



# BMW

Radsport-Magazin  
2021



## Thermodynamische und fluiddynamische ANALYSE, ENTWICKLUNG UND SIMULATION

### **THERMOTEC Engineering Services GmbH – Ihr Partner für fortschrittliche Engineering Lösungen im Bereich Strömungssimulation und Sondermesstechnik**

Thermotec ist seit 20 Jahren Ihr Spezialist für Thermofluiddynamik. Unsere Tätigkeitsschwerpunkte sind die Simulation und Analyse hochkomplexer thermohydraulischer Prozesse, z.B. für die Automobil-, Luft- und Raumfahrtindustrie oder für verfahrenstechnische Vorgänge.

#### **Fortschrittliche Simulationslösungen**

Wir arbeiten mit den fortschrittlichsten Simulationsprogrammen und bieten Ihnen effiziente und flexible Lösungen für Ihre komplexen strömungstechnischen und thermodynamischen Problemstellungen. Dabei setzen wir auf einen integrierten 1D-/3D-Ansatz für höchstmögliche Genauigkeit und Wirtschaftlichkeit.

#### **Sondermesstechnik für ein- und mehrphasige Fluidsysteme**

Wir bieten anspruchsvolle Sondermesstechniklösungen, insbesondere zur mehrdimensionalen Vermessung hochtransienter mehrphasiger Strömungen, beispielsweise in Kraftstoffsystemen, Kühlmittel- oder Ölkreisläufen und Kältemittelsystemen.

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort Saison 2021 .....	S. 5
Last days of summer - Zwei Tage um den Olperer .....	S. 7
I have a dream - An einem Tag an den Lago .....	S. 13
Meditatives Mountainbiken - Die TransBayerwald .....	S. 18
Frankfurter Greffelhündchen .....	S. 24
Elternzeit-Radreise im Juli 2019 .....	S. 29
Erzgebirgstour - ein Etappenrennen in Coronazeiten in Deutschland .....	S. 37
Le Tour de Stations - eine Großveranstaltung in Corona-Zeiten .....	S. 41
Die BMWyseguys am Attersee: Team BMW powered by Bioracer .....	S. 43
Tour de Kärnten - diesmal auf Achse .....	S. 46
Wöchentliche Dienstags-Rennradausfahrt inkl. Showdown der BWM-Clubmeisterschaft und Jahresrückblick .....	S. 52
Bikepacking - Dreitagestour nach Locarno .....	S. 59
Achterbahn im Bayerwald - ein MTB-Rennbericht von Oswald .....	S. 63
München - Riva Alpengcross light für Einsteiger (Aussteiger) vom 25. Juli bis 2. Augst 2020 .....	S. 66
Bikepacking - vom Bodensee zur Verdon-Schlucht (Provence) .....	S. 74
Radrennen „La Marmotte“ .....	S. 79
 Ergebnisse 2020	
Clubmeisterschaft Rennen 2020 .....	S. 83
Clubmeisterschaft 2020 .....	S. 84
 Termine 2021 .....	S. 85
 Impressum .....	S. 86

Mit freundlicher Unterstützung unserer Sponsoren:

<b>thermotec engineering services GmbH</b> .....	S. 2
<b>The Flemish Cap</b> .....	S. 4
<b>RadioRadsport</b> .....	S. 12
<b>AVL Deutschland GmbH</b> .....	S. 45
<b>HISTA Elektro GmbH</b> .....	S. 82
<b>TWIEHAUS Architekten und Ingenieure</b> .....	S. 87
<b>INTEC Industrie-Technik GmbH &amp; Co. KG</b> .....	S. 88

TRIESTINA  
*Wilier* 



[www.theflemishcap.com](http://www.theflemishcap.com)  
Lindemannstr. 11  
D-82327 Tutzing  
Tel. +49 (8158) 90 58 700

**THE FLEMISH CAP**

DER BIKE SPEZIALIST

# Vorwort Saison 2021

**D**as vergangene Jahr 2020 wird uns allen ewig in Erinnerung bleiben, als Beginn der großen Corona-Pandemie - und ein Ende ist leider noch nicht in Sicht!

Aber gerade deshalb möchte ich gar nicht weiter auf dieses unglückselige Ereignis eingehen, sondern vielmehr ein paar positive Rück- und auch Ausblicke geben!

Fast alle Radsportveranstaltungen 2020 wurden gestrichen - jedoch nicht unsere Club-events! Die, allesamt als Einzelzeitfahren ausgetragenen, Events wurden so zahlreich wahrgenommen, wie kaum in einem Jahr zuvor. Es waren bis zu 28 Teilnehmer am Start, und die Entscheidung zum Clubmeister war bis zur letzten Sekunde offen und so eng wie nie. Sebastian Weinert konnte beim letzten Event mit

einem 5. Platz den Titel zum ersten Mal für sich sichern, punktgleich mit Markus Wenning - ein absolutes Novum in der Clubgeschichte, dass letztlich die größere Anzahl der Siege den Titel entschied, 4:2! Details zum spannenden Finale findet ihr im Bericht ab Seite 52.

Zum ersten Mal in der 43-jährigen Clubgeschichte musste sogar unser traditionelles Vierer-Mannschaftszeitfahren auf dem Testgelände in Aschheim abgesagt werden. Wir sind jedoch guter Dinge, dass wir am Sonntag, den 12.09.2021 wieder zahlreiche hochmotivierte Mannschaften am Start haben werden. Also merkt euch den Termin bitte schon mal vor!

Ebenso natürlich unsere Zeitfahren zur Clubmeisterschaft, deren Termine ihr am Ende dieses Heftes und natürlich immer up-to-date



*Wochenendtour im Februar im Allgäu*

auf unserer Homepage [www.bmw-radsport.de](http://www.bmw-radsport.de) findet.

Aber wie motiviert man sich zum Trainieren, wenn alle großen Veranstaltungen abgesagt werden?

Eine sehr gute Möglichkeit ist das wöchentliche Trainingsangebot im Münchener Norden, geführt von Oswald, wahr zu nehmen. In diesem Jahr starten die Trainingsfahrten ab dem 15. April jeweils donnerstags nach der Arbeit.

Für Adventurer und/oder Gravelbiker, die gern mal über 100 Meilen fahren, gibt es inzwischen einige nette Veranstaltungen im

Internet, bei denen man z.T. seine eigenen Strecken planen muss, und bei denen es dann verschiedenste Wertungen gibt, wie z.B. [threeloopslegends.cc](http://threeloopslegends.cc) oder [orbit360.cc](http://orbit360.cc) oder aber die von mir so geliebten Challenges auf [veloviewer.com](http://veloviewer.com) (siehe Magazin von 2019), die immer mit Überraschungen auf immer neuen Strecken verbunden sind, um nur ein paar wenige zu nennen.

In diesem Sinne: immer Kette rechts und bleibt vor allem gesund!

Euer Jürgen



*Blick auf den Tegernsee*

# Last days of summer - Zwei Tage um den Olperer

**E**s ist Mitte September, die Wetteraus-sichten sind gut. Ich überlege, was ich mit dem freien Wochenende anstellen kann. Wer weiß, wie lange das Wetter noch so sommerlich warm und regensicher bleibt? Als mir Andi erzählt, dass er zwei Tage am Brenner und im Zillertal verbringen will, überlege ich nicht lange, und sage zu.

Donnerstagabend rasch die nötigen Vorbereitungen treffen: MTB ins Auto, Hotel unterhalb des Brenners und im Zillertal reservieren und am Freitag auf dem Heimweg von der Arbeit noch eine Vignette kaufen. Das Packen des Rucksacks für die zwei Tage ist mittlerweile Routine und dauert entsprechend nicht lange. Doch bevor der Spaß starten kann, steht noch die nervige Autofahrt nach Süden an.

Statt zweieinhalb Stunden brauche ich auf Grund diverser Staus etwas über drei Stunden. Endlich angekommen, lasse ich mir noch eine italienische Pizza in meinem Hotel in Colle

Isarco schmecken und mache um 10 Uhr das Licht aus.

**Tag 1:** pünktlich um dreiviertel Acht treffe ich Andi. Wir haben heute fast 3000 Hm und 80 km geplant. Das Wetter ist hervorragend. Nicht wirklich kalt, aber auch nicht so heiß wie teilweise im August. Los geht es locker auf dem Brennerradweg Richtung Brennerbad. Diese ersten Kilometer sind mir noch gut bekannt von meiner Tour an den Lago an einem Tag. Kurz vor Brennerbad biegen wir rechts ab und unter der Autobahn durch, es geht in den Anstieg. Etappenziel 1 ist das Schlüsseljoch auf knapp über 2200 m. Zu Beginn fahren wir bequem auf dem Fahrweg bergan. Nach der Enzianhütte wird es dann interessant. Der Weg wird zunehmend schwieriger und verwandelt sich eher in einen mittelalterlichen Karrenweg mit groben Steinen. Wir steigen immer wieder ab und schieben einzelne Passagen. Der Wald ist einer hochalpinen Hei-



*Auf dem Weg zum Pfitscher Joch - Blick zurück ins Pfitscher Tal*

delandschaft gewichen. In unserem Rücken auf der anderen Seite des Wipptals sehen wir den Brenner Grenzkamm und können somit schon die letzte Etappe der gesamten Tour, die wir am nächsten Tag fahren werden, in Augenschein nehmen. Nach ca. eineinhalb Stunden stehen wir oben am Schlüsseljoch und blicken ins Pfitscher Tal hinab. Noch liegt etwas Dunst im Tal und auf Kreuz- und Grabspitze gegenüber.

Ein kurzer Fotostopp und wir machen uns auf einem leichten Trail auf den Weg ins Tal. Wir radeln anschließend Richtung Talschluss nach Norden. Es kommen uns nun viele Wanderer entgegen, die dieses schöne Wochenende ebenfalls nutzen wollen. Das nächste Ziel ist das Pfitscher Joch Haus. Dort wollen wir Mittagspause machen. Bis dahin gilt es jedoch gute 1000 Hm zu erklimmen. Diesmal jedoch können wir die gesamte Strecke locker kurbeln und erreichen somit pünktlich um zwölf das auf fast 2300 m gelegene Rifugio Passo di Vizze. Ich freue mich auf die Rast und ein gutes Stück Kuchen. Wir finden einen Platz am Tisch mit drei Herren aus Mayrhofen. Ich liebe diese Begegnungen. Ungeplant, spontan, bereichernd. So erfahren wir, wie die Situation in diesem bekann-

ten Berg- und Skiert ist, und was sie vom Winter erwarten. First hand infos - nicht aus der Zeitung oder dem Fernsehen, sondern von echten Menschen ganz persönlich.

Geistig bereichert und körperlich gestärkt brechen wir auf. Unser nächstes Ziel ist Finkenberg, hier werden wir dann nach Hintertux in unser Nachtquartier abbiegen. Der Trail zum Schlegeisspeicher ist ein purer Genuss: es geht vor allem über Steine, leichte Stufen und immer wieder kleine Bachläufe querend ins Tal. Meine Trail Bell kommt voll zum Einsatz, denn es sind viele Wanderer unterwegs. Da der Weg breit ist und wir vorausschauend fahren, passieren wir alle Wanderer problemlos und mit einem freundlichen „Servus und danke“. Am Speichersee erhaschen wir noch einen Blick auf den Schlegeiskees. Es ist schon immer wieder bedrückend zu sehen, wie weit sich die Eismassen zurückgezogen haben. Dennoch ist das Bild wunderschön.

Weiter geht es auf der Fahrstraße das wunderschöne Zamsertal und anschließende Zemtal hinab und wir erreichen Finkenberg. Beim Mittag hatten wir noch gelernt, dass das Schönste an Finkenberg der Blick nach Mayr-



*Auf der Grenze zwischen Italien und Österreich am Pfitscher Joch*





*Der Speichersee am Tuxer Joch*

hofen ist. Ich lasse diesen Satz einfach mal so stehen, hier soll sich jeder selber ein Bild machen. Wir radeln jedenfalls weiter am Tuxbach entlang, vorbei an Vorderlanersbach, Tux und erreichen um 17 Uhr das Badhotel Kirchler in Hintertux. Unsere Räder dürfen wir sicher im Skikeller parken. Zum Glück bleibt noch Zeit bis zum Abendessen und ich gehe direkt

in die Sauna. Eine Finnische Sauna, eine Kräutersauna, ein Dampfbad und ein toller großer Ruheraum empfangen mich. Genau das Richtige, um die Muskeln zu entspannen und sich für den nächsten Tag zu erholen.

Wir lassen den Tag beim großartigen Abendbuffet mit Blick auf den Hintertuxer Gletscher ausklingen.



*Vor der Abfahrt die Marmelbahn herunter am Tuxer Joch*



*Das Gipfelkreuz des Sattelbergs und der Beginn des Brenner Grenzkamms*

**Tag 2:** Wir starten den Tag früh, da für den Nachmittag Gewitter angesagt sind. Frühstück gibt es zum Glück schon ab sieben. Das Buffet ist wie am Abend hervorragend. Ich kann mich kaum entscheiden, was ich alles in mein Müsli tun soll, so groß ist die Auswahl an Cerealien, Trockenobst, Nüssen und Körnern. Andi ratscht beim Check Out noch mit der Dame an der

Rezeption. Nächstes Wochenende soll ab 1000 m Schnee fallen.

