

Carolyn Knittlers neue Leidenschaft – vom Basketball zum Triathlon

08.09.2026, 12:16 Uhr

Archivkopie eines fremden Presseartikels.

Quelle: <https://www.kreiszeitung.de/sport/lokalsport/kreis-rotenburg/triathlon-nach-basketballkarriere-carolin-knittlers-neue-leidenschaft-94480636.html>

Abgerufen am 08.09.2026.

Carolyn Knittler musste den Basketballsport nach drei Operationen aufgeben. Ihre neue Leidenschaft ist der Triathlon. In Fintel startete sie über die lange Strecke.



Auch im Wasser fühlt sich Carolyn Knittler inzwischen wohl. In Fintel absolviert sie erstmals die längere Distanz. © Freese

Fintel/Scheeßel – Sich selbst bezeichnet Carolyn Knittler als „ziemlich ehrgeizig“. Und die 23-jährige Scheeßelerin hat festgestellt: „Ganz ohne Sport geht es für mich nicht!“ Weil sie aber frühzeitig ihre Basketballkarriere bei den Avides Hurricanes aus Verletzungsgründen beenden musste, hat sie inzwischen umgesattelt. Ihre neue Leidenschaft ist der Triathlon. In Fintel startete Knittler jetzt erstmals über die Langdistanz und belegte auf Anhieb den sechsten Platz in der Altersklasse 1. Für die 700 Meter Schwimmen, 32 Kilometer Radfahren und zehn Kilometer Laufen benötigte die Athletin des TuS Rotenburg 2:21:53 Stunden. Insgesamt lagen nur acht Frauen vor der Newcomerin.



Das Radfahren ist für Carolin Knittler die Lieblingsdisziplin beim Triathlon. © Freese

Rund zwei Jahre lang war Carolin Knittler, die in Hamburg Physician Assistance studiert, sportlich raus. „Ich hatte einen Knorpelschaden im Knie und im Sprunggelenk“, erzählt sie. In beiden Fällen musste sie unters Messer, „am Knie wurde ich gleich zweimal operiert“. Eine lange Leidenszeit, die irgendwann den Entschluss reifen ließ: kein Basketball mehr, keine 2. Bundesliga. „Die Ärzte haben auch gesagt, das wäre nicht schlau, denn die lateralen Bewegungen gehen nicht mehr.“ Schnelle Drehungen oder plötzliches Abstoppen sind Gift für sie. „Aber beim Triathlon habe ich keine Probleme“, hat Knittler festgestellt. Auch die Ärzte gaben ihr hierfür das Okay.

Die Ärzte haben auch gesagt, das wäre nicht schlau. Carolin Knittler über das Ende ihrer Basketballkarriere

Die Ärzte haben auch gesagt, das wäre nicht schlau.

Im vergangenen Jahr hat sie damit ernsthaft begonnen. Und Alena Heimsoth, die als Physiotherapeutin für die Hurricanes tätig ist und selbst ambitioniert Triathlon betreibt, spielte dabei eine wichtige Rolle. „Als ich mit dem Basketball aufhören musste, hat sie mir angeboten, dass sie mir das Schwimmen beibringt. Das hat mir Spaß gemacht“, erzählt Carolin Knittler. „Und seit letztem Jahr kann ich mit dem Knie auch wieder richtig laufen.“

Ihre Lieblingsdisziplin ist allerdings das Radfahren. Und das kommt nicht von ungefähr: „Ich hatte Glück, dass mein Papa auch Rennrad fährt. So konnte ich zunächst sein altes Rad nehmen.“ Inzwischen ist die Schießlerin aber auch im Besitz einer eigenen weißen Hightechmaschine.

Das gefällt mir sogar besser als die Sprintdistanz. Carolin Knittler über ihre erste Teilnahme auf der Langstrecke

Das gefällt mir sogar besser als die Sprintdistanz.

2025 wagte sie sich auch erstmals an Wettkämpfe heran – in Hamburg über die Sprintdistanz, in Fintel über die kurze Strecke. Auch in diesem Jahr war sie bereits in Hamburg und in Bremervörde, wo sie ihre

Altersklasse gewann, am Start. Nun folgte die erste Teilnahme über die längere Distanz. „Das mache ich auf jeden Fall wieder. Das gefällt mir sogar besser als die Sprintdistanz“, sagt Knittler und empfindet es als „ein bisschen entspannter“.

