

# Fries siegt deutlich

Triathlon: Gelungene Vorbereitung auf Hawaii

OBERURSEL. Beim Triathlon des Schwimmclubs Oberursel belegte Jürgen Fries von der RSG Montabaur über die Sprintdistanz von 500 m Schwimmen, 20 km Rad fahren und 5 km Laufen überlegen den ersten Platz.

Nach dem Schwimmen im Freibad Oberursel lag der gebürtige Bilkheimer noch auf dem vierten Platz. Die Radstrecke führte zunächst durch die Innenstadt von Oberursel in den Taunus hinein. Auf Grund der schnellsten Radzeit des Tages konnte Fries hier bereits die Weichen für den Sieg stellen. Auf der abschließenden Laufstrecke mit dem abermals besten Split kam Fries mit komfortablem Vorsprung ins Ziel und gewann letztlich deutlich.

„Bei den langen Anstiegen auf der Rad- und Laufstrecke musste ich schon an meine Grenzen gehen“, resümierte



**Jürgen Fries distanzierte in Oberursel seine Konkurrenten.**

der Athlet der RSG Montabaur, der im Oktober beim Ironman in Hawaii an den Start gehen wird und dieses Rennen als Teil seiner Vorbereitung nutzte.