Erstes Ziel des Tages ist das Tuxer Joch Haus. Locker geht es auf Fahrstraßen hoch zur Bichlalm und dann zum Schleierfall. Hier tragen wir die Bikes neben dem Wasserfall eine kurze Passage hinauf in das Weitental, wo uns schon die Murmeltiere begegnen. Hatte ich schon



*Die Brenner Grenzkammstraße*

erwähnt, dass ich im nächsten Leben Marmelade werde? Den ganzen Tag in der Sonne chillen bei bestem Ausblick, sich die bescheuerten Menschen ansehen, die die Berge hochschwitzen, und nachts den Blick auf den Sternenhimmel. So kann man es doch aushalten. Aber in diesem Leben bin ich Mensch und kann nur neidvolle Blicke auf die kuscheligen Alpenbewohner werfen, während ich eben mit dem Rad den Berg hochschwitze. Schon kommt das Tuxer Joch Haus mit toller Sicht auf den Hintertuxer Gletscher in den Blick. Von hier aus noch ein kurzes Stück bis zum eigentlichen Joch auf 2338 m. Nun folgt die so genannte Marmeladebahn. 65 Kehren zieht sich ein bestens präparierter Wanderweg, der garantiert Kinderwagentauglich ist, in den Kaserer Winkl hinab. Wir begegnen ersten Wanderern, die dank meiner Trail Bell wissen, dass wir kommen. Weiter trägt uns das Schmirntal nach St. Jodok, wo wir wieder ins Wipptal abbiegen. Nach der Ruhe der letzten eineinhalb Tage trifft mich der Autolärm unvorbereitet. Unfassbar, wie viele Autos und Motorräder auf der Bundesstraße durch das

Wipptal rauschen. Im Juni auf unserer Rennradtour war deutlich weniger los. Ich kann verstehen, dass Tirol die Durchfahrer auf die Autobahn verbannt. Nach wenigen Kilometern hat uns die Ruhe wieder. Wir nehmen den Anstieg zur Mittagstagsrast in Angriff - zur Sattelbergalm. Auf dem Weg dorthin treffen wir auf eine Junggesellentruppe, die uns Tour de France mäßig anfeuert. Den Viehgattersprint gewinne ich ;-) Auf der Sattelbergalm genießen wir hausgemachte Kaspressknödel und Topfenstrudel sowie einen wirklich guten Cappuccino.

Nun steht die letzte Bergaufpassage dieser Tour an hoch zum Sattelberg auf 2115 m. Der Blick von hier ist phantastisch: zu unseren Füßen breitet sich das Wipptal aus. Wir blicken nach Norden auf die Nordkette über Innsbruck, nach Süden schauen wir auf die Sarntaler Alpen, nach Westen schon die Stubai- und Ötztaler Alpen. Im Osten sehen wir unsere Aufstiegsroute zum Schlüsseljoch. So gerne ich noch länger dort oben verweilen würde, so müssen wir doch langsam los. So lange schon steht der Brenner Grenzkamm auf meiner Bucketlist.



*Blick auf das Zollhaus am Pfitscher Joch*

Nun endlich kann ich ihn unter die Stollen nehmen. Die Aussicht ist bombastisch, die alten Militäranlagen jedoch führen mir vor Augen, wie blutig die Geschichte Europas gewesen ist. Ich bin dankbar, dass ich diese Zeit nicht erleben musste und hoffe, dass ich auch bis zu meinem Lebensende von ähnlich grausamen Dekaden verschont bleiben werde.

Nach ca. 10 km verlassen wir den Grenzkammweg und nehmen einen schnellen Trail über Almwiesen und dann durch den Bergwald in Angriff. Mit breitem Grinsen spuckt er uns direkt in Colle Isarco wieder aus.

Wie immer, wenn ich vollkommen in die Alpenwelt und das Biken eingetaucht bin, brau-

che ich ein wenig, um wieder im anderen Leben bestehend aus Büro, Laptop, JIRA und Confluence anzukommen. Es ist immer wieder erstaunlich, wie sehr mich diese Touren entschleunigen und abschalten lassen. Ich bin einfach dankbar, dass ich diese Momente erleben darf. Ich nehme bewusst wahr, welch ein Geschenk das ist und wie viel Energie diese mir geben.

Die Tracks der Tour findet ihr in meinem Profil bei Komoot:

<https://www.komoot.de/tour/260890691>

<https://www.komoot.de/tour/260888644>

Eure Katrin Grothues



Gut informiert und immer gewusst wer im Rennen liegt: „In 180 Sekunden“ mit Sebastian Weinert. Täglich auf RadioRadsport.

**RADIO RADSPORT**  
Online radio für Radsportfans

The advertisement features a man, Sebastian Weinert, wearing a black beanie with 'MILO' and a logo, green sunglasses, and a dark jacket. He is holding a green microphone with the 'Radio Radsport' logo. The background is a snowy mountain landscape under a clear blue sky. The text on the left promotes the radio show, and the logo on the right includes a stylized bicycle icon.

# I have a dream - An einem Tag an den Lago

**V**errückte Ideen werden meist im Winter geboren. Man sitzt mit den Radkumpels gemütlich bei einem Glühwein am Feuer und sinniert über die kommende Saison. Die ist natürlich noch weit weg und so scheint alles möglich und die eigenen Kräfte unendlich. So auch bei uns. Und bei irgendeinem dieser Abende nimmt die Idee Gestalt an: Wir fahren an den Lago. An einem Tag. Mit dem Rennrad. Alle sind Feuer und Flamme, die Route wird schon mal bei Komoot vorgeplant, 380 km, nur 3000 Hm, das schaffen wir doch locker. In Michaelas Mutter finden wir schnell eine Fahrerin für den Supportwagen.

Der Winter geht dahin, wir „trainieren“ auf den Spinningbikes und beim Langlaufen. Dann steht das Frühjahr vor der Tür und die ersten Radeinheiten draußen. Kann sein, dass es an Corona und dem für viele damit einhergehenden Homeoffice lag, aber auf einmal steht der Juni vor der Tür und damit das angepeilte Datum

für die Fahrt: Mittsommer. Und auf einmal scheinen die 380 km doch recht viel und die eigenen Kräfte doch begrenzt. Am Ende bleiben drei wackere BikerInnen über, die das Abenteuer wagen: Michaela, Sepp und ich. Ich gebe zu, dass ich die zwei Wochen vor der Tour sehr mit mir und dem Plan gehadert habe. Ich habe mehr Gründe gefunden, warum das Ganze eine total bescheuerte Idee sein muss: nur noch drei Leute, da lässt sich kein Windschatten fahren. Das Wetter ist viel zu unbeständig und zu kalt. Ich habe viel zu wenig trainiert. Und außerdem ist Neumond und da kann ich eh nicht fahren. Nach viel Ringen entscheide ich mich aber doch für das Abenteuer. Und von dem Moment an blicke ich voller Vorfreude - und Angst - der Abfahrt entgegen.

Fit fühle ich mich. Corona sei Dank ist unser dreiwöchiger Frühjahrsurlaub im März in Peru ohne Rad ins Wasser gefallen, so dass mehr Zeit auf dem Rad blieb. Und Sport im Freien



Die 3 Musketiere Michi, Sepp und Katrin am Brenner

war ja zum Glück immer erlaubt. Diverse Touren von 160-180 km, dann einmal 200 km in kleiner Gruppe rund um München und als letzter Test 220 km alleine haben meinen Körper und mein Selbstbewusstsein ausreichend gestärkt. Dennoch blieben eine gehörige Portion Respekt und Aufregung vor der Herausforderung. Zum Glück hatte ich mir im Herbst zuvor mit dem BMC Granfondo noch ein Material-Upgrade gegönnt. Vollcarbon und eine gute Schaltgruppe machen das Radfahrerleben doch einfacher.

Unser Plan: Ich schlafe bei Michaela, Sepp kommt morgens dazu. Abfahrt um 2.30 Uhr bei Michaela. Aufstehen um 2 Uhr, dann einen Kaffee, etwas Kuchen. Die erste Pause im Inntal nach ca. 110-130 km bei einem Bäcker. Vorher hat eh nix offen. Dann den Brenner rauf bis nach Sterzing. Dort wollten wir Michaelas Mutter treffen und könnten auch Kleider tauschen. Dann weiter bis Bozen und hoffen, dass der Wind nicht zu stark wird. Anschließend den letzten Rest bis Riva und Pausen nach Bedarf.

In Summe sollten es 380 km und gute 3000 Hm werden, wobei mit Erreichen des Brenners schon 180 km und 2000 Hm hinter uns liegen würden.

Die Packliste war schnell zusammengestellt: Zum Start morgens neben den normalen Radsachen noch die Windweste, Regenjacke, Knielinge und Armlinge. Licht und Navi natürlich, außerdem 5 Riegel und eine Banane. Zusätzlich hatte ich einen kompletten Satz Wechselsachen ins Auto gelegt.

Es geht los. Der Wecker klingelt um zwei. Ich habe tatsächlich zweieinhalb Stunden geschlafen. Hätte ich nicht gedacht. Die Nacht davor konnte ich erst nach drei Stunden einschlafen, so nervös war ich. Kaffee, Kuchen, Flaschen füllen, alles läuft nach Plan. Dann die erste Überraschung des Tages: Michaelas Hinterrad ist platt. Nun gut, wechseln wir morgens um halb drei im Dunkeln vor der Türe rasch den Schlauch. Sieben bar rein und um zehn vor drei geht es los.

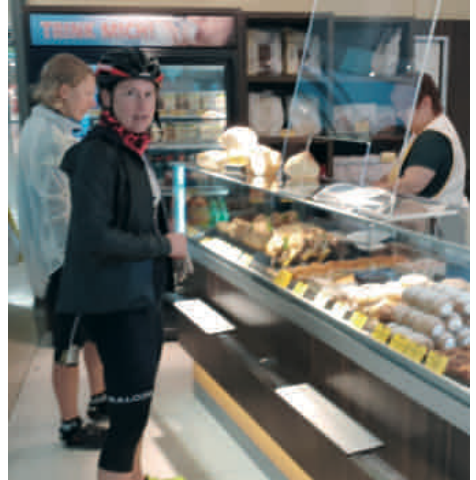
Die ersten Kilometer durch bekanntes Terrain laufen gut. Dann biegen wir auf neue Routen ein und es wird spannend. In Dunkelheit mit Stirn- und Lenkerlampe geht es durch den Wald. Das Navi ist natürlich schwarz und schaltet die Hintergrundbeleuchtung nur auf expliziten Wunsch an. Wir fahren zügig, aber mit der gebotenen Vorsicht durch die Nacht.



*Um 21.15 Uhr breitet sich der Lago vor uns aus*

Um ca. halb fünf wird es langsam heller. Statt des erhofften romantischen Sonnenaufgangs erwarten uns tiefschwarze Regenwolken in Richtung Tegernsee. Keiner traut sich auszusprechen, was alle denken: da zieht gerade ein ausgewachsenes Regenband durch. Nur nicht komplett nass den Achensee runter, denke ich. So warm sind 12 Grad dann doch nicht, wenn man komplett nass ist. Noch ist es trocken von oben, nur die Straße ist komplett nass. Bei Wildbad Kreuth geben wir auf und ziehen unsere Regenjacken an. Dies hilft ein wenig, jedoch sind Schuhe, Hose, Sitzpolster komplett nass. Sepp schiebt schon mal ein paar Honigwaffeln nach, bei mir muss der erste Riegel dran glauben. Es geht den Achenpass rauf, dann zum Achensee. Dort ein kurzer Fotostopp und runter Richtung Inntal. Dort auf den mittlerweile trockenen Radweg und Vollgas Richtung Kaffee und Semmeln. Schwaz haben wir als Frühstücksziel auserkoren. Wir überqueren den Inn in Richtung Innenstadt. Eine nette Dame weist uns den Weg zur nächsten offenen Bäckerei. Zwei Semmeln, einen Cappuccino und einen Kakao später und

mit gefüllten Flaschen machen wir uns wieder auf den Weg. Noch ein kurzes Stück durch das Inntal, dann geht es an den Anstieg zum Brenner. Wir fahren zunächst die Alte Römerstraße, die nach einem guten Anstieg leicht wellig bis



*Erster Stopp um 8 Uhr in Schwaz bei einer sehr netten Bäckerfrau*



*Am Achensee hat uns das schlechte Wetter noch im Griff*

nach Matri führt. Hier wechseln wir auf die Bundesstraße. Die Steigung ist angenehm und der Verkehr eher gering. So erreichen wir um kurz vor 12 den höchsten Punkt des Passes. Oben darf ein Foto mit dem Ortsschild nicht fehlen. Schnell noch Jacken drüber und weiter geht es in Richtung Sterzing, wo Kuchen und Wasser auf uns warten.

Nach Erreichen dieses Punktes unserer Tour in recht guter Verfassung und vor allem hervorragender Laune, wusste ich, dass wir es schaffen können und schaffen würden. Ich hatte damit gerechnet, nach fast 200 km und 2000 Hm schon viel kaputter zu sein. Wir waren zwar schon fast zehn Stunden unterwegs, aber von Müdigkeit oder Radfahrunlust keine Spur.

Bei Michaelas Mutter angekommen, stärkten wir uns mit Kuchen, Obst, Wasser, warfen unnötige Kleidung ab und ölten die Ketten. Endlich kam die Sonne raus und es wurde warm. Unser Begleitfahrzeug würde nun direkt nach Riva fahren, wäre aber allzeit bereit uns bei Defekt oder körperlicher Schwäche aufzunehmen.

Wir rollten nun auf dem wirklich sehr komfortablen Etschradweg nach Bozen. Die Etappe verlief unspektakulär. Auch der gefürchtete Gegenwind blieb aus. Wir hatten den nächsten Stopp bei bzw. kurz nach Bozen angepeilt. In der Stadt direkt wollten wir nicht bleiben, sondern waren auf der Suche nach einem Ort etwas außerhalb auf dem Land, etwas gemütlicher, mit einer schönen Auswahl an kalten Getränken und Süßkram. Bei Leifers wurden wir im Café al Ponte fündig. Ein schöner Gastgarten mit Schattenplätzen, Caffè, Gelato, Panini.

So gestärkt brachen wir um 17 Uhr wieder auf. Es ist ein doch recht warmer Nachmittag geworden. Noch 90 km laut Tacho, allerdings noch durch Trento.

Ich verstehe nicht, wie man eine so hässliche Stadt in eine so schöne Gegend bauen kann. Ich fand Trento schon von Autofahrten her immer einfach nur unübersichtlich, hässlich, abstoßend. Und das hat sich für mich persönlich auf dem Rad bestätigt. Prompt verfahren wir uns und landen fast auf der Autobahn. Ein freundliches Hupen macht uns darauf aufmerksam und



*Endlich Sonne am Etschradweg*



ganz Geisterfahrerstyle rollen wir die Autobahn-auffahrt wieder zurück und suchen uns einen anderen Weg. Jetzt sind es zwar nur noch 50 km, jedoch hinterlassen die fortgeschrittene Zeit und die Wärme Spuren und wir legen doch noch einen kurzen Stopp ein, diesmal extrem unromantisch bei Lidl. Auf dem Parkplatz verdrücken wir noch ein wenig Riegel, Obst und Chips und trinken warme Cola. Einmal aus Trento raus rollen wir wieder recht entspannt auf dem Radweg im Abendlicht gen Ziel. In Rovereto zeigen die Passanten auf dem Weg zum Restaurant oder mit der Abholpizza unter dem Arm, dass es eigentlich schon Zeit für den Tagesausklang ist.

