

## Training mit der Challenge-Zweiten

erstellt am 13.07.2017 um 18:53 Uhr  
aktualisiert am 13.07.2017 um 21:34 Uhr

**Hilpoltstein (HK) Überraschungsbesuch beim Training der "Ironkids": Die englische Triathletin Laura Siddall, die am Sonntag beim Challenge als zweitschnellste Frau das Ziel erreichte, hat sich am Dienstagabend ein paar Stunden Zeit für die Nachwuchstriathleten des TV Hilpoltstein genommen.**



Bei den Bergsprints am Solarer Berg hat Laura Siddall das Kommando. - Foto: G. Schmidt

Anstelle des zu dieser Zeit sonst stattfindenden Schwimm-trainings gab es kurzerhand ein Lauftraining am Festplatz und dem Solarer Berg, das die 37-jährige Profiathletin leitete. Die dreifache Altersklassen-Weltmeisterin hatte sogar einen kleinen Trainingsplan dabei. Da Laura Siddall kein Deutsch spricht, übersetzte Abteilungsleiter David Matheisl die Worte der Britin für die jüngeren Ironkids. Eigentlich wollte Siddall beim Grundlagentraining nicht mitmachen, da ihre Beine nach eigenen Worten so kurz nach dem harten Wettkampf noch zu sehr schmerzen. Doch dann machte sie die Übungen doch selbst vor, um den "Ironkids" zu zeigen, wie genau die Übungen ausgeführt werden sollen und wie sehr es dabei auch auf die Körperhaltung ankommt.

Am Solarer Berg, wo die jungen Triathleten des TV Hilpoltstein am Sonntag noch die Challenge-Sportler mit Getränken, Energieriegeln und Bananen versorgt hatten, absolvierten sie dann Bergsprints unter der Regie von Laura Siddall in verschiedenen Techniken. Dabei gab es viel Gelächter und alle hatten Spaß, weil es mit der Koordination manchmal nicht so klappte, wie es sollte.

Im Anschluss an die besondere Trainingseinheit durfte natürlich ein Gruppenbild mit dem Star nicht fehlen. Auch für viele Selfies mit den Kindern und Jugendlichen stand Laura Siddall zur Verfügung. Die britische Profifitriathletin nahm sich auch noch Zeit, um viele Fragen der Hilpoltsteiner Nachwuchsatleten zu beantworten. Dabei erfuhren die "Ironkids" unter anderem, wie der Alltag von Laura Siddall aussieht, wie sie sich motiviert oder wie sie vor dem Wettkampf mit dem Stress umgeht.

Gestaunt haben die Hilpoltsteiner Nachwuchsatleten, als sie hörten, dass Laura Siddall nicht nur auf den Sport setzt. Denn bevor sie im Jahr 2014 ihre Profikarriere begann, machte sie ihren Abschluss als Ingenieurin. In diesen Beruf kann sie nach ihrer sportlichen Laufbahn auch zurückkehren. Zum Abschied gab Siddall den "Ironkids" noch auf den Weg, dass sie glücklich mit dem Training in der Triathlonabteilung beim TV Hilpoltstein sein können: "Genießt es, eine Gruppe zu haben, mit der ihr euch zum Training trefft."

Von Gabi Schmidt