

# Möllner Triathlet Lucas Hüllweck beeindruckt bei Duathlon DM in NRW

Von **Pressemitteilung** - Mai 2, 2018



Carsten Krömer (Landestrainer SHTU) Lucas Hüllweck (re.). Foto: hfr

**Alsberg/Mölln (pm).** Nach einer eher nur durchwachsenen Saison 2017, wurde der Trainingsplan für den Möllner Triathleten komplett überarbeitet. Verschiedene Leistungstests und medizinische Untersuchungen gaben außerdem Auskunft über gesundheitliche Form und individuelle Belastungsmöglichkeiten. Hierbei stand insbesondere das Laufen im Mittelpunkt. Demnach könnte Lucas in diesem Jahr durchaus in der Lage sein, die geforderten 5.000 Meter (m) unter 17 Minuten zu laufen.

Gemeinsam mit dem Landestrainer Carsten Krömer, Rad- und Lauftrainer André Beltz und den Schwimmtrainern Beate Skambath und Jörg Henke aus Mölln wurden die einzelnen Trainingspläne für die Saisonvorbereitung neu abgestimmt. Erste Standortbestimmung über seine Form lieferte vergangenes Wochenende die Deutsche Meisterschaft im Duathlon in Alsdorf (NRW). Hier waren 2.500m Laufen/20km Rad/1,5 km Laufen zu absolvieren.

Gleich von Beginn an setzte sich Lucas an die Spitze des Lauffeldes, das war auch Voraussetzung, um mit der ersten Gruppe auf die Radstrecke gehen zu können. Dies gelang ihm ohne Probleme. Nur 7:53 Minuten (min.) benötigte er für die 2.500 m und das bedeutete die zweitschnellste Laufzeit.



Lucas Hüllweck an 3. Position. Foto: hfr

Auf der Radstrecke wurde anschließend mächtig Druck gemacht. Einsetzender Regen forderte außerdem enorme Konzentration beim zugelassenen Windschatten fahren. Aufgrund seiner Stärke und Erfahrung auf dem Rad, blieb er auch hier weiter vorne und konnte abschließend mit der Spitzengruppe auf die noch zu absolvierende 1,5 km Laufrunde gehen. Hier waren im Ziel nur vier Athleten schneller als Lucas – 43 ließ der Möllner hinter sich. Dies bedeutete

die beste Platzierung, die er bei einer Deutschen Meisterschaft bisher erzielt hatte.

„Ich hatte mir vor dem Rennen eine Top 10 Platzierung vorgenommen. Das ich nach dem Radsplit ganz vorne dabei sein würde, hätte ich im Traum nicht gedacht. Leider hat mein Kopf auf dem letzten Kilometer nicht mitgespielt, aber meine Beine fühlten sich im Ziel noch an, als hätten sie mich durchaus schneller ins Ziel bringen können“, so der 17-jährige Möllner schmunzelnd nach dem Event.

Landestrainer Carsten Krömer zeigte sich in seinem Trainingskonzept bestätigt: „Die gemeinsamen Trainingsmaßnahmen an den vielen Wochenenden in Bad Malente, sowie die abgestimmten Plänen mit den Heimtrainern haben sich schon beim Saisonauftakt hier beim Duathlon in Alsdorf bezahlt gemacht. Ich bin mir sicher, dass bei den nächsten Rennen – hinten raus – noch einiges möglich ist. Auch seine aktuellen Schwimmleistungen deuten auf eine interessante Saison hin.“

### **Pressemitteilung**

Pressemitteilung