Noch ein letzter zum Glück moderater Anstieg und dann liegt er endlich vor uns: Lago di Garda. Wir halten in der Kehre zwischen Nago und Torbole an, es ist mittlerweile 21.15 Uhr. Ich bin ergriffen: von dem Anblick des Sees im letzten Licht des Tages. Von unserem Zusam-

menhalt als spontan entstandenem Team. Von der Leistungsfähigkeit meines Körpers, der zwar langsam keine Lust mehr auf Radfahren hatte, aber immer noch erstaunlich fit war. Vom Gefühl, in unserer so stark technikgetriebenen Welt mit reiner Muskelkraft und mentaler Stärke diesen langen Weg nicht nur einfach zurückgelegt zu haben, sondern an einem einzigen Tag. Wir machen noch ein obligatorisches Zielselbstie, dann rollen wir hinunter nach Riva in die Sailing Bar, wo Michaelas Mum schon auf uns wartet. Zu essen gibt es zwar nur noch Toast, aber Getränke sind noch reichlich da, sodass wir mit unserem wohlverdienten Aperol anstoßen.

Am Ende können wir 380 km, 14,5 Stunden reine Fahrzeit und 18,5 Stunden Zeit unterwegs in unser Trainingstagebuch schreiben.

Eure Katrin Grothues



*Wir haben es geschafft! Glücklich und noch einigermaßen fit am Lago*

# Meditatives Mountainbiken - Die TransBayerwald

Ich sitze in meinem Wohnzimmer und lasse die letzten Tage Revue passieren. Was seit letztem Jahr auf meiner Bucket List stand, habe ich endlich umgesetzt: Die TransBayerwald. Nachdem ich schon diverse Transalps, Stonemans und Chiemgau Kings hinter mir habe und der aktuelle Corona-Trend ja „Urlaub dahoam“ heißt, wollte ich mal diese noch weniger populäre Mehrtagestour angehen.

Ich fange mit dem Fazit an, bevor ich die einzelnen Etappen näher beschreibe: Die TransBayerwald muss man wollen. Sie belohnt nicht wie eine Transalp mit tollen Single-Trail-Abfahrten, Alpen-Panorama-Blicken und Kaiserschmarrn auf der Berghütte. Man merkt, dass man das Ende des Anstiegs erreicht hat, wenn es wieder runter geht. Es gibt mit super wenig Ausnahmen keinen wirklichen Gipfel, noch nicht einmal ein markantes Zeichen wie einen Stein, eine Tafel oder zumindest einen besonders

schönen Baum. Geschweige denn eine Aussicht auf die Umgebung oder sogar eine bewirtschaftete Hütte zum Einkehren. Man muss also das Bergauffahren um des Bergauffahrens mögen. Man muss außerdem ein gewisses Durchhaltevermögen und technische Auffahrtsskills haben, um die Uphills mit ein wenig Lächeln im Gesicht zu meistern. Man trifft kaum bis gar keine Menschen. Das bringt aber auch sehr viel Ruhe mit sich. Man ist mit sich, dem Bike und dem Wald alleine. Mich hat das schon auch sehr entschleunigt und zur Ruhe gebracht vom doch recht turbulenten Alltag. Manchmal kam ich mir vor wie auf einem Meditations-Retreat.

Auch muss man sein Essen planen. Es gibt nicht in jedem Ort eine Wirtschaft, geschweige denn einen Supermarkt. D.h. vorher schauen, ob man durch größere Orte kommt, die entweder Supermarkt oder Gasthaus oder zumindest eine Tankstelle haben. Und die Öffnungszeiten



*Typisch niederbayerische Wald- und Hügellandschaft - meine Begleitung für die nächsten fünf Tage*

prüfen. Die meisten Supermärkte, an denen ich vorbeigekommen bin, haben mittags eineinhalb bis zwei Stunden Pause. Ich hatte immer eine Banane, einen Apfel und natürlich Riegel dabei. Und einen Satz Campingbesteck, was sehr hilfreich ist, wenn man sich im Supermarkt einen Joghurt holen möchte oder Pizza To Go nehmen muss, da die Pizzeria erst in 2 Stunden wieder einen freien Platz hat. Da das Wetter so gut war, habe ich es eher genossen, draußen auf der Wiese meine eigene Brotzeit zu machen und das richtige Einkehren nicht vermisst. Wasser hingegen gibt es ausreichend. In den meisten Ortschaften gibt es Brunnen, an denen man seine Flasche nachfüllen kann.

Die Route selber ist sehr gut ausgeschildert, ein Navi mit Track empfehle ich dennoch. Man sollte in jedem Fall eigenes Werkzeug und Ersatzteile nach eigenem Bedarf mitnehmen. Ich bin eigentlich an keinem Radladen vorbeigekommen, und der am Bikepark Geisskopf hatte zu.

Nun hier der ausführliche Bericht: Die Trans-Bayerwald ist eine recht neue Route durch den Bayerischen Wald. Es gibt die Süd-Route, die von Furth im Wald nach Süden bis Passau

verläuft, und eine Nord-Route, die in Passau startet und ihr Ende in Furth im Wald hat. Zweitere verläuft durch den Nationalpark, erstere weiter im Westen. Angelegt sind beide Touren auf sieben Etappen von je ca. 50 km und um die 1000-1500 Hm. Auf der Website (<https://www.trans-bayerwald.de/>) findet man alle Infos nebst Kartenmaterial, Übernachtungs- und Einkaufstipps. Man kann sich die Infos auch ausgedruckt nach Hause schicken lassen und bekommt dann auch ein kleines Reisetagebuch zum Abstempeln.

Meine Route habe ich folgendermaßen geplant: Da ich Zugfahren nicht mag, wollte ich im Kreis fahren, so dass ich wieder an meinem Auto ankomme. Ich entschied mich für einen Start in Furth im Wald, dann fünf Etappen auf der Süd-Route, bei Bischofsmais rüber auf die Nord-Route zu wechseln und zwei Etappen Nord-Route retour. Das Ganze in fünf Tagen. Da ich die Hotels vorab nicht buchen würde, blieb mir eine gewisse Flexibilität.

**Tag 1:** Anreise morgens früh mit dem Auto nach Furth. Ich parke auf dem von den Organisatoren empfohlenen Parkplatz und kann um kurz nach



*Unspektakulär einfach schön kann das Auge weit über die Wiesen schweifen*

acht starten. Meine erste Etappe geht bis nach Stamsried, ca. 90 km und 1900 Hm. Das Wetter ist super, die Laune auch. Die Strecke ist hervorragend beschildert, zusätzlich habe ich den Track auf meinem alten Garmin. Diese erste und zweite offizielle Etappe der Tour sind unspektakulär. Es geht gemütlich durch Felder, über Wiesen und durch Wälder. Nennenswerte Trails gibt es keine. Dafür einige recht knackige Uphills, die mich sogar mal aus dem Sattel zwingen. Menschen treffe ich so gut wie keine, dafür sehe ich viele Raubvögel. In Rötz mache ich Mittagspause. Da Sonntag ist, haben die Supermärkte zu, zum Glück öffnet um halb zwölf die lokale Gastronomie, sodass ich mich beim Griechen verpflegen kann. Gegen 15 Uhr schon erreiche ich mein Tagesziel. Ich nutze den Nachmittag für einen ausgiebigen Saunabesuch im Hotel Zedernhof in Stamsried (<https://www.hotel-zedernhof.de/>). Abends kann ich meine Tanks am 5-Gang-Halbpensions-Menü füllen.

**Tag 2:** Etappe 3 und 4 der offiziellen Empfehlung von Stamsried nach Falkenstein und dann weiter nach Sankt Englmär. Mit 95 km und 2500 Hm



*Über den Regen mit göttlichem Beistand*



*Die Burgruine Lobenstein*

die längste meiner Etappen. Tag 2 gefällt mir am besten: einige Single Trails, viele richtige Waldwege, sehr wenig Asphalt. Aber auch heute wieder anstrengende, technisch fordernde Uphills. In Falkenstein mache ich Brotzeit am Kneipp-Becken mit Lebensmitteln vom lokalen Supermarkt. Da das Wetter weiterhin super ist, kann ich gut draußen auf einer Bank sitzen. In Sankt Englmar übernachtete ich im Sonnenhügel (<https://www.sonnen-huegel.de/kulinarisches.html>), wo ich auch auf der Terrasse ein super leckeres Abendessen einnehme. Die Küche vom Sonnenhügel ist wirklich zu empfehlen.

**Tag 3:** Sankt Englmar - Bischofsmais. Eigentlich nur 62 km und 1800 Hm. Gestartet wird mit einem wirklich tollen Abschnitt mit Single Trails und Waldpfaden am Hirschenstein. Dann jedoch folgen zwei wirklich lange Anstiege, der zweite 13 km lang. Da können die Oberschenkel schon mal protestieren. Ich empfehle, in Grafing noch mal einen Stopp einzulegen, bevor eben diese 13 km lange Auffahrt beginnt. Man passiert noch den Bikepark am Geißkopf und kann eine der Abfahrten hinunter nehmen. In Bischofsmais ist die Hotelauswahl begrenzt. Ich



*Dreitannenriegel, unglaubliche 1116 müNN*

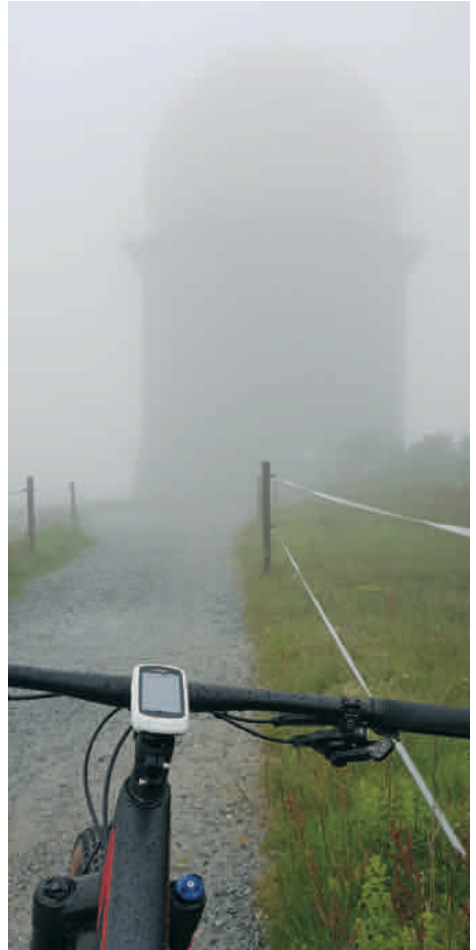


*Brotzeit am Kneippbecken in Falkenstein*

übernachte im Hotel zur Alten Post (<https://www.alte-post.com/>), was vollkommen ausreichend für meine Zwecke ist. Leider ist die Sauna, wohl auf Grund von Corona, geschlossen. Die Pizzeria war leider komplett voll. Zum Glück hatte mein Zimmer einen Westbalkon, so dass ich meine Pizza und Salat dort im untergehenden Sonnenlicht essen konnte.

**Tag 4:** Ich fahre rüber zur Nord-Route nach Frauenau und befinde mich nun im Nationalpark Bayerischer Wald. Hier führt die Route fast ausschließlich auf Forst- und Asphaltstraßen. Die Landschaft und der Wald sind dennoch sehr schön, da hier der Natur mehr Freiheit gelassen wird. Mittags lasse ich mir Kaffee und Kuchen in Zwieselerwaldhaus schmecken. Meine Übernachtung habe ich in Bodenmais geplant, wissentlich, dass ich damit 400 Hm abfahre, die ich am nächsten Tag wieder hochkurbeln muss. Aber ein schönes Hotel mit Sauna und Abendbuffet sind diese Extrameter aus meiner Sicht wert. Übernachtet habe ich im Sonnenhotel Fürstenbauer (<https://www.sonnenhotels.de/hotels-resorts/fuerstenbauer/hotel/>).

**Tag 5 - der letzte Tag:** Nachdem ich drei Tage Sonne, einen Tag Wolken, aber trocken hatte, so regnet es heute seit dem frühen Morgen, teilweise recht stark. So fällt es mir doch etwas schwer, mich vom Frühstückstisch zu erheben. Aber der Wetterbericht verheißt keine wirkliche Besserung, also lohnt es nicht abzuwarten. Der Hotelchef wünscht mir noch gute Fahrt und los ziehe ich gen großer Arber. Einer der wenigen aussichtsreichen Gipfel der gesamten Trans-Bayerwald, und leider erwarten mich Wolken und Sicht unter 10 m. Oben ziehe ich alles an, was sich in meinem Rucksack befindet, und fahre nach Lam ab. Der Rest der Etappe verläuft im Dauerregen und mit wenig Aussicht durch Wald und über Felder, bis die Türme von Furth



*Der Gipfel des Großen Arbers empfing mich mit Nebel und Regen*

im Wald zu sehen sind. Erleichtert ob des Endes von Nässe und Kälte erreiche ich mein Auto und mache mich auf den Heimweg.

Insgesamt bin ich an fünf Tagen fünf Etappen auf der Süd- und zwei Etappen auf der Nord-Route gefahren, 420 km und gute 10.000 Hm.

