

„Gegen den Wind“ Triathlon / Halbmarathon

Interview der Gewinnerinnen und Gewinner

Name	Oliver Bergmann
Geburtsdatum	24.12.1967
Verein	1. TCO Oldenburg „Die Bären“ seit 2003
Seit wann bist du Triathlet?	1987
Andere Lieblingsportarten?	Zum Glück keine, weil keine Zeit dafür bliebe
Wie oft trainierst Du?	Im Jahresschnitt 600 – 700 Std., derzeit 15 – 18 Std. – ca. 3 Std. Schwimmen, 10 Std. Rad, 5 Std. Laufen
Ruhepuls?	37
Puls bei Anaerobenschwelle?	?
Höchster Puls?	180
Welche Ernährung benutzt Du während des Trainings / Wettkampf?	Bei längeren Radausfahrten Maltodextrin in Wasser und Bananen. Im Wettkampf Maltodextrin in Wasser mit Traubenzucker. Bei längeren Distanzen ohne Traubenzucker. Zusätzlich Gels, Bars bei Langdistanzen
Erfolge?	2 x Dt. Polizeimeisterschaften (1999/2001), 3 x Dt. Meister, AK 35 (2004, 2005, 2006), Weltmeister ITU Langdistanz (4/120/30) 2005
Ziele für das nächste Jahr?	Europameisterschaften ITU Langdistanz Almere/NL
Lieblingessen?	Pasta in allen Variationen, die meisten indischen Gerichte
Lebensmotto?	.. auf faire Weise das persönliche Optimum erreichen!
Warum startest Du beim „Gegen den Wind“ Wettkampf?	Ich musste noch etwas gut machen, da ich 2004 wegen des schlechten Wetters nicht angetreten bin. Den nächsten Termin werde ich wegen der klasse organisierten Wettkamps, der sauschönen Radstrecke, der schönen Landschaft und des Preisgeldes hoffentlich wahrnehmen können
Was ich immer sagen wollte ...	Bleibt mein Geheimnis!

Bitte schicke ein Bild (JPG-Format) als Anhang für unser Siegeralbum mit, Danke!