



Unglaublich fit: Triathlet mit 72

Ein Leben ohne Sport? Für Hans-Georg Taubert undenkbar

Zur Person

Hans-Georg Taubert wurde in Wismar geboren, lebte ein paar Jahre in Rostock und ist seit 1962 Stralsunder. Nach dem Abi machte er seinen Facharbeiter und ging zur Volksmarine. Später studierte er Schiffsmaschinenbau und war 25 Jahre auf See unterwegs. Nach der Wende, die das Ende der DDR-Seefahrt bedeutete, schulte er zum Vermessungstechniker um und arbeitet nach wie vor vier Tage pro Woche in diesem Beruf.

Der 72-Jährige ist Mitglied im SV HANSE-Klinikum Stralsund: gehört dort sowohl zur Rad- als auch zur Laufgruppe. Seit einigen Jahren begeistert sich der Stralsunder auch für den Triathlon-Sport: Bei Wettkämpfen startet er in der Regel in der Sprint-Distanz (500 bis 750 Meter Schwimmen, 20 km Rad, 5 km Laufen).

Er ist verwitwet, hat eine neue Partnerin. Hans-Georg Taubert hat einen erwachsenen Sohn.

Am 31. August startest Du beim 1. »Triathlon Stralsund«. Dein erster Triathlon?

Nein, es müsste mein 30. sein.

Wie bist Du Triathlet geworden?

Ich komme ja aus dem Handball-Bereich, aber Handball war mir irgendwann zu wenig. So bin ich zum Laufen gekommen. Seit 2007 bin ich Mitglied in der

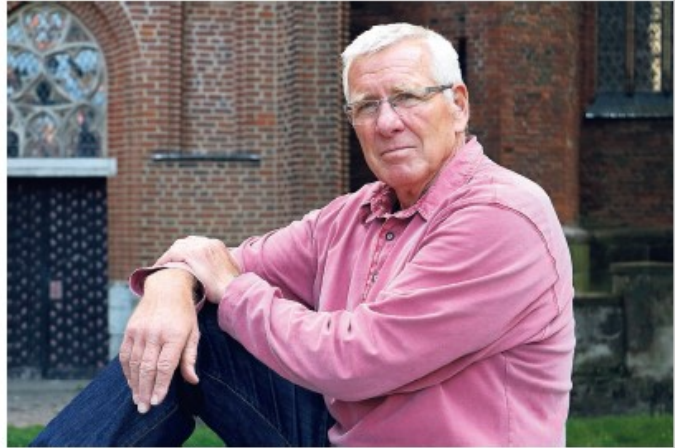
Laufgruppe des SV HANSE-Klinikum in Stralsund. Durch das Lauftraining bin ich besser geworden – und habe nach einer neuen Herausforderung gesucht. So kam ich 2009 zu meinem ersten Duathlon in Lubmin: Fahrradfahren und Laufen. Mein erster Triathlon war dann 2010 in Schwerin. Seitdem geht es pro Jahr regelmäßig zu rund drei Triathlons: zum Beispiel in Papendorf, Güstrow, Waren, Neustrelitz und Schwerin.

Fällt dir eine der drei Triathlon-Disziplinen schwerer als die anderen?

Das Schwimmen ist für mich das Härteste – auch wenn ich als Kind sogar im Schwimmverein war. Ich müsst das Schwimmen mal intensivieren... Das Fahrradfahren hingegen macht mir am meisten Spaß.

Du bist jetzt 72. Wie wirkt sich der Sport auf Dich aus?

Das ist für mich wie ein Jungbrunnen! Ohne Sport geht es bei mir gar nicht. Ich freue mich auf jedes Training, auf jeden Wettkampf. Und: Ich rauche und trinke zwar nicht, habe aber eine Schwäche für Kuchen und Schokolade – wenn ich keinen Sport treiben würde, würde sich das auch bemerkbar machen... Der Sport hilft mir, fit zu bleiben. Und im Kopf ist man klarer. Ich habe mal bemerkt, dass meine Halbmarathon-Zeiten immer schlechter wurden. Ich bin dann zum Arzt gegangen – und musste drei Stents bekommen. Ohne den Sport wäre das wohl nicht festgestellt worden.



Hans-Georg Taubert absolvierte mit 63 Jahren seinen ersten Triathlon. Da war vor neun Jahren. Bis heute ist er dem Triathlon-Sport treu geblieben. Foto: Doreen Breitenfeldt

Nun weiß ich, wie weit ich gehen; was ich mir zutrauen kann. Ich fühle mich wohl.

Wie sieht deine Trainingswoche aus?

Montags laufe ich mit unserer Laufgruppe immer um die zehn bis 15 Kilometer. Mittwochs fahre ich etwa 60 bis 70 Kilometer Rad. Im Winter gehe ich stattdessen ins Fitnesscenter zum Spinning. Am Donnerstag verabrede ich mich und laufe rund zehn Kilometer, und am Sonntag laufe ich oft oder fahre Rad, abends bin ich oftmals noch zum Schwimmen verabredet.

Hast du dieses Jahr schon einen Triathlon bestritten?

Nein, noch nicht. Der Triathlon in Papendorf musste ja leider aufgrund der Stichwahl an jenem Tag abgesagt werden. Mein erster Triathlon wird im August sein.

Am 31. August startest du dann bei der Premiere des Triathlon Stralsund. Ein Muss für dich?

Ja, klar – weil ich hier zu Hause bin! Es ist ein richtiger Heim-Triathlon. Außerdem sind Leute aus unserem Verein in die Organisation involviert. Dazu kommt, dass der Ironman 70.3 auf Rügen, bei dem ich in einer Staffel startete, jetzt nicht mehr stattfindet. Wenn es am 31. August gut läuft, wäre es eine schöne Sache, wenn sich der Triathlon in Stralsund fest etabliert.

In deinem Leben dreht sich nicht alles nur um Sport. Wofür interessierst du dich noch?

Für Literatur: Ich lese gerne Reisebeschreibungen und Krimis. Ich höre auch gerne Rock- und Popmusik, gehe gerne in Konzerte, und ich interessiere mich für Politik.

Interview: Doreen Breitenfeldt