Eure Katrin Grothues



*Einer der seltenen Gipfelblicke vom Geißkopf*

## Leistungsdiagnose & Bikefitting

Das Thema Leistungsdiagnose und Bikefitting wird auch im Hobbybereich ein immer größeres Thema. Das Angebot dazu wächst im gleichen Maße und für den unerfahrenen Hobbyfahrer ist es daher oft schwierig die richtige Adresse zu finden. Hier sind ein paar Anbieter, mit denen einige unserer Mitglieder schon sehr gute Erfahrungen gesammelt haben:

- Radlabor <http://www.radlabor.de>
- Cyclefit <http://www.cyclefit.de>
- Clemens Hesse <http://www.hesse-kafka.de>
- Staps <http://www.staps-online.com>
- The Flemish Cap <http://www.theflemishcap.com> (siehe Anzeige auf Seite 4)

## Partner von BMW Radsport

Mit folgenden Firmen sind vergünstigte Konditionen für BMW Radsport-Mitglieder vereinbart:

- Sanct Bernhard Sport (Nahrungsergänzungsmittel, Riegel, Gels...)  
<http://www.sanct-bernhard-sport.de>
- Citec Laufräder <http://www.citec.de>  
(Infos und Bestellung über Jürgen Knupe: [juergen.knupe@bmw-m.com](mailto:juergen.knupe@bmw-m.com))

# Frankfurter Greffelrundsche

**... im Frühjahr gegen den Uhrzeigersinn...  
und weil es so schön war im Herbst noch  
mal im Uhrzeigersinn**

## Frühjahrs-Greffelrundsche

300 km auf größtenteils Wald-, Schotter- und Wiesenwegen um Frankfurt herum? Mit 99 anderen Verrückten? Hört sich verdammt gut an und ich hatte mich sofort für den Event angemeldet... <https://www.greffelrundsche.de/>

Eigentlich sollte das Event am Sonntag, 26.04.2020, mit 100 Teilnehmern um 5:30 Uhr in Ffm-Sachsenhausen starten, jedoch machte uns ein weltweites Virus leider einen Strich durch die Rechnung... Dies hielt jedoch einzelne tapferen Mitstreiter nicht davon ab, an diesem Wochenende oder bereits an den Osterfeiertagen zuvor diese Strecke solo in Angriff zu nehmen.

Die Wettervorhersage für das gesamte Wochenende sah super aus... sonnig, nicht zu warm, genau richtig!

Entgegen dem eigentlich offiziellen Start mit allen Teilnehmern um 5:30 Uhr bin ich im Solo-Virus-Modus bewusst eine Stunde früher gestartet. Ich wollte a) das morgendliche Frankfurt noch schön im Sonnenaufgang genießen und b) die finalen ca. 80 km durch den Wald rund um den Flughafen nicht komplett im Dunkeln fahren. Diese Strategie ging am Ende des Tages auch super auf.

Aber was soll ich sagen, was für ein toller Kurs, den der Local Ken vermutlich in wochenlanger Detailarbeit zusammengebastelt hat... kein noch so schöner Stadtteil in Frankfurt wurde vergessen, jedes noch so kleine Gässchen und traumhafte Schleifen wurden mitgenommen...



*Start am Mainufer*



kein Park wurde ausgelassen (Frankfurt ist grün, aber sowas von grün!)... sämtliche Singletrails an irgendwelchen Bächlein und verwunschenen Bahntrassen wurden beachtet... keine Ahnung, wie man auf 300 km solche Details alle in eine geplante Strecke packen kann, Ken kann es offenbar! Respekt!

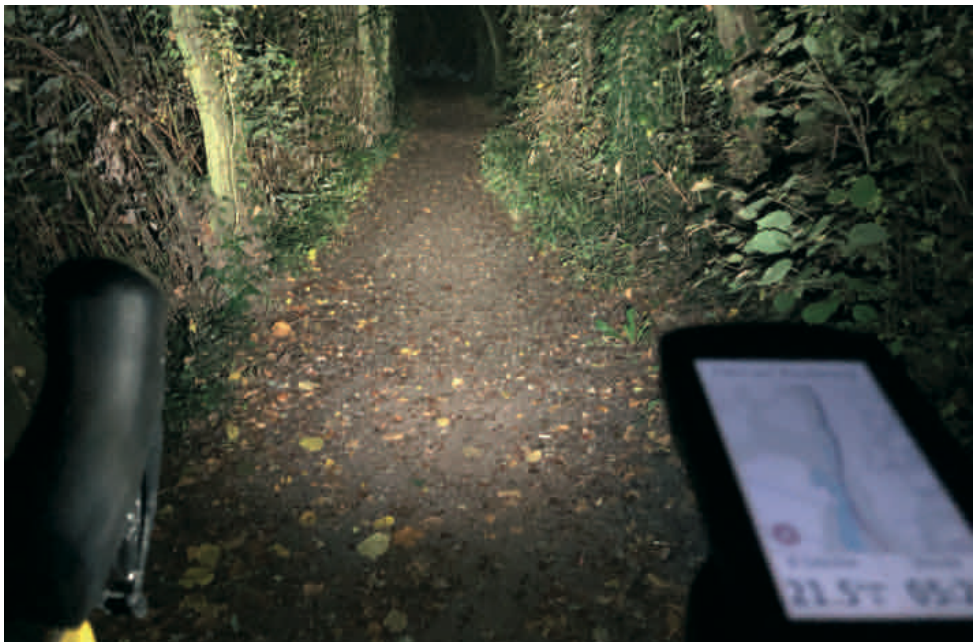
Nach dem Start unter der hübsch beleuchteten Ignatz-Bubis-Brücke in Sachsenhausen ging es somit die ersten ein, zwei Stunden erstmal auf Asphalt in einer Schleife um den Main herum, um dann mit dem Sonnenaufgang über den menschenleeren Römer zu radeln... nach einem kleinen Abstecher auf die andere Mainseite nach Offenbach ging es dann gravelmäßig zur Sache und die Hügel von Bergen-Enkheim mit all den tollen Parks und Ausblicken auf die Skyline ließen einen ständig ins Schwärmen geraten... es kam einem wie in einem guten Film vor!

Apropos Routenplanung... spätestens hier wäre man bei den vielen Richtungswechseln

ohne ein gescheites Navi mit großem Display völlig aufgeschmissen gewesen. Zu vielfältig waren die verschlungenen Wege, das Auffinden auch der kleinsten, zugewucherten Wege war zum Teil eine Herausforderung, die jedoch auch unendlich Spaß machte.

Viel zu schnell war dann auch nach ca. 100 km die erste Etappe in Bad Vilbel mit dem größten Bärlauchwald weit und breit erreicht, bevor es dann über die Hänge des Vorder-Taunus wieder nach Frankfurt in die City ging, diesmal an die Nidda und den gleichnamigen Park.

Graveltouren sind ja gewöhnlich keine Strecken für Heizer, aber an diesem frühsummerlichen Sonntag um die Mittagszeit in dem riesigen Park musste man schon entspannt radeln und auf die diversen Fußgänger Rücksicht nehmen... aber kein Problem, selbst wollte man ja das grüne Frankfurt auch genießen und nicht nur stur auf den Boden schauen.



*Es gibt nichts Schöneres als ein Nightride*

Irgendwann erreichte man dann über die Nidda und diverse Schleifen deren Mündung in Frankfurt-Höchst, und man hatte somit zwei Drittel der Tour geschafft. Das letzte Drittel um den Flughafen herum wurde dann nicht weniger interessant, fuhr man doch größtenteils im Wald ohne Blick auf die Skyline, jedoch auch wieder ziemlich einsam und verlassen ohne die sonntäglichen Ausflügler.

Später brach dann die Dunkelheit herein und man konnte schon wieder die Lichter der Stadt sehen, aber der Wald wollte einfach nicht aufhören und ich verlor vor lauter Abzweigungen völlig die Orientierung. Ohne Navi oder Smartphone hätte ich da niemals mehr herausgefunden. Aber irgendwann strahlten mich dann das vertraute Logo vom Waldstadion und der Eintracht-Adler in einer Unterführung am Gleisdreieck an... hier war ich definitiv richtig! Über eine kleine Schleife durch den Stadtwald ging es dann wieder zwischen Sachsenhausen und

Offenbach an den Main hinunter und die letzten Kilometer bis zu Start/Ziel an der Brücke wurden ausgiebig genossen.

Da wegen des doofen Virus in Sachsenhausen alles geschlossen war, gab es leider keinen Finisher Äpfelwoi. Wenigstens hatte eine 24-Stunden-Tanke noch ein leckeres Licher Pils gegen den Durst und ein paar Sandwiches gegen den Hunger.

### **Herbst-Greffelrundsche**

Ein Wahnsinn! Eine (w)irre Streckenführung, die bis zur völligen Orientierungslosigkeit führt, verwinkelte kleinste Durchfahrten durch Frankfurts grüne Ecken bis hin zu Trails und Rennpassagen durch die Natur. Nach der ersten Teilnahme im Frühjahr ging es Ende Oktober nochmal um Frankfurt am Main herum, diesmal im Uhrzeigersinn und wie sich im Nachhinein herausstellte, auf einer rund 100 km geänderten Strecke.

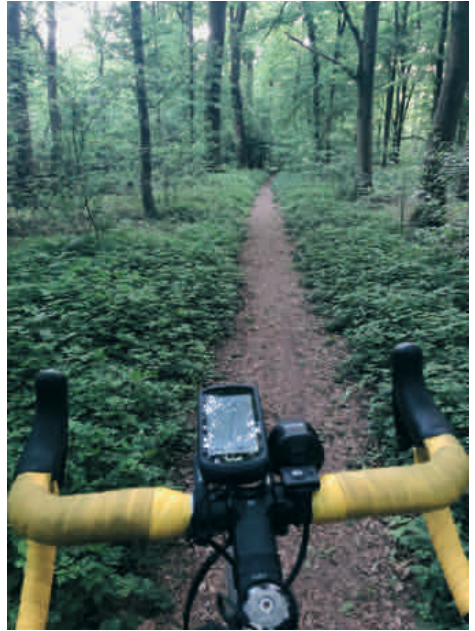


*Einer der unzähligen Frankfurter Parks*

Also erst mal morgens im Dunklen durch den Stadtwald um den Flughafen herum... aber was sind das für komische Geräusche? Wildschweine? Habe ich noch nie gehört und ist irgendwie komisch... und dann standen sie da, ein ganzes Rudel röhrender Hirsche in der aufgehenden Sonne, wie auf so einem billigen, kitschigen Gemälde vom Trödel - was für ein toller Augenblick.

Irgendwann im Wald gab es dann noch ein hässliches Geräusch, ein lautes metallisches Knacken, ein dicker Ast hatte sich im Schaltwerk verheddert und wollte es abreißen... uff... mit Gefühl wieder hingebogen, aber die Kette lief noch nicht rund... dank Di2 war es jedoch kein Problem, die Kettenlinie wieder neu zu justieren, und der Schreckmoment war zum Glück schnell vorbei.

In Frankfurt-Höchst führte die Route diesmal noch über eine Fähre des Mains, der Fährmann war auch frühmorgens bereits wach...



*Ein Gravel Traum*



*Frankfurter Skyline*

für einen Euro ging es dann entspannt mit einem kleinen Päschen über den Fluss und auf der anderen Seite durch die Höchster Altstadt und das Mainufer wieder Richtung Frankfurter Innenstadt.

Entgegen der Runde gegen den Uhrzeigersinn im Frühjahr hatte man im Herbst auf den Hügeln des Vordertaunus die Frankfurter Skyline immer im Rücken, aus diesem Grund fand ich die Runde im Frühjahr, was die Aussicht betrifft, um einiges spektakulärer.

Fazit... das Greffelhündsche ist ein Träumsche... für jeden radelnden Frankfurter oder sonstige positiv Verrückte ein ‚must do‘ und kann gerne in 2021 auch ein drittes Mal geradelt werden... ich bin nach wie vor noch geflasht von den vielen bleibenden Eindrücken und Bildern im Kopf!

Liebe Grüße  
Schleichi



*Der so genannte Ginnheimer Spargel*

# Elternzeit-Radreise im Juli 2019

**A**ndere gehen mit dem VW-Bus in der Elternzeit auf Reise. Aber es gibt nun mal keinen BMW-Bus und uns war auch so klar, dass unser Fortbewegungsmittel das Fahrrad sein wird. Da wir bereits u.a. unsere Flitterwochen in Südamerika auf dem Rad verbracht hatten, war das Equipment vorhanden. Die Herausforderung war allerdings, ein Kleinkind und die ganze Kinderausstattung zusätzlich in die Packtaschen zu bekommen. Um nichts zu übersehen, machten wir bereits Anfang Juni eine Proberadtour mit guten Freunden und deren einjähriger Tochter mit Zelt durch das schöne Oberbayern. Ende Juni starteten wir dann mit vollgepacktem Auto in Richtung Emilia Romagna. In der lokalen Pizzeria und einer wunderschönen pittoresken Unterkunft feierten wir in den ersten Geburtstag unserer Tochter rein.

**1. Juli (27,4 km, 730 Hm):** Am ersten Tourtag ging es von Montefiorino durch ziemlich

ruhige Ortschaften und schöne Berglandschaften nach Piandelagotti. Hier schlugen wir das Zelt auf einem sehr einsamen Campingplatz auf. Der Tourbook-Eintrag lautete: „Sind jetzt auf einem Campingplatz, wo es sonst gar nix gibt außer einer Pizzeria und vielen gemeinen Mücken.“ Schlangen gab es angeblich auch, deswegen mussten wir das gerade liebevoll aufgebaute Zelt nochmal umsetzen. Naja, das Abendessen hat dann noch besser geschmeckt!

**2. Juli (39,1 km, 750 Hm):** Zunächst ging es über den Passo delle Radici nach San Pellegrino zum ersehnten Frühstück mit leckeren Brioche und Cappuccino. Übrigens ohne das bekannte Mineralwasser, denn das kommt aus einem anderen San Pellegrino. Nach der Stärkung ging es weiter über Castelnuovo di Garfagnana nach Barga. Jetzt wurde die Landschaft so richtig schön. Wir verließen die Berge



*Unsere Tochter inspiziert unser Gespann*

und radelten auf einer traumhaft schönen Straße runter ins Tal und waren nun offiziell in der Toskana angekommen.

**3. Juli:** Wer hätte das gedacht? Erst zwei Tage geradelt und schon Pause? Aber der wunderschöne Ort Barga war prädestiniert für einen Entspannungstag. Und tatsächlich ist so ein voll bepacktes Reiserad mit voll bepacktem Kinderanhänger etwas kraftraubend. Das führte in den ersten Tagen auch zu der ein oder anderen Diskussion bezüglich Tourlänge und Höhenmetern. Jedenfalls genossen wir die Unterkunft und den ersten Pool auf unserer Reise!



