

ELMAR SPRINK

MULTISPORTLER MIT SPENDERHERZ



ELMAR SPRINK

MULTISPORTLER MIT SPENDERHERZ



Am 12.07.2010, eine Woche, nachdem Elmar Sprink bei seiner insgesamt siebten Langdistanz in Klagenfurt wegen Übelkeit und Magenproblemen beim abschließenden Marathon freiwillig ausstieg, verfolgte er vor dem Fernseher die achte Etappe der Tour de France und bekam dabei einen Herzstillstand. Nur durch großes Glück überlebte er an diesem Tag.

Die einzigartige Geschichte, die Elmar Sprink zu erzählen hat, regt zum Nachdenken, Hinterfragen und zur Verinnerlichung an, ist aber gleichermaßen inspirierend, ermutigend und motivierend.

LEBENS LAUF

Geburtsdatum: 26.12.1971 in Salzkotten

Ausbildung: Studium der Wirtschaftswissenschaften

Sport: Triathlon, Trailrunning, Radrennen (MTB & Strasse), Bergsteigen, Snowboarden, Skifahren, Skitouren

ELMAR SPRINK

MULTISPORTLER MIT SPENDERHERZ

LEBENS LAUF 2.0

- Geburtsdatum:** 09.06.2012 in Bad Oeyenhausen
- Krankengeschichte:** 12.07.2010 – Herzstillstand
in 2011 – Reha und 10 Krankenhausaufenthalte
28.12.2011 – Einlieferung HDZ in Bad Oeyenhausen
28.02.2012 – Einbau von 2 Herzpumpen (VAD & ECMO)
09.06.2012 – Herztransplantation
11.07.2012 – Entlassung aus dem HDZ in Bad Oeyenhausen
- Wiederaufbau:** August 2012 – Erste Gehversuche nach über 6 Monaten im Krankenhausbett
September 2012 – Ergometer- und Radtraining
Dezember 2012 – Snowboarden im Stubaital
Januar 2013 – Erste Laufeinheiten
- Sportevents:** Seit der Transplantation hat Elmar an über 150 Ausdauerereignissen teilgenommen. Darunter 10 x Ironman & 21 x Ironman 70.3
Hier die Highlights:
2014 Ironman Germany in Frankfurt, Ironman WM auf Hawaii
2015 Ironman Germany in Frankfurt
2016 Transalpine Run (248km Trailrun)
2017 Cape Epic (691km MTB Etappen Rennen), Weltmeister im Triathlon bei den World Transplant Games, Zugspitz Ultratrail (84km Trailrun), BIKE Transalp (544km MTB Etappen Rennen), Öztaler Radmarathon
2018 Ironman Austria in Klagenfurt
2019 Challenge Roth, Weltmeister im Triathlon bei den World Transplant Games, Ironman 70.3 WM in Nizza, Ironman Florida
2020 Swiss Epic (MTB Etappen Rennen)
2021 Ironman Germany in Frankfurt, Ironman Portugal in Cascais
2022 Cape Epic (die Tour de France im MTB Sport), Ironman Canada in Penticton, Spaghetti Tour (11x4000er im Wallis), Ironman 70.3 WM in St. George
2023 Ironman 70.3 Geelong (Quali 70.3WC), 4xMedaillen bei den World Transplant Games, Busselton 100, 70.3 WC Lathi, Ironman WC Nizza

ELMAR SPRINK

MULTISPORTLER MIT SPENDERHERZ

Saison 2023

26.03. Ironman 70.3 Australia in Geelong (Quali 70.3WM in Lathi)

World Transplant Games in Perth

16.04. 5km Lauf BRONZE

17.04. 10km TT (Zeitfahren) GOLD

18.04. 100m Schwimmen (Freistil) SILBER

19.04. 50m Schwimmen (Freistil) 4. Platz

21.04. Sprint Triathlon SILBER & 2. Overall

29.4. Busselton 100 22. AK von 61

05.05. Rund um Köln (pro Organspende) 95. AK von 279

16.07. Mixed Relay WM in Hamburg Platz 12

06.08. Scharmützelsee Triathlon 4. AK

27.08. Ironman 70.3 WM in Lathi

10.09. Ironman WM in Nizza 138. AK von 304

Saison 2024

17.02. Ironman 70.3 Oman

21.07. X-Trail Davos

18.08. Ironman Copenhagen

07.09. Red Bull Dolomitenmann

27.10. Ironman California

ELMAR SPRINK

MULTISPORTLER MIT SPENDERHERZ

Ziele im Leben: Gesund bleiben durch eine gesunde Lebensweise und Sport

Botschafter für Organspende

Referent & Keynote Speaker für die Themen Motivation, Veränderung, Umgang mit Rückschlägen, Ziele, Willen & Lebenskraft

Weitere Informationen unter: <http://www.elmarsprink.de>

