

NEWS VON KATE

TRIATHLON-EM: ERSTE ETAPPE RICHTUNG ATHEN

Schon in Valencia könnte sich Kate Allen das Olympiaticket sichern - sie müsste „nur“ gewinnen.

Mag. Markus Schnitzer ist Sportwissenschaftler und Trainer und damit gewohnt, aus Zahlen und Daten seine Schlüsse zu ziehen. Trotzdem glaubte er seinen Augen nicht zu trauen, als ihm Ende Februar von der Uni Innsbruck die Resultate von Kate Allens Leistungstests (Laufen, Rad) zugeschickt wurden: „Ich

„Ich bin sehr stark - vor allem Kopf“

hab angerufen und denen gesagt, sie hätten mir die falschen Tests geschickt. Aber die Ergebnisse stimmten doch, und wir führen sie mittlerweile auf eine solide Saison 2003 zurück. Kate war im Dezember zwar müde, aber wir haben auch viel ins Olympiajahr mitgenommen.“ Insbesondere die Trainingseinheiten der vergangenen sechs Wochen verliefen nach Plan. Kate: „Ich bin sehr stark - vor allem im Kopf.“

Erste Auswirkungen sollten bei Kates erster EM am kommenden Sonntag in Valencia zu merken sein. Manager-Gatte Marcel Diechtler: „Kate hat über die Wintermonate v. a. an ihrer Schwimmschwäche gearbeitet. Ich glaube, sie könnte schon im ersten Saisonrennen im Wasser überraschen.“ Weitere Plus-

punkte: „Am Rad ist Kate um eine Klasse besser und im Laufen unverändert stark - vielleicht um 15-30 Sekunden schneller als 2003. Um all dies richtig umsetzen zu können, braucht es aber noch ein, zwei Rennen. Bei der WM in Madeira sind wir dann richtig da.“

Um sich auf die WM und später auf die Olympischen Spiele ideal vorbereiten zu können, wäre ein Sieg bei der EM in Valencia Kate

Allens Wunschresultat - der Europameister hat das Olympiaticket nämlich fix in der Tasche. „Es wäre toll, wenn ich einen guten Tag erwischen und mich direkt qualifizieren könnte. Die Qualifikation und der damit verbundene Stress wären damit schlagartig beendet.“ Ein kleines Handicap: „Leider gibt es, trotz meiner Spitzenstellung, im österreichischen Team bei der EM keine Teamorder. Andere Nationen praktizieren dies. Ich hoffe, ich bin aber auch alleine stark genug, um ganz vorne zu landen.“



Kate Allen: Neuer Ausrüster Nike

NEWS & QUOTES



NEUE ERFAHRUNG. Details von Kates erster EM:

Start: 18.4.2004, 10.30 Uhr

Tel.: 0034/915/599 305

Fax: 0034/917/580 885

Schwimmen: Mittelmeer, kleine Wellen, 1 Runde, 20-25° Celsius

Radstrecke: flach, 8 Runden

Laufstrecke: flach, 100% Asphalt, 4 Runden

NEUES SERVICE. Rechtzeitig vor Olympia 2004 gibt Kate Allen erstmals auch im Internet Gas. Wer nach der EM www.kateallen.at wählt, erfährt alles und noch mehr über die sympathische Österreicherin

NEUE NACHBARN. Als vor wenigen Wochen in die Nachbarwohnung von Marcel & Kate ein „Dienstleistungsunternehmen“ der besonderen Art eingezogen war, bekamen die beiden kaum eine Nacht ein Auge zu. Marcel: „Stündlich läutete die Türglocke und auch andere „Geräusche“ waren nicht zu überhören. Für die Vorbereitung auf Athen wäre das nicht gerade förderlich gewesen.“ Erst die Polizei konnte vor einer Woche der akustischen Peepshow ein Ende bereiten.

NEUER PARTNER. Während ihres Trainingslagers in Australien zog Kate erstmals den POLAR S625X zur exakten Trainingssteuerung hinzu. Herausragend dabei v. a. dessen „Speed and Distance“-Funktion. Kate: „Mein Trainer hat damit alle wichtigen Informationen wie Distanz, Geschwindigkeit oder

Minuten nach Trainingsende auf seinem Handy - selbst, wenn ich meine Lieblingsstrecke entlang des Bells Beach in Südaustralien laufe und er 20.000 Meilen weit entfernt in Österreich ist.“

„Ich hab die Klinik in Innsbruck angerufen und gesagt, sie haben mir die falschen Tests geschickt - aber die Ergebnisse stimmten doch!“

Markus Schnitzer

„Wir haben an der Schwimmschwäche gearbeitet, und ich glaube, Kate könnte schon im ersten Saisonrennen überraschen.“

Marcel Diechtler

„Bei einem normalen Rennen müsste ich in den Top 10 landen. Ich will aber eine Medaille.“

Kate Allen

SPONSOREN: TIROLER TAGESZEITUNG * SPORTHILFE * NIKE * POLAR * RED BULL * HERVYS * TREK * OAKLEY * GIRO * KETTLER