*Boxenstopp am Wegesrand*

Am **4. Juli (67,7 km, 480 Hm)** radelten wir nach Montopoli und am **5. Juli (44,5 km, 870 Hm)** weiter nach Volterra. Eine ganz schön steile Auffahrt hoch nach Volterra, die sich aber nicht nur in Bezug auf den Trainingseffekt gelohnt hat! Eine sehr schöne Stadt mit tollem Ausblick - jetzt waren wir endlich so richtig in der Toskana angekommen!

**6. Juli (66,7 km, 370 Hm):** Auf der Fahrt ans Meer haben uns Scharen von Rennradlern überholt, die uns ganz toll fanden. Tatsächlich

haben wir sehr häufig nette Kommentare bekommen, besonders wenn wir unsere kleine Tochter aus dem Wagen geholt haben. Den meisten war nämlich vorher nicht klar, dass das ein Kinderanhänger war. Bevor wir am nächsten Morgen die Fähre nehmen wollten, übernachteten wir auf einem riesigen Campingplatz mit Poolparadies und Kinderanimation. Wir waren ehrlich froh, dass wir hier nicht unseren ganzen Sommerurlaub gebucht hatten.

Am **7. Juli (25,1 km, 210 Hm)** setzten wir nach einer kurzen Tour über nach Elba und verbrachten dort zwei Pausen- und Badetage. Einen Tag zuvor hatten wir noch überlegt, Elba ausfallen zu lassen, um Zeit für weitere Pausentage zu schaffen, aber als wir dort waren, stellte es sich als eine sehr gute Entscheidung heraus. Elba ist sehr schön, auch zum Radeln und der Campingplatz war super, direkt am Strand, schöner Pool, leckeres Restaurant. Leider gibt es in Italien keine Tische und Bänke auf den Campingplätzen. Da waren wir von Südamerika etwas verwöhnt. Also haben wir uns der Einfachheit halber angewöhnt, auf Campingplätzen essen zu gehen. Auf Elba war das super und so kam unsere Kleine zu ihren ersten Gnocchi.



*Ausgleichstraining am Nachmittag*

Zeit für ein erstes Resümee unserer Reise: Das Reisetagebuch-Schreiben gestaltete sich mit Kind etwas schwerer als auf früheren Touren. Unsere Kleine schlief nie vor halb elf ein, schließlich könnte sie ja was verpassen und es war sowieso zu warm. Wir passten uns also an: Vor 20 Uhr waren die Restaurants ohnehin leer und die Kinderdisco auf dem Campingplatz startete auch erst um 21 Uhr. Blöd nur, dass wir immer frühmorgens starten wollten, um die Hitze zu umgehen. Aber gut...

**9. Juli (61,3 km, 430 Hm):** Nach zwei sehr entspannten Tagen auf der Insel ging es morgens um sieben ganz früh über den Berg (200 Hm) zurück nach Portoferraio. Das hört sich nach nichts an, aber die kleine Nebenstraße war echt steil und so ein Gespann mit ca. 60 kg Systemgewicht fährt da nicht von allein hoch. Das war ein richtig gutes Training! Gefrühstückt wurde dann auf der Fähre. Ihr dürft raten was? Brioche und Cappuccino natürlich. Am Festland angekommen mussten wir zunächst aus den nicht ganz so schönen Hafenanlagen raus

radeln. Dann ging es weiter an der Küste nach Follonica, das geprägt ist von Stränden und Badegästen. Unsere Mittagspause wurde spontan vor einem Supermarkt absolviert, da unsere Kleine gerade genug vom Radanhänger hatte. Ab dort wurde die Gegend immer schöner, je weiter es ins Landesinnere ging. Wir mieteten uns in einem Agriturismo ein und plantschten im Pool. Die Vermieterin versorgte uns mit eigens produziertem Olivenöl und Rotwein.

Am **10. Juli (58,6 km, 920 Hm)** kamen wir aufgrund eines Gewitters erst gegen zehn Uhr los. Es sollte allerdings ein sehr langer Tag werden. Plan waren 58 km und 840 Hm bis Montalcino. Die Unterkunft hatten wir ausnahmsweise schon gebucht, daher gab es kein Zurück. Zwischendurch wurden wir von einem weiteren Gewitter eingeholt. Der Regen hat Erinnerungen an unsere Radtour in Südamerika aufgefrischt, wo wir ganze Tage in nassen Klamotten geradelt waren. Hauptsache, unsere Kleine fand es lustig, der Kinderanhänger hatte nämlich eine super Regenhülle. Die ganzen Strapazen haben



Bergankunft in Montalcino, Team M-Sport

sich letzten Endes gelohnt: Sehr schöne Unterkunft mit gigantischem Ausblick, dazu ein sehr netter Gastgeber, der uns mit dem Auto ins Centro gefahren hat, denn die gut 20 % Steigung des Zufahrtssträßchens hätten wir nicht mehr gepackt. Auch sein Restaurant-Tipp war genial.

Am **11. Juli (51,5 km, 420 Hm)** ging es weiter über Siena Richtung Norden ins Chianti. Am Morgen sind wir nach einem leckeren und für italienische Verhältnisse üppigem Frühstück ganz gemütlich Richtung Norden gestartet. Die Landschaft war ein Traum und es gab kaum Höhenmeter zu bewältigen. Kurz vor unserer Mittagspause in Siena änderte sich das überraschenderweise. Wir fuhren auf einem Teil der L'Eroica über die legendären Strade Bianche. Das ist nicht nur auf einem '75er Bianchi mit 10-fach Campa hart, sondern auch mit Gepäck und Kinderanhänger. Unsere Tochter wurde etwas quengelig, weil es so langsam bergauf ging und wir waren glücklich, endlich bei Lasagne in Siena zu sitzen. Danach war uns das Treiben mit den ganzen Touristen in der Città

Storica zu viel und wir wollten schnell wieder raus. Da es so voll war, war das nicht so einfach und wir mussten schieben. Eine Stunde später kamen wir auf dem Campingplatz an. Leider hat man als Radtourero keinen Kühlschrank dabei und ist bei kalten Getränken auf das Shop-Angebot auf dem Campingplatz angewiesen. Da es hier aber so teuer war, gab es am Abend nur Risotto aus der Tüte und wir beschlossen, die nächsten Tage in ein Agriturismo zu gehen. Weil sowieso ein Pausentag geplant war, hat sich das angeboten.

**12. und 13. Juli (36,2 km, 470 Hm).** Wie meistens suchten wir einfach per Google Maps nach einer schönen Unterkunft und schauten uns kurz Bewertungen an. Dieses Mal sollte es ein richtiger Glückstreffer werden. Im Agriturismo Le Pianore verbrachten wir zwei Nächte. Die nette Gastgeberin fuhr uns mit ihrem Auto zum Einkaufen, da das nächste Geschäft in der Tat zu weit weg war für eine kurze Nachmittagstour. Der Ausblick auf die toskanische Hügellandschaft von dort war gigantisch.



*Unser Toskana-Traumpool*



**14. Juli (41,8 km, 730 Hm):** Wir hatten eine super entspannte Tour nach Florenz - eine geniale Rennrad-Strecke - und planten während der Tour gedanklich schon eine Rennrad-Woche für den nächsten Sommer. Auf der Ponte Vecchio ließen wir uns mit unseren Rädern von einer deutschen Familie, die die Radtour-mit-Kind-Idee super fand, inmitten der vielen Menschen ablichten.

Eigentlich war kaum Regen gemeldet für die Nacht und dann kam ganz viel. Wir hatten intuitiv im Halbschlaf die Handtücher und Schuhe ins Trockene gerettet. Morgens stand das Wasser knapp bis Oberkante Isomatte. Der extra dazu gekaufte, robuste Zeltboden war also dicht. Das High-Tech Zelt theoretisch auch, aber praktisch war es etwas zusammengesackt und daher floss der Regen direkt auf den Zeltboden. Ultra leicht ist halt nicht ultra water proof.

Beim Warten auf die Regenpause, in der wir die Sachen zusammenpacken wollten, hatten wir Zeit für ein weiteres Resümee. Nach zwei Wochen Radreise konnten wir die folgenden Sachen bemerken:

... Zelt wird schneller aufgebaut  
 ... man findet sich in den Taschen schneller zurecht  
 ... man kann über mehr Dreck hinwegsehen  
 ... man kann sogar einen verregneten Vormittag akzeptieren

Spricht für längere Touren. Aber ehrlich gesagt freuten wir uns auch schon wieder auf das eigene Bett, Vollkornbrot und die eigene Dusche. Nur diese leckeren Brioche mit Cremefüllung gibt's zu Hause einfach nicht. Dafür ist unser Zuhause wasserdicht und muss nicht jeden Tag neu aufgebaut werden.

**15. Juli (36,1 km 570 Hm):** Das Glück am Ende eines Regentages war ein alter Gutshof in Barberino di Mugello. Der Regen ließ am Vormittag zwar nach und wir konnten mittags starten, aber immer wieder kamen neue Schauer. Es war dabei echt verdammt kühl... Und das in der Toskana. Aber unsere wunderschöne Unterkunft am Abend machte alles wieder gut. Unsere Vermieter waren völlig hin und weg von unserer Tochter. Und die Wohnung war groß



Auf der Ponte Vecchio in Florenz

genug, um alle unsere nassen Sachen zu trocknen.

**16. Juli (15,9 km, 750 Hm):** Der heutige Campingplatz sprach wieder fürs Campen: Ein Kinderparadies auf 900 m über dem Meer! Dafür mussten wir aber erst 750 Hm am Stück auf den Passo la Futa hochradeln. Das ging allerdings einfacher als gedacht aufgrund der konstanten, aber moderaten Steigung. Erstaunlich, dass fast nur Autos mit gelben Kennzeichen den Weg hier hoch gefunden hatten. Wir kamen uns fast vor wie im Skiurlaub in Tirol.

**17. Juli (35,7 km, 710 Hm):** Heute sind wir vom Passo de la Futa vorbei am Lago di Brasimone zum Lago di Suviana geradelt. Landschaftlich ein Erlebnis und ein völliger Kontrast zur Gegend südlich von Florenz, also südlich des Apennin-Hauptkamms - wir waren zurück in der Emilia-Romagna. Aufgrund der Wetterprognose und der Tatsache, dass es dort weder schöne Sonnenplätze noch kindgerechte Alternativenprogramme gab, haben wir uns entschlossen,

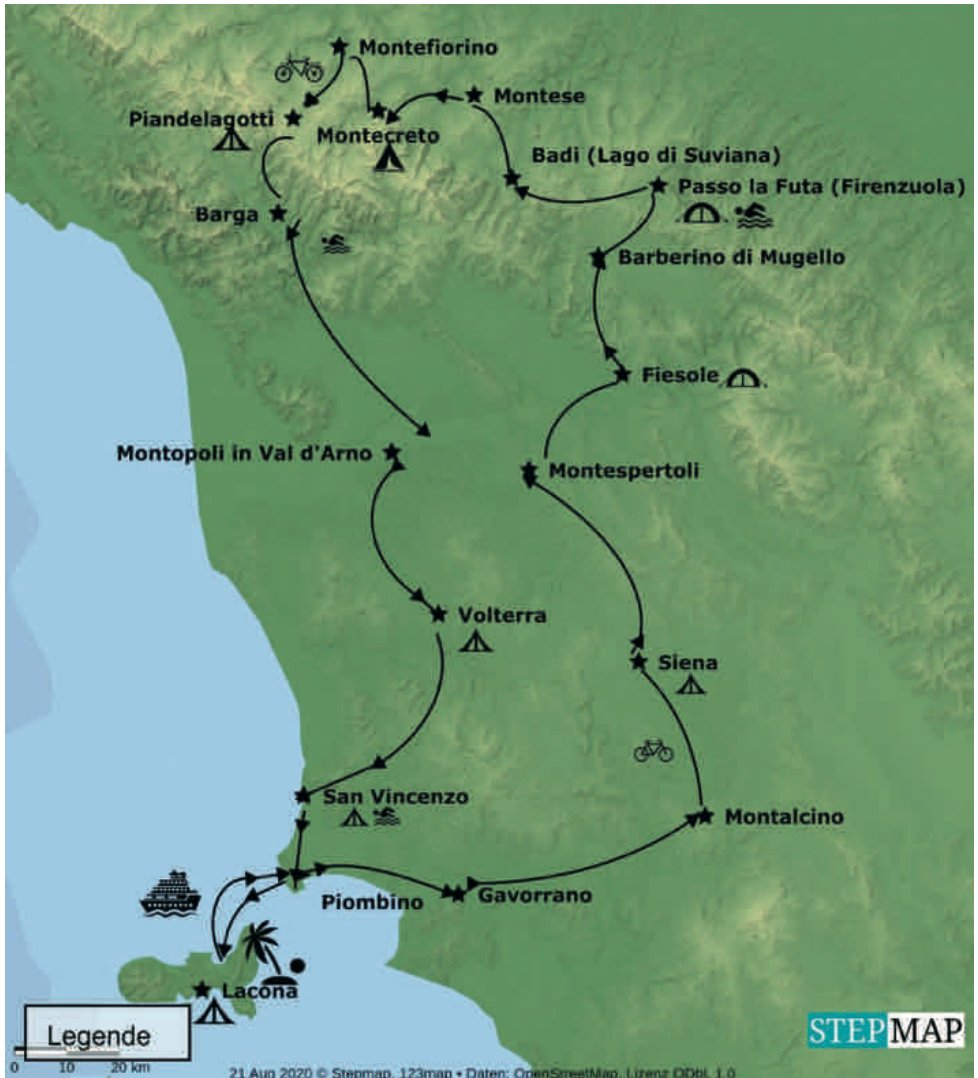
den geplanten Pausentag zu verschieben. Aber malerisch war der Ort, das muss man ihm lassen. Nur gab's da nicht viel abgesehen von einem winzigen Alimentari.

