

„Gegen den Wind“ Triathlon / Halbmarathon Interview der Gewinnerinnen und Gewinner



Name	Sebastian Zeller
Geburtsdatum	24.06.1985
Verein	Kölner Triathlon Team 01
Was machst du im richtigen Leben? Was ist dein Beruf?	Student an der Deutschen Sporthochschule Köln
Seit wann bist du Triathlet?	2006
Was hält dein Partner(in) von deinem Sport/Triathlon?	Sie macht selber Triathlon – noch Fragen ;-)?
Andere Lieblingsportarten?	Im TV schaue ich vieles, aber nicht alles
Wie oft trainierst Du?	Oft, fast (eigentlich) täglich
Ruhepuls?	48
Puls bei Anaerobenschwelle?	168
Höchster Puls?	195
Hörst du Musik wenn Du trainierst? Welche	Im Winter beim Laufen, höre ich gerne Podcasts oder ruhige begleitende Musik.
Welche Ernährung benutzt Du während des Trainings / Wettkampf?	Je nach Distanz...üblicherweise Gels und vor allem Isotonische Getränke. Vor dem WK viele Kohlenhydrate.
Wer Baut dich nach einem harten Training oder Niederlage wieder auf und womit?	Meine Freundin, Familie
Erfolge?	Noch nichts wirklich vorzeigbares ;-)!
Was war dein schönster Erfolg?	Aufstieg mit dem KTT01 in die 1. Bundesliga
Was möchtest du in fünf Jahren geschafft haben?	Ironman Hawaii, Promotion
Hast du Vorbilder? Wen?	Mark Allen, Michael Raelert, Nils Goerke
Lieblingsessen?	Pasta, Pizza, Käsekuchen
Lebensmotto?	Geht nicht - gibt's nicht! Just do it!
Warum startest Du beim „Gegen den Wind“ Wettkampf?	Weil es ein sehr gut organisierter schöner Wettkampf ist, wo der Triathlon noch im Mittelpunkt des „Events“ steht!
Was ich immer sagen wollte ...	Train smart – train hard!

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

„Gegen den Wind“ Triathlon / Halbmarathon Interview der Gewinnerinnen und Gewinner

