

Steckbrief

Name: Lars Hansen
Geburtstag: 01.08.1980
Verein: TSV Schleswig
Trainer: Thomas Harder
aktuelle Kaderzugehörigkeit: B-Kader (DBS)
Handicap: Tri 4 - Amputation rechte Hand
Triathlon: seit 2010
Meine Homepage: www.lars-hansen.net



(Zur Verfügung gestellt von Klaus Arendt)

Meine Geschichte: Durch einen Arbeitsunfall im Jahr 1996 habe ich meine rechte Hand verloren. Die Folge: Im Alter von 16 Jahren schwer-behindert. Der Schock saß tief, doch mir war bereits nach kurzer Zeit klar, dass Sport ein wichtiger Lebensbestandteil für mich war, ist und bleiben wird. Bereits sieben Monate nach der Amputation meiner rechten Hand habe ich wieder mit dem Handball spielen begonnen. Diesen Sport übe ich bereits seit meinem sechsten Lebensjahr aus. Um an der allgemeinen Fitness zu arbeiten, habe ich mir mit 20 Jahren mein erstes Rennrad zugelegt. Der erste Schritt in Richtung Triathlon. Durch meinen Auslandsaufenthalt '05 in Sydney habe ich meine erste Erfahrung mit dem Ausdauersport Laufen gemacht. Der zweite Schritt. Seitdem trainiere ich regelmäßig. Nach dem ich im April '10 meinen vierten Marathon bewältigt habe, wollte ich den Schritt zum Triathlon wagen. Die ersten Versuche in der für mich neuen Sportart Schwimmen waren gewöhnungsbedürftig. Da es mir laut Regelwerk nicht erlaubt ist, mit Prothese zu schwimmen, war es für mich ein komplett neues Gefühl im Wasser. Am Anfang war ich kaum in der Lage 25m am Stück zu kraulen. Dies hat sich aber durch regelmäßiges Training in meinem Verein schnell gebessert. Der dritte und schwerste Schritt, meinen ersten Triathlon, habe ich im Juli '10 in St. Peter Ording beim "Gegen den Wind"-Event absolviert. Bis jetzt habe ich an zahlreichen Wettkämpfen von klein bis groß teilgenommen.

Meine Stärken/Schwächen: Im Schwimmen hänge ich noch hinter den Top-Leuten hinterher. Auf dem Rad kann ich im Feld mithalten. Laufen ist meine beste Disziplin.

Meine größten Erfolge:

1. Platz DM Supersprint 2010 & 2012
2. Platz EM 2011
- 3 x 2. Platz DM Sprint 2010 - 2012
6. Platz WM Sprint 2012
7. Platz WM 2011

Meine ITU Ergebnisse: http://www.triathlon.org/athletes/results/lars_hansen/37469/

Meine sportlichen Ziele: Paralympics 2016 in Rio de Janeiro
weitere WM und EM Teilnahmen sowie Teilnahmen an diversen DM
eventuell finishen einer Langdistanz

nächste Wettkämpfe: 20.07.2013 DM Para-Triathlon Sprint Hamburg
01.09.2013 DM Para-Triathlon Supersprint Willich
13.09.2013 WM Para-Triathlon London