



RAD SPORT COLUMNNE

Newsletter Oktober 2011

Jahresabschluss tour

RSC Göttingen

Der Verein lädt am 09. Oktober alle Mitglieder und Radsportfreunde zur Jahresabschluss tour ein. Treffen, 11 Uhr am Jahnstadion.

*Weitere Infos unter:
www.rsc-goettingen.de*

Hoher Meißner

765m ü NN hohes Berg-
massiv im Naturpark
Meißner - Kaufunger
Wald

Seit 8.6. 2008
permanente Zeitnahme
(Stoppomat) für Rad-
sportler
Bestzeit 19:30

Thorsten Lachmann und sein erstes Podium Reinhäuser belegte am Hohen Meißner Platz 2



„Sonntag, 18. September 2011: 13°C, aufkommender Regen, aber mein innerer Schweinehund sollte dieses Mal den kürzeren ziehen. Am Startort Abterode angekommen, wurde mir schnell klar, dass hier nichts zu holen sein würde. Alle üblich verdächtigen „Bergziegen“ waren dabei. 12:15Uhr - Start in Richtung 10-13%-iger Rampe und ich in der Spitzengruppe. Mein Puls knackte die 190er Marke mühelos. Nach einem weiteren Anstieg musste ich die Konkurrenz ziehen lassen, freundete mich jedoch mit einer Top - Ten - Platzierung an. Jetzt nicht schlapp machen. Die Anfeuerungsrufe der „tobenden Menge“ beflügelten und mobilisierten die letzten Reserven für den letzten, mit 16-18 % Steigung aber auch anstrengendsten Abschnitt. Bei einem Puls von nunmehr 200 bpm wurde mir kurzzeitig schwindelig. Die letzten Meter Richtung Ziel waren nur noch euphorisch. 9. Platz in der Gesamtwertung, 2. Platz in der Altersklasse! Besser, als ich erwartet hatte. Und nächstes Jahr wieder!“ (tl)

Hallentraining des RSC

...beginnt am 10.10.2011. Von 19.30-20.30Uhr besteht für Mitglieder wieder die Möglichkeit, fit über den Winter zu kommen ☺





STECKBRIEF

Karin Lachmann

Beruf

Vertriebsassistentin

Sportliche Erfolge

2010:

4. Platz AK

Tour de Energie

-

1. Platz AK

Velo Challenge Hannover

-

3. Platz AK

Vattenfall Cyclassics

RSC Göttingen e.V.

Aktive feiern in luftiger Höhe Vereinsjubiläum

Anlässlich des 5. Jahrestages des Vereins lud der RSC seine Mitglieder und deren Familien zu einem Outdoortag in den Klettergarten Northeim ein. Unter den strengen Augen von Maren und Thomas



wurde geklettert, abgeseilt, gesichert und katapultiert☺.

Vor allem die Teamaktionen fanden regen Zuspruch. Ein herzliches Dankeschön an den Vorstand für die tolle Orga. Auf weitere 5 Jahre!

Vierer-Mannschaftszeitfahren in Brelingen

Am 24.09.2011 fand bei strahlendem Sonnenschein die 32. Austragung des „Radrennens der Ruderer“ in Brelingen statt. Nach 2009 war mit Th. Lachmann, A. Humphreys, G. Naurath und Triathlet T. Bause auch der RSC wieder mit dabei. Bereits in der „Schnupperrunde“ zeigte sich, dass die Mannschaft, trotz fehlendem gemeinsamen Trainings, recht gut harmonierte. Nach



dem Start wurde das Tempo langsam erhöht. Die 1. Runde wurde erfolgreich absolviert. Ende der 2. Runde musste Naurath der hohen Intensität Tribut zollen und abreißen lassen. Die verbliebenen Drei

fuhren das Rennen unter Aufwendung aller Kräfte zu Ende und erzielten den 14. Platz (01:15:16). Insgesamt eine gelungene Veranstaltung und für Bause das erstes Zeitfahren unter völlig veränderten Bedingungen. Allen Aktiven herzlichen Glückwunsch!



Naturheilpraxis
Boris Alexander Hörold
Dr. med. Martina Hörold