**18. Juli (31,9 km, 700 Hm):** Für unseren letzten Pausentag hatten wir uns zur Entspannung ein „Chalet“ auf einem Campingplatz gemietet. Der Weg dorthin zog sich etwas. Eigentlich hatten wir alle steilen Rampen aus der Tour eliminiert, aber dennoch war der Anstieg nach Gaggio Montana in der Sonne verdammt anstrengend. Nach der Pause lief es dann allerdings sehr gut und wir schafften es sogar, dem Gewitter davonzufahren. Wir haben den Pausentag hier richtig genossen, auch die Fahrt zum Einkaufen in den Nachbarort war super. Wenn man mal so ohne Gepäck radelt, fühlt sich das gleich wie Rennradeln an.

**20. Juli (35 km, 710 Hm):** Am Morgen sind wir früh vom Campingplatz gestartet, wurden aber noch für die Facebook-Seite des Campingplatzes fotografiert, da der Kinderanhänger



*Zieleinlauf in Montefiorino*



### Unser Tourverlauf

auch hier für ziemliche Aufmerksamkeit sorgte. Wir haben allerdings auf unserer ganzen Tour keinen andern Kinderanhänger gesehen. An diesem Radtag wurde die Landschaft dann immer schöner, bis wir abends im idyllischen Örtchen Montecreto ankamen. Der Campingplatz war wieder richtig schön und unsere italie-

nischen Zeltneighbarn sehr hilfsbereit. Sie hatten einen Hammer für unsere Heringe und ihre Kinder fanden unsere Tochter so nett, dass sie nicht böse waren, als sie am Pool versucht hat, ihnen das Eis wegzunehmen. Abends gab es dann die letzten zwei Pakete Not-Essen, die wir noch aus Südamerika hatten. Wir hatten

uns dazu mit Gaskocher auf den Spielplatz gesetzt, was unser kleinstes Reisegruppenmitglied super fand. Am nächsten Morgen gab es dann in Montecreto ein letztes Mal Brioche con crema. Ein Glück, dass man auf so einer Tour keine Kalorien zählen muss.

**22. Juli (43,7 km, 860 Hm):** Der letzte Radltag war der Wahnsinn - tolle Landschaft, viele Daumenhoch von unzähligen Rennradlern, schöne Orte! Angekommen in unserem Base Camp in Montefiorino wurden wir von unserem Gastgeber sehr nett empfangen und durften bei seinem Cousin noch eine Weinprobe machen. Ein sehr schöner Abschluss!

Von Silke + Ecki Esters

## **RESÜMEE UNSERER RADREISE**

### **Die Fakten:**

- 17 Fahr-Tage und 4 Pause-Tage
- 717,7 km • 10860 Hm
- 639 Hm und 42,2 km im Schnitt pro Tag

### **Unsere sonstigen Erkenntnisse:**

- *Unsere Kleine hat es genossen, so viele verschiedene Orte und Menschen zu sehen.*
- *Wer noch nicht da war: Die Toskana ist eine echt tolle Rennrad-Gegend!*
- *Radreise mit Kind ist kein Ding der Unmöglichkeit. In Italien haben wir allerdings keine andere Familie auf Tour gesehen. Wir hingegen waren auch 2020 mit dem Rad und inzwischen zwei Zwergerln unterwegs, allerdings ohne Zelt und nur für vier Tage. 2021 ist schon eine längere Tour in Planung.*
- *Die Italiener haben sich immer sehr über uns gefreut und waren sehr hilfsbereit.*
- *In Italien fällt einem Campen echt manchmal schwer, weil es so viele nette und günstige Agriturismo gibt.*
- *Eine Woche mehr Zeit zu haben, wäre gut für die Flexibilität gewesen, dann hätte man auch mal länger an einem schönen Ort bleiben können. Andererseits lohnt sich eine Radtour ab vier Tagen (wie wir bei der Probetour gesehen haben).*
- *40 km und 600 Hm pro Tag oder 50 km und 500 Hm oder 30 km und 700 Hm sind ausreichend...*
- *...jedenfalls ausreichend, um vier Wochen später den Ötztaler ohne besondere Trainingseinheiten in einer vernünftigen Zeit zu absolvieren.*
- *Früh Losradeln und früh Ankommen entspannt ganz schön.*
- *Schwanger geht das Ganze auch, man fährt nur langsamer.*
- *Wir freuen uns immer über Mitradelnde (Familien).*

# Erzgebirgstour - ein Etappenrennen in Coronazeiten in Deutschland

**W**ir befinden uns im Frühjahr 2020 und in ganz Europa werden Coronabedingt alle (Rad-)Veranstaltungen abgesagt. Alle? Nein! Der kleine „Radsportverein Aue“ im Erzgebirge hält fest an seinem für den 10. - 12. Juli geplanten dreitägigen Etappenrennen „Erzgebirgstour“ für Jedermann. In Ermangelung jeglicher Veranstaltungen und auf Grund der Garantie des Veranstalters, im Falle einer Coronabedingten Absage 90% der Startgebühren zu erstatten, melde ich mich an.

Da ich zum Preis eines Hotelzimmers eine 90 Quadratmeter große Ferienwohnung

in der „Perle des Erzgebirges“ Schwarzenberg bekomme, nehme ich die ganze Familie mit und wir bereiten uns auf drei Tage in Sachsen vor. Nachdem ich am Donnerstagabend noch die BMW-Clubwertung in Andechs gefahren war, ging es freitags nach Sachsen und am selben Abend wird die erste Etappe in Form eines Kriteriums (20 Runden á 2 km) in Bad Schlema gestartet. Die Ausgabe der Startunterlagen findet direkt an der Strecke statt und beim Abholen der Startunterlagen frage ich, wo denn die Strecke genau läuft. „Däsch isch glei hier vor daa Düür.“ - „Gleich hier vor der Türe“ bedeutete, dass wir durch die Fußgängerzone mit abwech-



*Erste Etappe: Irgendwie dran bleiben*

selnd Kopfsteinpflaster und Betonplatten sowie um Parkbänke und Mülleimer herum fahren werden. Na, das kann was werden! Um 18:55 Uhr durfte die Startaufstellung für die erste Etappe mit Start um 19 Uhr der Erzgebirgstour 2020 erfolgen. Das Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung war obligatorisch und 30 Sekunden vor dem Start durfte diese abgenommen werden. Es war zwar ein wenig surreal, mit der Maske am Start stehen zu müssen, um diese dann abzunehmen und eine Stunde in einem Peloton anschnaufenden und spuckenden Fahrern vorbei zu fahren, aber so waren die Regeln, was soll's! Wir waren alle sehr privilegiert, überhaupt mal wieder bei einem Rennen am Start stehen zu dürfen - eines der Ersten überhaupt in Deutschland! Dementsprechend groß war der Medienrummel für so eine kleine Veranstaltung. Startschuss und schon ging es Vollgas los - von der angeblich neutralisierten ersten Runde habe ich nichts mitbekommen! Der Rundkurs

ging kreuz und quer durch die Fußgängerzone und den Kurpark. Alles recht eng, Kopfsteinpflaster, bergauf, bergab und irgendwie manchmal alles zusammen. Wie das so ist, wenn man am Anschlag fährt - die kognitiven Fähigkeiten verlassen einen als erstes: ab der dritten Runde hatte ich sprichwörtlich Probleme, „bis drei“ zu zählen und so müsste es die vermutlich ca. sechste Runde gewesen sein, als ich das erste Mal überrundet wurde. Ganz schön bitter, wenn man alles gibt, von einer größeren Gruppe überholt wird und nicht mal in deren Windschatten mitfahren kann. Puh, wo bin ich da gelandet! Ein Mitfahrer, dem es ähnlich ging, meinte zu mir, „er fährt heute gleich wieder heim“. Nach meiner zweiten Überrundung waren die genannten mathematischen Fähigkeiten weiter gefordert, denn die Anzeige der gefahrenen Runden bezog sich natürlich auf die Spitze des Rennens. Laut meinem Tacho näherte ich mich dann irgendwann den 40 Kilometern und nach-



Zweite Etappe: 90 km ausschließlich im Wald

dem einige Fahrer im Zielbereich rumstanden, war das Rennen zu Ende. Ich beriet mich mit einem meiner Mitstreiter und wir wussten nicht, ob wir noch eine Runde fahren mussten oder ob wir als Überrundete somit auch fertig waren. Naja, da es nur 2 km waren, haben wir noch eine Runde drangehängt. Vollkommen desillusioniert fuhren wir in unsere Wohnung, wo ich dann überraschenderweise feststellen musste, dass ich 68. von 221 geworden war.

Etappe zwei am Samstagnachmittag bestand aus 3 Runden á 30 km mit je 630 Höhenmetern. Nahezu die gesamte Strecke verlief im Wald auf engen Forstwegen und ein Kilometer davon war Schotter. Auch hier am Start dieselben Hygienemaßnahmen, Maske 30 Sekunden vor Start runter, verstauen und los ging's! Die Strecke war sehr hügelig und technisch anspruchsvoll. Immerhin war bei drei Runden klar, dass es heute keine Überrundung geben würde! Das Rennen hat sehr viel Spaß

gemacht, aber leider fehlten mir an einigen Anstiegen manchmal nur zehn Meter, um in einer Gruppe zu bleiben und so landete ich auf einem 148. Platz.

Auf Grund einer Baustelle musste die dritte Etappe mit der ursprünglich geplanten Bergankunft am Fichtelberg auf den Sachsenring bei Chemnitz verlegt werden. Wieder 20 Runden auf der sehr hügeligen, 4 km langen Rennstrecke. Radrennen auf Rennstrecken finde ich sehr angenehm, weil es breite Straßen gibt, keine Verkehrshindernisse oder Kanaldeckel und man auf der Strecke „im Prinzip ohne Bremsen fahren kann“ - wie es ein Mitfahrer beim Warmfahren beschrieb. So war es dann auch. Trotz der 70 Höhenmeter sausten wir im Peloton mit 40 km/h im Schnitt über die Runden. Zwangsläufig kam aber auch dann irgendwann der Moment, wo es nicht mehr ging und einige Zeit später sauste von hinten die Spitze des Rennens vorbei. Ich fuhr dann eine Runde



*Dritte Etappe: Vor dem Feld auf dem Sachsenring*

als überrundeter Fahrer im großen Feld mit, aber am Ende hat es ja seinen Grund, warum die vorne „vorne“ sind und nach einer Runde musste ich etwas Kräfte sammeln und die Meute wieder ziehen lassen. Auch hier musste ich am vorletzten Anstieg „ums Arscklecken“ eine Gruppe ziehen lassen und kam schließlich wieder als 148. ins Ziel. Als originelles Finisher Präsent gab es eine Schachtel „Karzel“ - ein lokaler Räucherkerzen Hersteller war Sponsor der Tour.

Wir machten uns dann langsam auf den Heimweg und nach gut drei Stunden Autobahnfahrt nach Bayern wunderte ich mich als erstes über „all die Fußgänger und Menschen“ in den Straßen. In der strukturschwachen Region „Erzgebirge“ war es teilweise wie ausgestorben. Für die Organisation eines Radrennens natürlich optimal. Es war toll, mal bei einer Veranstaltung am Start zu stehen, die nicht von einer gewinnorientierten Organisation, sondern einem Sport-

verein und Ehrenamtlichen durchgeführt wird. Es mag einiges etwas kleiner gewesen sein, aber es mangelte uns an nichts in Bezug auf Sicherheit und Organisation! Dass auf Grund der Corona-Pandemie der Bund Deutscher Radfahrer seine gesamten Nachwuchsklassen für das Jedermannrennen frei gegeben hatte, wir somit ein wahnsinnig starkes Starterfeld hatten, spricht auch für die tolle Leistung der Organisatoren in den letzten 15 Jahren. Zu guter Letzt wurde meine Befürchtung nicht wahr, dass wir uns zwei Wochen nach dem Event als „Corona Hotspot durch ein Radrennen“ in den Medien wiederfinden würden.

Christian Reim



2020 noch erlaubt: Supertuck Position



# Le Tour des Stations - eine Großveranstaltung in Corona-Zeiten

In diesem von Corona-bedingten Absagen geprägten Jahr stieß ich irgendwann auf die „Tour des Stations: Im Herzen der Walliser Alpen. Das weltweit härteste Tagesrennen“ - und die Veranstalter machten den Eindruck, das Event am 8. August auch wirklich durchziehen zu können. Eigentlich wollte ich dieses Jahr nochmals die Tour de Mont Blanc (die behaupten auch von sich, das härteste Rennen zu sein...) fahren. Aber diese wurde abgesagt und mangels Alternativen meldete ich mich für das Event im mondänen Skiresort Verbier an. Der Name rührt daher, dass das Rennen in einem ständigen Auf und Ab aus dem wunderschönen Rhonetal eine Vielzahl an Skistationen aus dem Wallis „abklappert“. Eigentlich waren auch in der Schweiz zu dem Zeitpunkt alle Veranstaltungen mit über 1000 Teilnehmern verboten. Aber das Event sollte mit 2000 Teilnehmern wie geplant stattfinden, also schau wir uns das halt mal an!

So fuhren wir im August in die Schweiz. Eine Fahrt durch die Schweiz erinnert mich immer an einen Gang durch die Käseabteilung im Supermarkt: Appenzell, Emmental, Gruyère... immer weiter westlich, bis wir schließlich in Martigny am Genfer See ankamen. Hier war die Startnummernausgabe. Es hatte 34 Grad und mit Maske bewaffnet holte ich meine Startunterlagen ab. Da der Start morgens um fünf Uhr sein sollte, deckte ich mich bei Lidl noch mit Frühstück und Getränken ein. Dann konnte ich zum Glück der Hitze etwas in der Höhe entfliehen: mein Hotel- und gleichzeitig Zielort Verbier liegt auf 1.600 m und der Start am Samstag sollte in Le Chable im Tal sein. Überraschenderweise bot mein Hotelier an, mir Frühstück zuzubereiten. Er war dazu sogar auch noch bereit, als ich

ihm sagte, dass es um vier Uhr morgens sein würde. Die Schweiz mag teuer sein, aber man kriegt halt auch was für sein Geld.

