

Deutscher Meister und Europameister im Fitness- Zehnkampf

Basel- Am Samstag den 30. November 2013, gelang dem Meininger Martin Geisler bei seinem ersten internationalen Wettkampf im Strenflex Fitness- Zehnkampf, direkt der Sprung auf Platz eins.

Mit dem Gewinn der offenen Deutschen Meisterschaft am 19. Oktober in Themar, in der Altersklasse 1 (18 bis 34 Jahre) bis 70 kg, sicherte er sich die Qualifikation für die Europameisterschaft in Basel.

Ziel war es natürlich auch hier, eine gute Leistung zu zeigen, doch den Titel ließ sich der 24 jährige Student nicht erträumen. Umso größer war die Freude über den Erfolg.

Der Strenflex- Fitness- Decathlon verbindet mit den Schwerpunkten Kraft, Kraftausdauer, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit die verschiedenen Aspekte der Fitness und verlangt den Athleten vielseitige Fähigkeiten ab. Zu den Übungen zählen Bankdrücken, Kniebeuge, Umsetzen, Beugestütz, Klimmzüge, Rumpfbeugen, Liegestütze, Seilspringen sowie ein Parcours für Schnelligkeit und Koordination und Beweglichkeitsübungen zum Schluss.

Im Kraftbereich holte Martin die volle Punktzahl, in den anderen Disziplinen erbrachte er beispielsweise 28 Klimmzüge in 45 Sekunden, 416 Seilsprünge in 2 Minuten oder einen kompletten Spagat. Die Vorbereitung absolvierte er in der Sportarena Meiningen, S.A.M. in der Gartenstraße 36, wo er auch selbst als Trainer tätig ist.

Doch Martin, wenn auch als jüngster und leichtester, war nicht der einzige Thüringer Wettkämpfer. So nahmen des Weiteren die Strenflex erfahrenen Athleten und Deutschen Meister Dr. Jens Barthel aus Hildburghausen, der Weltmeister Peter Kotschenreuther aus Themar sowie Marcel Burkhardt, Heiko Bartenstein und Ralf Holland erfolgreich an der Europameisterschaft teil und konnten in ihren Alters- und Gewichtsklassen internationalen Erfolg verzeichnen.

Unsere Region wurde somit in Basel sehr erfolgreich von den Athleten repräsentiert.
Glückwunsch!