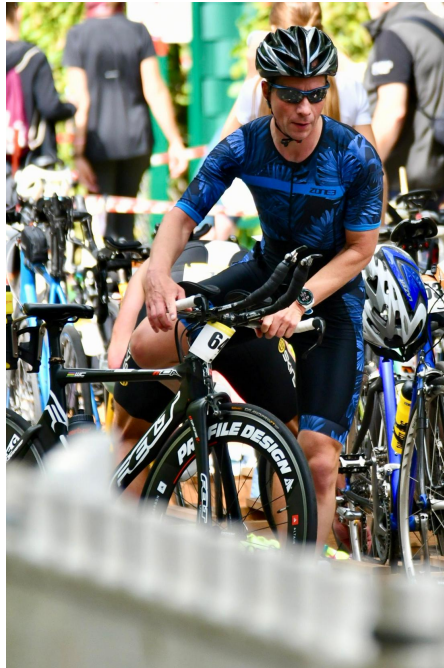
Bis kurz vor Schluss hatte sie noch überlegt, ob sie in Fintel aufgrund einer Erkältung wirklich teilnimmt. Hinterher war sie froh, es getan zu haben. „Ich habe mich aber schon ein bisschen zurückgenommen und auf dem Rad gesehen, dass ich den Puls unten halte.“ Ihr Fazit nach dem Rennen: „Fürs erste Mal war es okay, es geht aber auf jeden Fall noch mehr.“

Heimsoth und Nüser in Fintel vorn dabei

Niklas Horstmann aus Otter hat zum dritten Mal in Folge die Langdistanz beim Finteler Triathlon gewonnen. Für die 700 Meter Schwimmen, 32 Kilometer Radfahren und zehn Kilometer Laufen benötigte der 28-Jährige 1:39:15 Stunden. Er lag vor dem Zweitplatzierten Simon Christian Reinecke (Hamburg/1:43:55), der damit die Altersklasse 2 gewann, sowie vor dem ehemaligen Rotenburger Ironman-Teilnehmer Nils Nüser (1:44:42). Gesamtsiebter wurde der Visselhöveder Merel Brenke (1:49:06), Achter Jens Schülermann (TV Scheeßel/1:51:22). Die Frauenwertung entschied die 36-jährige Julia Hinrichs (Delphin Schneverdingen/2:01:07) für sich. Hinter ihr: die 19-jährige Vereinskollegin Jannike Witte (2:05:52), die die Altersklasse 1 gewann, sowie Alena Heimsoth vom TuS Rotenburg (2:06:06). In der Altersklasse 1 war Heimsoth Zweite.



Alena Heimsoth läuft als drittschnellste Frau ein. © Freese



Jens Schülermann belegt Rang acht. © Freese



Niels Nüser wird Gesamtdritter. © Freese

Der Sieg im kleinen Triathlon (400 m/21 km/5 km) ging bei den Männern an den 16-jährigen Sottrumer Aleandro Eggert (1:02:13) vor Jan von Fintel (Bremen/1:04:31) und Tim Körner (Lauenbrück/1:05:36). Schnellste Frau war Kim Nikola Rosebrock (Hamburg/1:07:04) vor Kira Behrens (Hannover/1:12:17) und Julia Nüser (Damp/1:12:46). Den Schülertriathlon (200 m/10,5 km/2,5 km) gewannen Tammo Haaser (TuS Fintel/39:18 Minuten) bei den Jungs und Joke Leenes (TV Scheeßel/39:42) bei den Mädchen. Die Plätze zwei gingen an Mika Kinzel (Scheeßel/41:01) und Greta Trümper (Bremen/45:36).

(Falls dieser Link nicht funktioniert, müssen Sie ggf. Ihre Adblocker-Einstellungen anpassen.)

Diese Seite wurde am 08.09.2026 von <https://www.kreiszeitung.de/sport/lokalsport/kreis-rotenburg/triathlon-nach-basketballkarriere-carolin-knittlers-neue-leidenschaft-94480636.html> abgerufen und unverändert archiviert. Alle Rechte am Text und an den Bildern liegen beim jeweiligen Rechteinhaber.