Es ist aber jedes Mal das Gleiche: Obwohl mein Wecker auf 3:50 Uhr gestellt war, hätte ich ihn mir sparen können: nachdem man „vor Aufregung“ zwei Stunden lang nicht einschlafen kann - damit beginnt, die verbleibende Schlafzeit zu berechnen, um dann noch weniger einschlafen zu können - wacht man alle 30 Minuten auf. Und so schaltete ich um 3:45 Uhr den Wecker aus und stand auf. Völlig verschlafen nahm ich mein Frühstück zu mir und verbrachte dann die meiste Zeit damit, mich einmal am ganzen Körper mit Sonnencreme einzuschmieren. Es war ein bombastischer Sommertag vorhergesagt und ich hatte aus einer Erfahrung vom letzten Jahr gelernt, dass die Radkleidung für superheiße Tage nach vielen Stunden einen schönen Sonnenbrand in Form von hunderten kleinen roten Punkten erzeugen kann. Nach dieser Prozedur war es höchste Zeit, mich um 4:30 Uhr auf die 8 km lange Nachtabfahrt zum Start zu machen. Ausgestattet mit einem nicht-StVO-konformen Licht aus China kam ich kurz vorm Start an. Am Einlass wurden wir polizeilich auf eine aufgesetzte Maske kontrolliert, und um Punkt fünf Uhr fiel bei absoluter Dunkelheit der Startschuss. 286 Starter waren am Start für den „Ultrafondo“: 240 km, 8200 Hm. Das Schöne an solchen Ultra-Events ist das zivilisierte Losfahren im Peloton. Es gab kein Gedränge und nach wenigen Kilometern talwärts ging es auf den ersten Anstieg. Kurz vor dem Gipfel des Col Du Lein wurde aus dem schmalen Asphaltband eine Staubstraße. Das machte die Szenerie der gerade aufgehenden Sonne, der vielen (blinkenden) Lichter und bunten Trikots der Radfahrer

am Gipfel ziemlich atemberaubend. Der erste von 14 Anstiegen an diesem Tag war geschafft. Es war nun auch so hell, dass die folgende Abfahrt kein Problem darstellte und so ging es durch die Weinberge des Rhonetals auf zu den nächsten Gipfeln. Nach 100 km war das sehr mondäne Crans Montana erreicht und auf der folgenden Abfahrt erlebte ich diese zehn Minuten perfekte Radfahrt, die einen die Leiden der letzten Stunden vergessen lassen: Ich war alleine in der langen Abfahrt und hatte vor und hinter mir je ein Polizeimotorrad. Beide sicherten die Strecke komplett für mich mit wildem Geheue ab und so konnte ich in vollkommen freier Fahrt durch enge Bergdörfer schießen. Der Lärm, den die Motorräder machten, weckte auch das Interesse der Zuschauer, die mich als Einzelfahrer mit Startnummer und mit zwei Motorrädern sahen und anfeuerten. Dass ich mich irgendwo im hinteren Mittelfeld befand, wussten die ja nicht, aber ich fühlte mich wie ganz vorne. Dieses Gefühl verflog leider mit der folgenden Steigung. Mehr und mehr Mitfahrer glichen Zombies, welche einfach nur noch einen Pedaltritt vor den anderen machten. Inzwischen stieg im Tal die Temperatur auch auf gut 30 Grad, und da die Anstiege alle nicht so hoch waren, war es am Gipfel oft auch nicht viel besser. Und irgendwann kam dann der Punkt, wo man nur noch alleine ist und abwechselnd Gedanken hat, dass man sich entweder verfahren hat oder man der Letzte ist. Spätestens als eine Verpflegungsstation schon mal begonnen hatte abzubauen, dachte ich: „Was ist da los?!“

Nach 180 km war bei mir gar nichts mehr los. Längst den Überblick im Tunnel der Zombies verloren, fiel es mir immer schwerer, die Kurbel rumzubekommen. Seit Stunden stellte ich mir die Frage, warum ich hier mitfahre: nicht mal Radprofis fahren solche Rennen - und die werden dafür bezahlt. Ich zahle dafür, sowas zu machen... irgendwas passt doch da nicht zusammen! „Okay, noch drei, vier Umdrehun-

gen, bis zu dem Baum da und dann bleibst einfach stehen“... irgendwie wurden dann doch noch mehr Umdrehungen daraus und spätestens am vorletzten Gipfel war klar: Okay, den letzten Berg kommst auch noch hoch... irgendwie. Klar war aber auch, dass ich mich seit Stunden nach einem Zettel und einem Stift sehnte, um schriftlich festzuhalten: „Egal was ist, du machst nie wieder bei sowas mit!“

Die schöne Landschaft konnte ich schon lange nicht mehr genießen und nach 20 Gels und vier Riegeln schrie mein Körper nach „was G'scheitem zu Essen“. Aber ich musste noch den letzten Berg bis auf 2175 m hoch - etliche Kilometer davon waren wieder Sandstraße. Aber das war jetzt sowas von egal. Ich fuhr wirklich ziemlich auf dem Zahnfleisch und musste lächerliche 2 km vor dem letzten Gipfel sogar nochmals fünf Minuten Pause machen. Nach 13 Stunden und 42 Minuten Fahrzeit waren laut Strava 235 km und 8600 Höhenmeter abgeraddelt (126. Platz).

Die letzte Abfahrt nach Verbier war dann eine entspannte „Triumphfahrt“ mit Finisher Medaille und den obligatorischen Fotos. Den ganzen Tag über hatte ich mich auf eine kalte Dusche gefreut, im Hotel wurde dann eine heiße daraus. Trotzdem: nachdem ich die Dusche verlassen hatte, hatte ich erst mal eine Schüttelfrostattacke unter der Bettdecke. Irgendwie gelang es dann, mich zum Essen aufzumachen, um dann ziemlich lustlos vor meinem Burger mit Pommes zu sitzen: ich habe fast nichts runter bekommen. 9600 kcal verbrannt und dann hast keinen Appetit! Das kann nur ein Radfahrer verstehen.

Fazit: Ein tolles Event, super organisiert mit hochwertigen Produkten an den Verpflegungsstationen. Landschaftlich sehr schön und bei der Frage, ob das Event härter ist als die Tour de Mont Blanc (die immerhin 90 km länger ist) bin ich mir nicht sicher und antworte mit „anders“: Die Tour de Mont Blanc hat ca. fünf große

Anstiege, wo es hoch hinausgeht. Demnach ist Hitze nicht so ein großes Thema. Außerdem sind es richtige Pässe, d.h. man kann in den Abfahrten halt auch mal fast eine Stunde laufen lassen. Bei der Tour des Stations fährt man oft kleine Wege durch Weinberge hinauf - und wieder hinab. Technisch sehr anspruchsvoll und kein Raum für hohe Geschwindigkeiten. Dadurch ist es auch ein permanentes Auf und Ab mit zum Teil sehr steilen Abschnitten mit mehrmals 19%.

Den Zettel habe ich bis heute nicht geschrieben, aber ich gehe davon aus, dass ich sowas nicht nochmals machen werde... aber das habe ich schon von einigen Events gesagt und stand dann doch wieder am Start!

Christian Reim

## Die BMWyseguy's am Attersee: Team BMW powered by Bioracer

Jochen Twiehaus, Stefan Legner,  
Christoph Harst, Stuart Mc Gill

Nach unserem erfolgsversprechenden Jahr 2019 kam in 2020 leider nur ein Event für uns zustande: Der „King of the Lake“ am Attersee. Die Österreicher hatten den Mut zur Lücke, sicherlich auch Glück mit dem Zeitfenster, aber vor allem ein vorbildliches Hygienekonzept. Man konnte sich wirklich sicher fühlen. Es gab keine größeren Ansammlungen, keine Zelte, und die Personenströme wurden durch Gitterabtrennungen gewährleistet. Viele Helfer sorgten dafür, dass die notwendigen Abstände eingehalten wurden. Alle notwen-

digen Abstimmungen sind schon im Vorfeld per Internet passiert.

Im letzten Jahr waren wir mit unseren Zeitfahrmaschinen und Skinfitanzügen eines italienischen Herstellers schon gut unterwegs. In diesem Jahr mussten wir mit normalen Rennrädern starten, wurden aber von Bioracer technisch unterstützt. Bioracer hat uns die **Bioracer Aerosuit Race Proven Time Trial Anzüge** zur Verfügung gestellt. Die Anzüge kamen direkt aus der Bioracer Forschungsabteilung, sind noch enganliegender als das letztjährige Modell und sorgen durch die leicht basketballartige Oberfläche (Patent Bioracer) für einen kontrollierten Strömungsabriss. Das

brachte uns insbesondere auf den schnellen Abfahrten einige Zehntel, was sich auf das Endergebnis positiv ausgewirkt hat. Auch im Tragekomfort mit dem neugeformten Sitzpolster ist der Rennanzug sehr zu empfehlen.

Nach einem finalen Check am Bioracer Supportzelt haben wir uns bei besten Witterungsbedingungen kurz nach Mittag zum Start begeben. Trockene Straßen und nur leichter Gegenwind auf der ersten Teilstrecke führten schon mal zu einem guten Zeitpolster bis zum Wendepunkt. Dann geht es in den bergigen Rückweg. Hier hat sich eine gute Teamarbeit ausgezahlt. Mit dem ein oder anderen aktivem Schub und gutem Zureden (Quäl Dich, Du ...) kam ich auch ganz gut über die Kanten. Die schnellen Abschlusspassagen liefen wieder im perfekten Wechsel

und so konnten wir einen knapp 40er Schnitt ins Ziel bringen. 7/10 schneller als im Vorjahr auf den Zeitfahrmaschinen. Im Ziel wurden wir vom Bioracer-Vertriebsleiter Oliver Heil und dem Leiter der Forschungsabteilung Österreich, Helmut Seyerl, euphorisch begrüßt und beglückwünscht.

Neben einer besseren Teamabstimmung in diesem Jahr waren sicherlich die Bioracer Aero-suit Race Proven Time Trial Anzüge maßgeblich mitverantwortlich für den Erfolg. Wir danken der Firma Bioracer und insbesondere Oliver Heil für die hervorragende Unterstützung und freuen uns schon auf den KotL 2021.

Jochen Twiehaus



BMWyseguys 4er

**AVL****SWITCHED ON AND FULLY CHARGED**

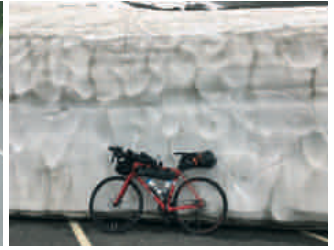
## **AVL Electrification**

Von Mild- und Plug-in Hybriden bis hin zu batterieelektrischen und brennstoffzellenbetriebenen Fahrzeugen – AVL verfügt über das Expertenwissen, um Sie bei der Wahl der richtigen Lösung zu unterstützen.

Mit unserem Entwicklungssupport, den eigenen Test- und Validierungslösungen, Simulationswerkzeugen und dem umfassenden Know-how in diesen Technologien sind wir der ideale Partner für Ihren erfolgreichen Weg in dieser zukunftsweisenden Technologielandschaft.



Mehr Informationen finden Sie unter  
[www.avl.com/electrification](http://www.avl.com/electrification)



# Tour de Kärnten - diesmal auf Achse

**Z**weiter Juli, halb neun Uhr abends in Ossiach: zu viert laufen wir bei Sandra und Raimund im Hof ihrer Pension „Fischerstüberl“ in Ossiach ein. Zwei längere und ereignisreiche Tage auf dem Rad liegen hinter uns.

Nach Jahren der Anreise mit dem Auto nach Ossiach hatten wir diesmal das Rennrad gewählt, weil das Ziel ja nicht der Start bei der Tour de Kärnten ist, sondern zwei schöne Rennradtage in Ossiach. Corona-bedingt hatte die zehnte Auflage der traditionell im Mai stattfindenden Tour de Kärnten ausfallen müssen. Für Markus, Sam und mich war das jedoch kein Grund, im Jahr 2020 nicht nach Ossiach zu fahren. Ein Highlight musste dabei sein und so hatten wir schnell die Idee, mit leichtem Gepäck auf Achse anzureisen und natürlich den Großglockner mitzunehmen. Als vierten Mann konnten wir noch Peter anheuern, der die Strecke München - Großglockner wie seine Hosentasche kennt.

Markus berichtete im Vorfeld immer wieder von seinen extensiven Recherchen zur optimalen Taschenausstattung für derartige Touren: Arshrakete und Lenkerrolle sollten reichen, aber Oberrohrtasche und Zusatztascherl bringen mehr Ladekapazität und schnellen Zugriff. Ich setzte wie in den letzten Jahren auf einen



*Packen*

leichten Rucksack, beneidete aber bald die Kollegen mit freiem Rücken.

## Tag 1: München - Fusch (180 km / 1500 Hm)

Los geht's also am 1. Juli im Münchner Osten bei Kaiserwetter: unser Langstreckler Sam, der sich schon auf der Anfahrt von Wolzach eingerollt hatte, macht richtig Tempo: die Verspätung, die Markus' Tour durch den Münchner Berufsverkehr uns eingebracht hatte, muss ja wieder reingeholt werden. Schnell rollen

wir über Glonn und Bad Aibling ins Inntal: die Stimmung ist top, nur erste Quellwolken trüben den Sonnenschein und meine Erwartungen für die Glocknerüberquerung am nächsten Morgen. Mehrere Wetterdienste sagen übereinstimmend Gewitter und Regen besonders für den morgigen Vormittag voraus. In Gedanken gehe ich die Alternativen durch: viele gibt's nicht, eigentlich nur die Tauernschleuse, aber das ist ja quasi eine Kapitulation.

Bei Söll, nach dem ersten nennenswerten Anstieg, an dem wir unser Zusatzgewicht stark spüren, finden wir ein feines Plätzchen, unsere Tanks wieder aufzufüllen, im wörtlichsten Sinne: die Hitze hatte uns sauber dehydriert. Der Kellner bemerkt unsere Räder und kann wie so oft kaum glauben, wo wir am Morgen gestartet sind und wo wir hinwollen. Peter inhaliert gleich ein paar Apfelsaftschorle, die leider später seine Form beeinträchtigen.

So fahren wir nachmittags die Reststrecke in zwei Teams, weil Peter und Sam sich eine längere Mittagspause gönnen. Trotzdem werden wir alle leider auf den letzten Kilometern von Zell nach Fusch noch vom Regen eingeholt. Ist wie immer unangenehm, aber dank der angenehmen Temperaturen und des geringen Verkehrs nur lästig. Kurze Zeit nach Markus und mir kommen auch Sam und Peter ins Quartier.

