

VTB Triathlon Varel  
Lothar Pupkes

26316 Varel, den 11.08.2011  
Höntjebarg 11  
04451-2990

Friesland-Sport

*Ostseeman in Glücksburg am 06.08.2011*

### Eisenmänner trotzen Wellen und Sturmböen

Andreas Cölsmann bewältigte am Sonntag unter unmenschlichen Bedingungen bereits seinen dritten Ultra-Triathlon und schaffte eine Traumzeit. Er schreibt selber:

Glücksburg, Flensburger Tageblatt vom 08.08.2011: **Eisenmänner trotzen Wellen und Sturmböen**

Eisenharten Bedingungen mussten sich die Extrem-Triathleten beim zehnten "Ostsee-Man" in Glücksburg stellen. Einen Meter hohe Wellen, stürmische Böen und Schauer erschwerten den Wettkampf über die legendären Ironman-Distanzen (3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und gut 42 Kilometer laufen) erheblich. An neue Streckenrekorde war bei diesen Bedingungen nicht zu denken. Zitat Ende.

Mit dabei: VTB Triathlet Andreas Cölsmann, zweifacher Ironman-Finisher aus Varel. "das war wohl das härteste Rennen, welches ich seit 2005 im Triathlon gefinisht habe" so der Athlet nach dem Rennen und 11:59:15 Stunden nach dem Start. Dank einem ausgeklügeltem und auf die Lebensumstände angepasstem Trainingskonzept, welches mit Stefan Lübben vom Vitness-Studio Vitalis ausgearbeitet wurde, erreichte Cölsmann die zuvor angestrebten Ziele den Wettkampf "...unter 12 Stunden und dabei den Marathon unter 5 Stunden " zu finishen. "Bei den Bedingungen und meiner Aufgabe 2008 war es mir ein besonderes Anliegen diesmal gut durchzukommen", so der Athlet. Nebenbei wurde er 15. in seiner Altersklasse in der Norddeutschen Meisterschaft über die Langdistanz. Sein Dank gilt dem ganzen Vitalis-Team um Stefan Lübben,

seinem Trainer Wolfgang Korzuschnik vom VTB Varel und natürlich seiner Familie, ohne die und dessen Verständnis für diesen trainingsintensiven Sport, diese Leistung nicht möglich gewesen wäre.