

Off- Season

Geschrieben von: Meike

Freitag, den 12. November 2010 um 11:59 Uhr

Nachdem ich wieder hier in good, cold Germany bin habe ich mich entschlossen jetzt meine drei wöchige Off-season einzulegen. Mein Körper und auch mein Kopf brauchen nach einer 12 monatigen Saison, gut 20 Wochen Reisen, drei Ironman-Wettkämpfe, vier Kurzdistanzen und einigen Stolperfallen eine Pause.

Ich bin zufrieden mit dieser Saison. Ich habe einen 6ten Platz in Süd Afrika, ein Top Ten in Frankfurt, einen 3ten Platz in Erding beim Stadtriathlon und drei erste Plätze in Viernheim, Frankfurter City Triathlon und in Mainz erreicht. Den Saisonabschluss habe ich mir natürlich anders vorgestellt. Aber auch im Triathlon kann man nicht alles planen und hierzu gehört vor allem das Wetter. Das wurde uns dieses Jahr einige Male bewiesen! Trotzdem bin ich nicht allzu deprimiert und genieße jetzt meine Pause. Ich bin top vorbereitet in Florida an den Start gegangen und kann mit ruhigem Gewissen sagen, dass es nicht an meiner Leistung gelegen hat. Ich hatte dieses Jahr keinerlei körperliche Probleme und konnte das Training und die Wettkämpfe genießen sofern es über 10 Grad waren.
Die kleine Verletzung die ich mir beim Ironman in Florida zuzugewogen habe (kleine Haarrisse im Knochen) werden in ein paar Wochen ausgeheilt sein. Ich kann sogar schon wieder Laufen - nur die Highheels müssen vorerst im Schrank bleiben

Ich bedanke mich bei meinen Sponsoren vor allem bei **Herrn Brombach und allen Unterstützern der Privatbrauerei Erdinger**

! Ich fühle mich unglaublich wohl in einem aussergewöhnlichen Team von Athleten, Betreuern und Unternehmern!!!!

Des weiteren habe ich mich gefreut wieder für die **Frankfurter Sparkasse**, für die ich seit 2007 beim Ironman Frankfurt starte, wieder das Rennen in meiner Heimatstadt gefinisht zu haben!

Ich möchte auch mein Team von **Biestmilch** erwähnen, die auf unkonventionelle Weise ein Teil von meinem Leben erfüllen. Denn die Produkte gehören mittlerweile zum Lebenselixier in meinem Alltag, wie das Erdinger Alkohlfrei für mich Genuss bedeutet!!!!

Zu letzt noch Danke für meine Waffe auf der Zeitfahrstrecke, **das Aero2 von Storck** - hiermit werde ich 2011 weitere Radbestzeiten aufstellen, denn Florida war nur der Anfang von einem guten Team auf der Radstrecke!!!!

Vielen Dank an Markus, Helena und Mario!

Off- Season

Geschrieben von: Meike

Freitag, den 12. November 2010 um 11:59 Uhr

!!

Ausserdem natürlich mein engstes Umfeld bestehend mit aus meinem Trainer Ralf Ebli, meinem Freund, meiner Familie und meine Verwandten - Danke für die Unterstützung!!!!

Ich werde im Dezember wieder in die neue Saison und möglichst bald in mein Wettkampfsjahr starten - ich hoffe natürlich wieder auf einige Unterstützung und versichere mich tatkräftig einzubringen!!!!

Es werden wieder einige Highlights auf dem Programm stehen, wie natürlich der Ironman in Frankfurt und weitere regionale und internationale Wettkämpfe!!

Ich freue mich schon .. ihr auch???!!!

Eure Meike