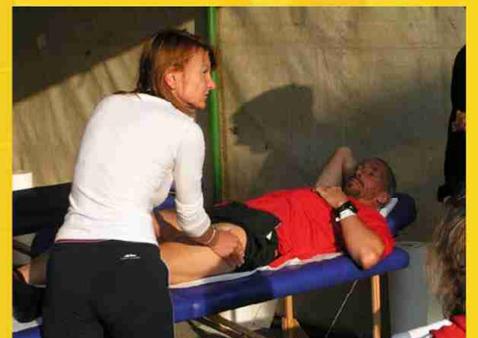
Natürlich nutzten auch einige die guten Hände von Susanne, der Masseurin, um ihre müden Glieder wieder auf Vordermann zu bringen...



...kurze Ruhepause



Björns Trialshow



Charly bei der wohlverdienten Massage

Schwalbe-Xsampl Team

powered by **PANACEO** Activated Zeolite
www.panaceo.com

Fortsetzung RADFAHREN

Es waren alle froh als endlich die Nacht hereinbrach und es mit den Temperaturen ein wenig bergab ging. Die Radrunden in der Nacht waren genauestens eingeteilt, damit fast jeder unserer Athleten zu einer verdienten Pause kam.



Harald in der Dämmerung



Klaus



Daniela

Aber unsere Betreuer dachten natürlich nicht ans schlafen gehen. Entweder waren sie an der Strecke, um die Rundenzeiten zu stoppen, begleiteten die Athleten zur Wechselzone, schauten darauf das unsere Bekleidung immer trocken wurde oder feuerten uns an und zählten unsere absolvierten Radrunden.



Die unermüdlichen Betreuer



Manfred mit Betreuer

Es befanden sich schon die ersten Läufer der Staffeln auf der Laufstrecke und wir mussten kräftig Gas geben um dann endlich um 05 Uhr 30 vom Rad auf das Laufen bzw. Rennrollstuhlfahren zu wechseln.

Wir lagen in der berechneten Zeit. Manfred übergab nach der letzten Radrunde an Gebi.



Luis Wildpanner, Weltmeister im UT3



Übergabe von Manfred an Gebi

Schwalbe-Xsampl Team

powered by **PANACEO** Activated Zeolite
www.panaceo.com

LAUFEN - 60 Runden a 2,11 km = 126,6 km

Da ein Teil der Laufstrecke auf dem Gehsteig absolviert werden musste und dies für unsere Rollstuhlsportler ein Hindernis dargestellt hätte, wurde von Bürgermeister Herbert Gaggl veranlasst, an den entsprechenden Stellen Rampen zu asphaltieren. Ein großes Dankeschön dafür im Namen des Teams!



Gebi bei seinen ersten Runden

Jetzt waren unsere Rollstuhlfahrer gefragt! Wir hatten einen Rückstand von 23 Runden auf die führende Staffel. Alles lag also in der Hand unserer Rollstuhlsportler.

Als erster und mit sportlicher Hingabe fuhr Gebi (unser Rennrollstuhlspezialist) in einem wahnsinnigen gleichmäßigen Tempo die ersten 10 Runden. Danach gingen Walter, Alex und Babsi auf die Strecke.



Alex



Babsi



Walter

Natürlich mussten auch unsere restlichen Sportler die Runde laufen - und in einem schnellen Tempo noch dazu! Man glaubt gar nicht, welche Energien nach 24 Stunden Einsatz noch in jedem stecken. Nach kurzer Überprüfung der Rundenanzahl waren wir noch immer an letzter Stelle, aber nur noch 2 Runden zurück. Natürlich wollten wir nicht letzter werden - unsere Rollstuhlsportler fuhren wie wild die nächsten Runden.

„Gebt Gas haut die besten Leute rein!“ rief uns der Veranstalter Gerhard Amtmann zu. Und genau das taten wir dann auch! Obwohl einige schon sehr entkräftet, rollten oder liefen sie die letzten Runden als wäre der Teufel hinter ihnen her.

Die letzte Runde absolvierte Gebi für das Team.



Charly



Klaus



Dani



Harald

Schwalbe-Xsampl Team

powered by **PANACEO** Activated Zeolite
www.panaceo.com

ZIELEINLAUF - nach 29 Stunden 36 Minuten 6 Sekunden

Robert unser Teamcoach organisierte wie voriges Jahr die Polizei, um uns mit Blaulicht ins Zielgelände zu begleiten. Unsere Rechnung ging auf! In 29 Stunden 36min und 6sek überliefen wir unter tosendem Applaus der Moosburger Bevölkerung und hunderter Zuschauer die Ziellinie!



Alex



Manfred



Dani



Unser Team mit Betreuern im Ziel

Nach dem Zieleinlauf wurde noch ordentlich gefeiert!

Einige mussten sogar - wie versprochen - ein paar Haare lassen...



Charly als Friseur bei Babsi...



...Robert...



...und Corinna!

Bürgermeister Gaggl, Veranstalter Gerhard Amtmann, unsere Betreuer und Fans empfangen uns im Zielgelände.

Kurz nach unseren Zieleinlauf lief noch eine Staffel ein und ein paar Minuten später noch eine. Wir konnten unser Glück kaum fassen. Wir wurden tatsächlich fünfter und hatten somit bei den letzten paar Laufrunden noch 2 Staffeln überholt!!

Bürgermeister Gaggl übergab uns noch eine Kiste Bier die wir mit "unseren Verlierern" teilten und sofort austranken!

