06.05.2026

Presseinformation

Auch in diesem Jahr ist der swb-Silbersee-Triathlon eine wichtige Station auf dem Weg zur Ironman-Weltmeisterschaft. Zumindest für einen der erwarteten rund 750 Triathleten. Im Vorjahr absolvierte Christoph Pundt bei der Jubiläumsausgabe sein letztes Testrennen vor seinem Start beim Ironman Kalmar/Schweden. Dort glückte dem Dammer in 8:59:59 Stunden die Qualifikation für Hawaii. Am 26. Juli wird er sich nun beim 31. swb-Silbersee-Triathlon auf seinen Start in Kona vorbereiten.

Die Triathlonkarriere von Christoph Pundt ist außergewöhnlich und könnte gerade für die Volkstriathleten, die sich am Silbersee vielleicht zum ersten Mal im Triathlon ausprobieren, durchaus motivierend sein. Denn Christoph Pundt ist erst seit wenigen Jahren Triathlet. „Ich war Torwart bei der 3. Herrenmannschaft von Rot Weiß Damme. Wir haben in der 1. Kreisklasse gespielt. Ich habe viel gefeiert, Bier getrunken und geraucht“, erzählt der 42-Jährige. Als die Waage im Skiurlaub 2019 100 Kilo anzeigte, zog er die Reißleine und begann ab 1. Januar mit Ausdauertraining. 2022 absolvierte er seinen ersten Triathlon auf der Sprintdistanz. Seit Ende 2024 geht er das Training, 24 kg leichter, gemeinsam mit Coach Nils Goerke strukturiert und sehr konsequent an. Als Familienvater (zwei Kinder, drei und fünf Jahre) und einer 40-Stunden Arbeitswoche als Fachkraft für Arbeitssicherheit gilt es für „Aloha Pundti“, rund 17 Trainingsstunden unterzubringen: „Da laufe ich schon mal morgens um fünf vor der Arbeit Intervalle.“

Der diesjährige Start ist für Christoph Pundt bereits die vierte Teilnahme beim swb-Silbersee-Triathlon. Er kommt eben gerne nach Stuhr: „Klasse, was da auf dem Wettkampfgelände geboten wird. Die Radstrecke ist schnell und die Laufstrecke mega, denn durch die Wendepunkte sieht man seine Konkurrenten. Das Schwimmen, naja, ich hoffe, das geht dieses Jahr mit Neo, denn ich bin kein so guter Schwimmer.“

Christoph Pundt wird am 26. Juli nicht der einzige Teilnehmer aus Damme sein. Mit ihm wollen rund ein Dutzend Sportfreunde der von ihm mitgegründeten Aloha Running Crew starten.

Bereits jetzt sind die Starterfelder für den 31. swb-Silbersee-Triathlon gut gefüllt. „Wir haben tatsächlich nur noch rund 100 Restplätze“, freut sich Orga-Leiter Helmut Münster von den ausrichtenden Tri-Wölfen des LC Hansa Stuhr. Erneut wurde im Orga-Team daran gearbeitet, die Veranstaltung für Zuschauer und Athleten noch attraktiver zu machen. Der Start für die olympische Distanz erfolgt bereits ab 8.50 Uhr. Die 40 km lange Radstrecke führt wie im Vorjahr über Ristedt bis an den Stadtrand von Syke, dann aber neu Richtung Nordwohlde mit Wendepunkt in Pestinghausen. Im Sprinttriathlon (Start ab 10.15 Uhr) und Volkstriathlon (Start ab

10.25 Uhr) beträgt die Radstrecke nun 23 km mit neuem Wendepunkt in Ristedt an der Abzweigung Ristedter Hauptstraße. Genau hier sorgen die Anwohner seit Jahren für ein tolles Stimmungsnest. Nun können die Zuschauer das Rennen noch besser verfolgen und die Athleten für den Rückweg anfeuern.

Wer noch dichter am Renngeschehen teilhaben möchte, kann sich als Helfer melden. Denn die werden noch in großer Anzahl gesucht. „Besonders auf der Radstrecke haben wir alle Jahre wieder Probleme, die Strecke durch ausreichend Helfer abzusichern“ erklärt Helmut Münster. „Aber auch auf dem Wettkampfgelände brauchen wir dringend Unterstützung von vielen Helfern“. Als Dankeschön gibt es wie immer ein Helfer-T-Shirt, einen Helferbeutel mit Radflasche sowie Verpflegung am Veranstaltungstag und eine Einladung zum Helfergrillen.

Alle Informationen zum 31.swb-Silbersee-Triathlon sowie die Möglichkeit zur Anmeldung als Teilnehmer und Helfer gibt es unter *silbersee-Triathlon.com.*

Medienkontakt:
Christiane Golenia
SST-Pressesprecherin
email: presse@silbersee-triathlon.de