

## Wussten Sie, dass es in Alling ...

... interessante Unternehmen und Gewerbebetriebe gibt, die oftmals nicht für alle Bürger/-innen präsent oder sichtbar sind, oder für die sich nicht erschließt, was sie eigentlich tun? Heute stellen wir **Anja Kobs Sportcoaching & Events** vor. Alle Interviews über unser Gewerbe in Alling können Sie auf unserer Homepage unter „Aktuelles aus Wirtschaft & Gewerbe“ nachlesen. Unser Gewerbe in Alling ist vielfältig! Haben Sie eine Idee, welches Unternehmen einmal vorgestellt werden sollte, oder möchten Sie Ihr eigenes besonderes Unternehmen vorstellen? Dann lassen Sie es uns bitte gerne wissen (Infos an Andrea Binder, Tel. 379490-20, E-Mail: binder@alling.de).

*Hans Friedl, Mittelstands- und Gewerbereferent*

### 1. Wie heißt Ihr Unternehmen?

Das Unternehmen bin ich – Anja Kobs! Ich bin Triathletin. Langfristig werde ich persönliche Sportcoachings sowie Trainingsprogramme anbieten und Sportevents organisieren.

### 2. Wie ist Ihre Geschichte, der Weg zur Triathletin?

Eigentlich bin ich Versicherungsfachwirtin und Wirtschaftsprüferin. Nach 20 Jahren stressigem Berufsalltag, Konzentration auf die Karriere, 8-jährigem Auslandsaufenthalt mit einigen Ortswechseln sowie neben dem Beruf noch zwei Abendstudien, hatte ich den Wunsch nach Veränderung. Ich wollte Ruhe finden, „ankommen“ und wieder heim nach Alling, wo ich aufgewachsen bin. Sportbegeistert war ich schon immer! Schon als Sechsjährige habe ich in Alling Handball gespielt und praktisch meine komplette Freizeit mit Sport verbracht. Als ich zurück in Alling war, packte mich wieder die Lust am Sport: Übers Laufen bin ich zum Triathlon gekommen. Schnell habe ich gemerkt: Das ist es, was ich machen will! Genau wie im Beruf, bin ich auch im Sport sehr ehrgeizig und zielstrebig. So habe ich es nach nur zwei Jahren konsequentem und hartem Training zur Wettkampf-Triathletin geschafft.

### 3. Wie funktioniert Ihr Alltag zwischen Arbeit und Triathlon-Sport?

Um genügend Zeit für den semiprofessionellen Sport zu haben, arbeite ich halbtags. Meine Arbeit lässt sich gut mit dem hohen Trainingsaufwand vereinbaren: Mit Vor- und Nachbereitung habe ich ca. 22 Stunden Trainingszeit pro Woche für Laufen, Schwimmen, Radfahren und Athletik-Training. Genauso wichtig sind aber auch ausreichende Ruhephasen: Gute Regeneration und gesunde Ernährung gelten als die 4. Disziplin des Triathlon!

### 4. Wie wird es weitergehen, sportlich und beruflich?

Ich will noch lange aktiv Triathletin sein, und mich auf alle Fälle für die Ironman-Weltmeisterschaft auf Hawaii qualifizieren – das ist mein höchstes Ziel! In der Zukunft möchte ich gerne den Triathlon-Sport als Volkssport bekannter machen: Laufen, Radfahren und Schwimmen kann wirklich jeder! Hier würde ich



*Strahlende Siegerin Anja Kobs bei der Challenge Bahrain.*

auch gerne mit den örtlichen Sportvereinen zusammenarbeiten. Ich möchte freiberuflich als persönlicher Sportcoach, bei Trainingsseminaren oder in der Organisation von Sportevents meine Erfahrung als Managerin und Sportlerin einbringen. Im Hinblick darauf absolviere ich gerade eine Trainerausbildung bei der Deutschen Triathlon-Union und bin bereits als Trainerin in Fürstentfeldbruck engagiert.

### 5. An welche Erfolge und Sportevents erinnern Sie sich am liebsten?

Da gibt es sehr, sehr viele! Mein erster Marathon 2010 in Chicago – das hat den Umbruch in meinem Leben gebracht! In 2014 konnte ich mich für die Triathlon-Weltmeisterschaft in Kanada qualifizieren. Somit war ich in der „Ironman 70.3“-Weltrangliste 2014 27., für Deutschland sogar 2. meiner Altersklasse. Im Dezember konnte ich auf der arabischen Insel Bahrain meine Altersklasse in der Mitteldistanz mit einer Zeit von 4,52 Std gewinnen!

### 6. Was gefällt Ihnen/gefällt Ihnen nicht am Standort Alling?

Ich liebe die Natur rund um Alling! Zum Training kann ich direkt vor der Haustüre loslaufen oder aufs Rad steigen. Die Nähe zu den Schwimmbädern in FFB und Germering schätze ich sehr. Ich mag das Gefühl, in Alling nach Hause zu kommen. Das „entschleunigt“ mich. Ein bisschen schade finde ich, dass Alling kein richtiges Ortszentrum hat, wo man sich trifft, vielleicht einen Kaffee trinken kann, Einkaufen geht.

*Das Interview führte Andrea Binder.*

Der **Ironman Hawaii** ist der älteste und einer der schwierigsten Triathlon-Wettkämpfe der Welt. Er wird jedes Jahr im Oktober auf Hawaii ausgetragen. Neben der extremen Länge der Wettkampfstrecke (3,86 km Schwimmen im Pazifik, 180,2 km Radfahren, 42,86 km Laufen) kommen erschwerende Wettkampfbedingungen hinzu, wie Hitze von über 40 °C und die Mumuku-Winde auf der Radstrecke. Beim **Ironman 70.3**, abgeleitet von der Gesamtdistanz von 70,3 Meilen, wird die Hälfte der Ironman-Strecken absolviert (Mitteldistanz).