

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



Name	Stephan Bergermann
Spitzname	/
Geburtsdatum	28.10.1977
Geburtsort	Marl
Große	1,68 m
Gewicht	60 kg (im Herbst/Winter auch mal 62-63)
Verein	TSV Bargteheide Triathlon
Hobbys	Triathlon, Filme, Literatur, Musik, Skifahren, Mitarbeit im Verein
Seit wann bist du Triathlet/Läufer?	seit 2001
Andere Lieblingsportarten?	Skifahren, Badminton, Windsurfen
Wie oft trainierst Du?	ca. 12 Stunden im Winter, 15-18 Stunden im Frühjahr und Sommer
Ruhepuls?	36
Puls bei Anaerobenschwelle?	keine Ahnung
Höchster Puls?	keine Ahnung
Welche Ernährung benutzt Du während des Trainings / Wettkampf?	Bananen, Müsli-Riegel, Energieriegel, Energiegels, Iso-Getränk
Erfolge?	NRW-Meister Mitteldistanz 2003, Landesmeister Schleswig-Holstein Mitteldistanz 2008, 3. Platz DM Mitteldistanz 2009, Podiums-Platzierungen in der 2. Bundesliga Nord, 1. Platz „Gegen-den-Wind“-Triathlon 2009, Podiumsplatzierungen bei weiteren kleineren Triathlons
Ziele?	Gesund bleiben und sportlich für 2010: 1. Platz beim „Gegen-den-Wind-Triathlon“, Top 10-Platzierungen bei Duathlon DM (Elite) und ITU-Langdistanz WM (Amateure)
Lieblingsessen?	Pfannkuchen
Lieblingsmusik?	Alternative, Rock
Lebensmotto?	It may never be perfect but it still can be great.
Warum startest Du beim „Gegen den Wind“ Wettkampf?	Weil der Wettkampf in einer für Triathlons in Deutschland einmaligen und reizvollen Umgebung stattfindet; weil die Schwimmstrecke und Laufstrecke aufregend und anspruchsvoll sind.
Welche Begabung hättest du gerne?	besser Schwimmen können; ein Instrument spielen können; kochen können
Was ich immer sagen wolltehabe ich auch gesagt.