

Sächsische Zeitung

SZ-ONLINE.DE

Saisonstart für Neuprofi Guhr

Der 24-Jährige Kamenzer ist am Sonntag gemeinsam mit Markus Thomschke beim Ironman70.3 in St. Pölten am Start.

14.05.2015



Sebastian Guhr vom OSSV Kamenz läuft 2015 mit den Profis um die Wette. Er hat sein Studium abgeschlossen und versucht, neben seiner Vollzeit-Arbeitsstelle in Kamenz vor allem auf der Triathlon-Halbdistanz erfolgreich zu sein. Foto: Christian Kluge

Er war wohl folgerichtig, der Schritt von Triathlet Sebastian Guhr vom OSSV Kamenz. In dieser Saison startet er erstmals als Profi und hat speziell die Halbdistanz (1,9 km Schwimmen, 90 km Radfahren, 21 km Laufen) im Blick. Im Gespräch mit der SZ erläutert der 24-Jährige seine Beweggründe und sagt, was er sich in nächster Zeit alles vorgenommen hat.

Herr Guhr, warum haben Sie sich zu diesem Schritt entschieden?

In den letzten Jahren konnte ich meine Leistung kontinuierlich verbessern. Auch bei internationalen Wettkämpfen habe ich mehrere Podiumsplätze errungen. Dazu zählten der Europameistertitel im Ironman 70.3, der dritte Platz bei der Weltmeisterschaft in Las Vegas und der Ironman-Europameistertitel in meiner Altersklasse.

Und aus diesem Grund der Schritt zum Triathlon-Profi?

Ja, mein Ziel ist es, mich mit den Besten zu messen. Ich suche den direkten Vergleich in einer Startgruppe und strebe dabei an, meine Leistung weiter zu verbessern und den Abstand nach vorn immer weiter zu verkleinern.

Profi, das bedeutet doch eigentlich, zu trainieren und mit dem Sport auch sein Geld zu verdienen, oder?

Das wäre der Idealzustand, doch bei mir sieht es etwas anders aus. Im Februar habe ich mein BA-Studium erfolgreich abgeschlossen. Ich habe eine Vollzeit-Arbeitsstelle in Kamenz und versuche, mein Training entsprechend zu organisieren. Insgesamt gelingt mir das ganz gut. Dennoch ist man zeitlich beschränkt, was auch der Grund ist, weshalb ich mich in den nächsten zwei Jahren auf die Halbdistanz konzentriere. Ziel ist die stetige Verbesserung, weshalb ich den Trainingsumfang nur langsam steigere, um Verletzungen aus Überforderung auszuschließen.

Wie schätzen Sie unter diesen Bedingungen Ihre Chancen gegenüber den anderen Profis ein?

Sicher haben viele Profis bessere oder einfachere Voraussetzungen. Mehr Zeit für Training und auch Regeneration und die Möglichkeit, mehrmals im Jahr ins Trainingslager zu fahren. Ich versuche, die

Bedingungen in Deutschland bestmöglich zu nutzen und mich mit meinem Trainer Thomas Weber darauf einzustellen.

Wie ist das Jahr 2015 bisher für Sie gelaufen?

Seit Dezember trainiere ich für die laufende Saison und bisher bin ich gut durch die Vorbereitung gekommen. Die Trainingsleistungen sind vielversprechend und auch die ersten Ergebnisse bei Laufveranstaltungen entsprachen unseren Vorstellungen. Am kommenden Wochenende steht dann ja der erste Höhepunkt an.

Was sind Ihre nächsten Ziele?

Mein Ziel ist es, mich in den einzelnen Disziplinen zu verbessern. Besonders im Bereich der Grundgeschwindigkeit habe ich in allen drei Disziplinen noch Nachholbedarf. Ich möchte mich im Feld der Profis etablieren und mit guten Ergebnissen auf mich aufmerksam machen. Was man mit Willen erreichen kann, sehe ich immer an meinem Trainingspartner und guten Freund Markus Thomschke. Er hat als Profi Top-Ergebnisse erreicht und sich mehrfach für die WM auf Hawaii qualifiziert.

Welche Wettkämpfe haben Sie in dieser Saison geplant?

Nach dem Ironman 70.3 in St. Pölten in Österreich starte ich Anfang Juni beim Schlosstriathlon Moritzburg. Danach steht noch einmal ein längerer Trainingsblock auf dem Programm. Ab August habe ich dann noch Rennen in Wiesbaden, Budapest, Rügen und Pula in meinem Kalender stehen. Dort will ich versuchen, Punkte für die WM-Qualifikation 2016 zu sammeln. Wichtig ist für mich eine kontinuierliche Weiterentwicklung.

Wie sieht Ihr sportliches Umfeld aus?

Ich bin Mitglied beim OSSV Kamenz und habe durch den Verein besonders beim Schwimmtraining eine große Unterstützung. Meine Trainingspartner verfügen über sehr große Erfahrungen auf der Langstrecke. Das gemeinsame Training macht viel Spaß und bringt uns alle voran. Ansonsten ist es mir gelungen, meine bisherigen Sponsoren und Unterstützer für mein Profi-Vorhaben zu begeistern und ein paar Neue zu gewinnen. Wer mehr über mich und meinen Sport erfahren möchte, kann gern auf meiner Homepage vorbeischaun.

Interview: Christian Kluge

www.sebastianguhr.de

Artikel-URL: <http://www.sz-online.de/nachrichten/saisonstart-fuer-neuprofi-guhr-3103127.html>