Schwalbe-Xsampl Team

powered by **PANACEO** Activated Zeolite
www.panaceo.com

SIEGEREHRUNG

Samstag, 17.06.2006

Das gesamte Team traf sich am Samstag den 17.06.2006 pünktlich zur Siegerehrung auf dem neuen Sportgelände in Moosburg. Die anwesenden Sportler und das Publikum empfingen uns mit einem fulminanten Applaus. Nach einer kurzen Ansprache von Dani, verlieh uns der Veranstalter einen Sonderpreis für unseren tollen 5. Platz!



Gespanntes Warten auf die Siegerehrung



Moosburg Moosburg
Unser Team wurde eigens geehrt! Wir fühlten uns wie Sieger!



Gebi



Charly



Walter und Manfred mit ihren Sonderpreisen



Babsi

Schwalbe-Xsampl Team

powered by

Activated Zeolite
PANACEO
www.panaceo.com

Hinter den Kulissen... - Sponsoren

Die Teilnahme am UT3 wäre nie möglich gewesen, wenn wir nicht so zahlreich von Sponsoren unterstützt worden wären. Allen voran natürlich die Fa. Ralf Bohle, die uns schon voriges Jahr und auch heuer wieder kräftig unterstützt hat. Danke unserer „Schwalbetante“ Manuela Zahn.



Corinna Kofler

Ebenso die Fa. Panaceo, die uns mit Nahrungsergänzung und dem Startgeld unterstützt hat. Mag. Corinna Kofler, selber eine passionierte Sportlerin, hat uns während des gesamten UT begleitet und angefeuert! Danke Corinna!



Manuela Zahn



Gesundheitsreferent Dr. Wolfgang Schantl und Kärnten Sportchef Reinhard Tellian, stellten uns die super Teamkleidung und einen namenhaften Betrag zur Verfügung! Ebenfalls der Klagenfurter Stadtrat Dr. Dieter Jandl.



Reinhard Tellian



Dieter Jandl



Die "Maierhofers"

Vorbildlich gestaltete sich auch heuer wieder die „Infrastruktur“ des Athletencamps, die für uns bereitgestellt wurde von der Fa. Maierhofer. Vom Kühlschrank, über Werkzeug bis zum Riesenzelt wurde alles für uns organisiert, aufgebaut und zur Verfügung gestellt. Horst machte außerdem sehr viele Fotos, die als Grundlage zu diesem Bericht gedient haben! Danke an die Fa. Maierhofer, mit allen Mitarbeitern!!

Wir danken auch recht herzlich allen andere Sponsoren: Fa. Legat, Sport Thomasser, Riedergarten Immobilien, Hirsch Uhren, Kreativsign, Fa. Jörg Beinl und den vielen anderen für die tollen Sachspenden!

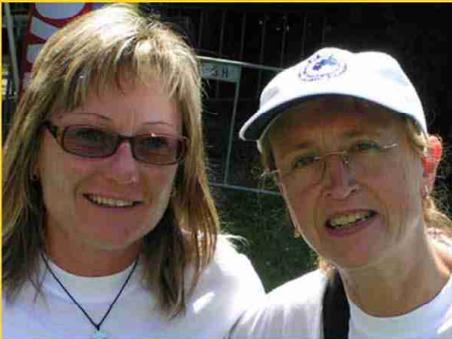


Schwalbe-Xsampl Team

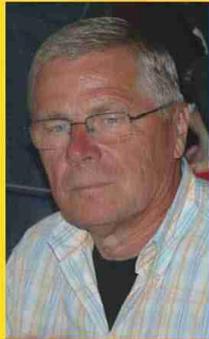
powered by **PANACEO** Activated Zeolite
www.panaceo.com

Hinter den Kulissen - unsere Betreuer

Wir waren und sind ein großartiges Team. Jeder unserer Sportler und Betreuer hat seinen Teil dazu beigetragen, dass wir so erfolgreich unser Ziel erreichen konnten!



Brigitte und Isabella



Norbert



Björn



Vanessa

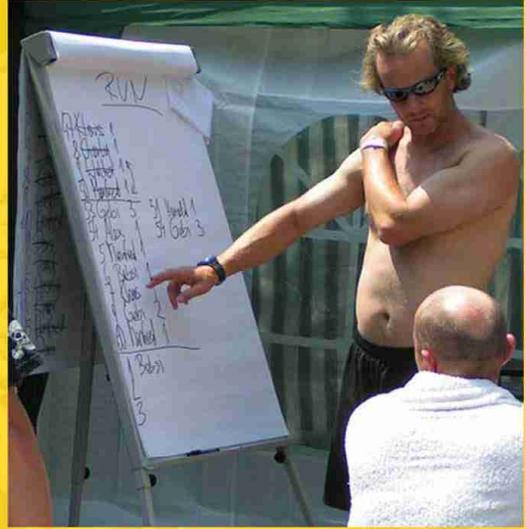


Benny

Ein großes Danke gebührt daher unseren Betreuern: Fa. Maierhofer mit Kurt, Alex, Marvin, Hans und Horst. Zudem Brigitte, Isabella, Norbert, Nussy, Benni und Björn, die allesamt an unserem Erfolg maßgeblich beteiligt waren. Dank auch an unserem Teamcoach MMag. Dr. Robert Korb.



Unser Team nach dem Zieleinlauf



Unser Teamcoach bei der Einsatzplanung

Und nächstes Jahr - lasst euch überraschen - folgt die nächste große Herausforderung für unser gesamtes Team. Es erwartet uns auf alle Fälle wieder...

DIE HÖLLE IN MOOSBURG

Wir freuen uns schon riesig darauf!