

I.O.K Triathlon Verl am 10.07.2022 (Nachtrag)**Imke und Ingo Taube starten erfolgreich beim I.O.K. Triathlon in Verl.**

Schwimmstrecke: 750 m im Verler See bei einer Wassertemperatur von 19,2 Grad.

Radkurs: 20 Km Wendepunktstrecke 2x zu durchfahren.

Laufstrecke: 2,5 Kilometer um den Verler See, 2x zu laufen.

Distanzen: 750 m Schwimmen – 20 km Radfahren – 5 km Laufen

146 Teilnehmer im Ziel: 102 Männer und 44 Frauen

Nachstehend das Gesamtergebniss incl. Wechselzonenzeiten

Name	Zeit 750 m <u>Schwimmen</u>	Zeit 20 km <u>Rad</u>	Zeit 5 km <u>Laufen</u>	Zeit insgesamt	Platz insgesamt Mä / Fr	Platz Altersklasse
Taube, Ingo	17:13	37:03	24:54	1:22:27	69.	9. TM 45
102 Männer im Ziel						
Terra, Imke	18:03	41:01	24:19	1:27:36	32.	4. TW 35
44 Frauen im Ziel						

19. Nordhäuser Triathlon am 17.07.2022**Erfolgreiche Teilnahme unserer Triathleten in Nordhausen.****Altersklassensieg für Imke Taube, Ingo Taube wird fünfter seiner Altersklasse**

Schwimmstrecke: 750 m im See, Wassertemperatur 21 Grad.

Radkurs: 20 Km Wendepunktstrecke 2x zu durchfahren.

Laufstrecke: 2,5 Kilometer Wendepunktstrecke, 2x zu laufen.

Distanzen: 750 m Schwimmen – 20 km Radfahren – 5 km Laufen

58 Teilnehmer im Ziel: 41 Männer und 17 Frauen

Nachstehend das Gesamtergebniss incl. Wechselzonenzeiten

Name	Zeit 750 m <u>Schwimmen</u>	Zeit 20 km <u>Rad</u>	Zeit 5 km <u>Laufen</u>	Zeit insgesamt	Platz insgesamt Mä / Fr	Platz Altersklasse
Taube, Ingo	17:55,7	39:49,4	26:54,5	1:25:47	28.	5. SEN2 M
41 Männer im Ziel						
Terra, Imke	18:55,1	44:01,7	24:46,9	1:29:04	7.	1. AK4 W
17 Frauen im Ziel						

35. Bad Driburger Brunnenlauf am 07.08.2022 (Hochstift Cup)**Vier PSV-Athleten gingen in Bad Driburg an den Start. Die anspruchsvollen Strecken stellten hohe Anforderungen an alle Teilnehmer.****Sachsenringlauf: 20,5 Km rund um Bad Driburg auf dem Sachsenring mit 590 Höhenmetern.****Brunnenlauf: 10,5 Km mit Streckenabschnitten auf dem Sachsenring, durch den Kurpark, weiter durch die Stadt bis zum Ziel, Streckenprofil: 220 Höhenmeter.****Jedermannlauf: 4,5 Km Wendepunktstrecke mit Steigungen und 67 Höhenmetern.**

Name	Strecke	Zeit	Platz insgesamt Männer/Frauen	Platz Altersklasse	KR
Kopp, Heidi	4,5 Km	32:53	28.	3. W 60	
32 Frauen + 38 Männer = 70 Teilnehmer im Ziel					
Ebeling, Matthias	10,5 Km	0:54:51	35.	4. M 55	
Dorusch, Elke	10,5 Km	1:02:40	11.	1. W 65	
21 Frauen + 77 Männer = 98 Teilnehmer im Ziel					
Kopp, Andreas	20,5 Km	2:35:20	41.	3. M 60	
9 Frauen + 43 Männer = 52 Teilnehmer im Ziel					