Mit einem Bauch voll guten Essens schlafe ich trotz pessimistischer Gedanken an das zu erwartende Wetter schnell ein.

## **Tag 2: Fusch - Ossiach (190 km / 2500 Hm)**

Der erste Blick nach dem Aufstehen gilt dem Wetter: bewölkt, aber trocken. Die Diskussion von Alternativrouten hatten wir uns also zu Recht gespart. Mit vollen Tanks starten wir nach Süden: das Wetter gönnt uns ein paar trockene Stunden, wir bilden wieder die bewährten Teams und so kommen Markus und ich flott über den Großglockner. Sam und Peter lassen sich mehr Zeit zum Genießen, obwohl die Wolken

leider keine Blicke auf die umliegenden Dreitausender gewähren. Die Edelweißspitze nimmt Sam trotzdem mit. So kommen wir alle vier trocken über den Pass, nur in der Abfahrt werden Sam und Peter nass.

Während des Mehrgänge-Menüs in Spatenbegleitung auf der Terrasse des Hotels „Zur Post“ in Heiligenblut lässt Sam sein Hinterrad zentrieren: eine Speiche hat nachgegeben und ist gebrochen - war die Edelweißspitze vielleicht doch zu ambitioniert? Irritierend beim Restart um halb drei ist nur, dass wir erst 45 der 190 Tageskilometer geschafft haben - aber das Gros der Höhenmeter haben wir ja schon absolviert.

Zwischen Schauern und Wolkenbergen hindurch gelangen wir schnell nach Obervellach, wo uns ein Wolkenbruch in das Bistro der nächsten Tankstelle zwingt - fühlt sich fast an wie eine Cappuccino-Tour. Doch schnell scheint wieder die Sonne, die Straßen beginnen abzutrocknen und wir gehen die letzten 90 Kilometer an - das ist grad eine lockere Feierabendrunde und es ist erst fünf Uhr. Der Millstätter See hat schon richtig südliches Flair und Sam findet sogar noch einen Radmechaniker, der die gebrochene Speiche ersetzt.

Das Ziel rückt näher und zwei junge Grazien auf einer Vespa geben uns noch ein paar Minuten Windschatten - lange liegt ihr Parfum noch in der Luft, nachdem sie uns an einer Steigung abgehängt haben. Die letzte Welle über den Afritzer See drücken wir auch noch weg und laufen noch bei Tageslicht bei Sandra und Raimund ein.

## **Tag 3: Ossiach mit Regeneration (65 km / 1500 Hm)**

Zum Frühstück gibt's Regen, also kümmern wir uns erstmal ums Material und testen die Tischtennisplatte beim Doppel.

Komplett erholt starten wir nachmittags bei Sonnenschein zur Regenerationsrunde einmal um den Ossiacher See mit Cappuccino-Pause



*Fuschertörl*



*Sam im Anstieg*





Gerlitzten



Urlaub

gleich in Feldkirchen. In Steinsdorf schlage ich Markus leichtsinnigerweise vor, ihm den Einstieg und die ersten Meter der Gerlitzstraße zu zeigen, einer der zwei Bergeinzelzeitfahrstrecken der Tour de Kärnten. Aber dabei bleibt's nicht: der erste Aussichtspunkt und die Mautschanke sind schnell passiert - was tun? Nächster Treffpunkt Seppelhütte zur Jause. Die lassen Markus und Sam aber links liegen, so sehr sind sie im Flow. Oben brauchen sie wahrscheinlich ein Fangnetz.

Peter und ich genießen derweil schon die Aussicht und einen Apfelstrudel in der Sonne, bis die beiden wieder zurück sind: sie hatten den gut ausgeschilderten Abzweig tatsächlich übersehen.

#### **Tag 4: Koralmrunde von Ossiach (165 km / 1400 Hm)**

Unser Tourdirektor Bernd Neudert schickt uns auf die Koralmrunde mit nur 1200 Hm auf

105 km, in südöstlicher Richtung gelegen, bis fast nach Slowenien und neu für uns alle. Die Höhenmeter verteilen sich auf sieben Hügel. Die Strecke führt uns zunächst nach Süden mit traumhaften Blicken auf die Berge der Karawanken. Wir sind bei Sonne und hochsommerlichen Temperaturen fast allein unterwegs, als wir an einer Buschenschänke vorbeikommen und stoppen. Unter Obstbäumen machen wir gepflegt Pause - ewig könnten wir hierbleiben, aber das Eis in Ossiach und der Privatstrand von Sandra und Raimund rufen. Dank verschiedener Abkürzer verlängern wir die Strecke sogar auf über 100 Meilen.

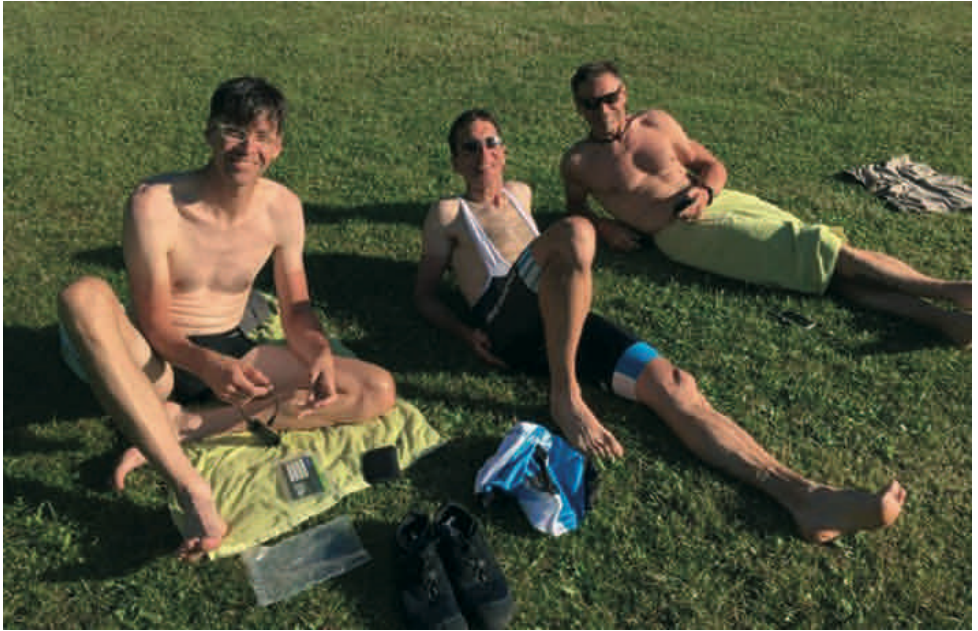
#### **Tag 5: Rückfahrt per Bahn**

Nie wieder: lieber 23% die Turracher Höhe rauf - so macht's Sam - als dreimal umsteigen und Schienenersatzverkehr.

Sebastian



*Am Ziel*



Aktion Weißer Hai



# Wöchentliche Dienstags-Rennradausfahrt inkl. Showdown der BMW-Clubmeisterschaft und Jahresrückblick

Jeden Dienstag um 18 Uhr trifft sich die BMW Rennrad-Community München Nord seit nunmehr schon fünf Jahren vor den Toren der Stadt an der Brückenzufahrt zur Ruderregattastrecke Oberschleißheim. Die von mir geführte Tour startet für mich allerdings in der Regel bereits 40 km nördlich an meinem Heimatort Pfaffenhofen an der Ilm gegen 6:45 Uhr morgens und führt mich auf direkten Nebenstrecken ins 50 km entfernte BMW-Entwicklungszentrum nach München, genannt FIZ/PH.

Dort um 8:15 Uhr angekommen heißt es erstmal Bike-Schloss und Fahrradstellplatz suchen, Ansperrern, Leuchten und Di2-Akku abziehen (natürlich im größten Gang, damit es potentielle Langfinger schwerer an der Ampel haben :) und Iso-trinkend nach Erklimmen des Haupteingangs in die Katakomben des BMW-Projekthauses abtauchen. Trotz Corona-reduzierter Frequentierung der Umkleiden, die natürlich Maskenpflicht, Abstand und Hygiene einschließt, herrscht dort das ganze Jahr über eine eigene Community, in der sich immer ein interessanter Austausch zu den sportlichen oder technischen Aktivitäten zwischen Läufern, Stadtradeln, Mountainbikern, Rennradlern und neuerdings Gravelern ergibt. Im zugewiesenen Spind wartet nach dem Duschen die bereit gelegte frische Bürokleidung, meist führt dann der Weg zum Büro über den SB-Shop, der die Kohlenhydrate, Ballaststoffe, Vitamine und Proteine für ein reichhaltiges Frühstück am Arbeitsplatz liefert.

Nach getaner Arbeit (kalorienreiches Mittagessen in der FIZ-Kantine inklusive) startet um

17:30 Uhr gegenüber des PH-Haupteingangs der Nachmittags-Part zur wöchentlichen Trainingsrunde. Wenn sich dort Mitfahrer finden, geht es gemeinsam mit Vorsicht und Sicherheitsabstand zueinander und zu anderen Verkehrsteilnehmern erst auf Radwegen nach Feldmoching und von dort auf der Nebenstraße zum Einstieg der Ruderregattastrecke. Bei Zeitmangel und um den Treffpunkt bis Punkt 18 Uhr zu erreichen, kann es ab dem Abzweig in Feldmoching schon mal vorkommen, dass die Einfahrphase mit den einschlägigen Eckdaten (Puls, Watt, km/h, Gesichtsfarbe) nach oben verlassen wird und ein Zeitfahren gegen die Uhr und den Büroalltag ausgefahren wird.

Dort angekommen wartet bereits die Mehrheit der Teilnehmer im weiß-blau gestreiften BMW-Radsport-Teamdress und auch Gast-Teilnehmer/innen in ihren Lieblingsfarben. Vereinzelt kommen noch Nachzügler, die ebenfalls ein persönliches Einzelzeitfahren hinter sich haben, aber es ist auch schon vorgekommen, dass wir beim Überqueren der B471 zum gegenüberliegenden Radweg gesehen wurden, es Teilnehmer aber nicht mehr geschafft haben an uns heranzufahren, Sportgruppe halt?!

Nach Begrüßung aller Teilnehmer und Vorstellung der Neuen gibt es ein Kurzbriefing zu Strecke, Verhaltensregeln, Tempo, Rückkunft, Beleuchtung, Einkehr und Haftungsausschluss des Veranstalters.

Nach meinem Aufruf zum Sammeln geht es gemeinsam im Pulk bei grüner Radfahrerampel über die vielbefahrene Bundesstraße auf den

sicheren Radweg ins Dachauer Hinterland. Die Nebenstraße durchs Moos nach Ampermoching wird bereits in Formation gefahren und bietet mal mehr, mal weniger Sicherheit vor dem Auto- und sonstigen Verkehr. Anscheinend meinen einzelne Autofahrer, ihr Tempo und ihr Straßennutzungsrecht seien wichtiger als eine organisierte Vereinsausfahrt.

Kurz vor Ampermoching teilt sich die Streckenführung in Richtung Markt Indersdorf, Pfaffenhofen oder Freising auf. Wir variieren jede Woche, damit es für die Teilnehmer schön interessant bleibt. Überhaupt geht es bei der Ausfahrt nicht nur um die wöchentliche Trainingseinheit, sondern vielmehr um den Austausch untereinander und 2-4 Stunden sauberen Sport durch saubere Landschaften. Der Trainingseffekt ist sozusagen Nebensache, wobei zu einem erfolgreichen Start in unserer Gruppe schon einige Trainings-km im Vorfeld vorausge-

setzt werden, möchte man auch mal die Nase im Wind haben. So fahren die Langsameren, zu denen ich mich nach hartem Wochenendeinsatz bei MTB-Rennen auch mal zähle, eben hinten im Windschatten und die Ausgeruhten vorne, und nur ab und zu gebe ich Kommandos zur Tempoverringerung oder die Freigabe zur Tempoverschärfung an Anstiegen mit anschließendem Warten auf die Genussfahrer. Zusammen geht's dann wieder im Windschatten- und Wechselmodus über die Hügelketten, Ebenen und Täler des Dachauer Hinterlands, der Holledau oder des Freisinger Landkreises. Die berühmte Strecke durch die Freisinger Alpen gewinnt dabei immer mehr Anhänger zum richtig Fitwerden im Frühling, denn hier hat man im Intervallmodus alle paar Minuten knallharte Anstiege mitsamt technischen Abfahrten im Wechsel. Die Genießerrunde ist dagegen der extrem flache Chickenway durchs Moos inklu-



*Einkehrstopp am Bräustüberl Weihenstephan: v.l.n.r. Patrick, Stefan, Ezequiel, Tilo, Rico, Christoph, Oswald, Beniamin*

sive Einkehr im Biergarten des Bräustüberls am heiligen Berg Weihenstephan. Auch sehr beliebt sind die Strecken im und zu beiden Seiten des Ampertals. Den schweren Scheyrer Bergen im südlichen Landkreis Pfaffenhofen allerdings stellen wir uns erst bei Erreichen des Mindest-Fitnessgrades zur Mitte der Saison. Das ist auch der Zeitpunkt für so manchen Strava-KOM auf einer schönen hügeligen Strecke, wie z.B. der Wellenritt von Indersdorf über Ainhofen nach Jetzendorf (Titelbild).

Bei einer der Ausfahrten hatten wir ausgerechnet hier auch unseren frisch gebackenen Clubmeister Sebastian Weinert zu Gast, der uns zeigte, wo am letzten Berg der Hammer hängt und sogar unseren tiefergelegten Pacemaker Karsten mit seinem racelastigen Liegerad verblies.

Dies führt mich zu der Story, die an einem der Spätsommerabende stattfand, die ihresgleichen sucht und sich so zugetragen hat:

Der Showdown im letzten Rennen der BMW Clubmeisterschaft zwischen Sebastian und Markus W. Beide hatten an diesem Donnerstagabend des 03.09.2020 die letzte Gelegenheit, die Meisterschaft für sich zu entscheiden: heraus kam das und zwischenzeitlich brannte förmlich die Luft...

Hier der E-Mail-Auszug des Resultats, des Hergangs und der Reaktionen der beiden sowie der möglichen Spekulationen danach:

**Von: Jürgen Knupe an den BMW Radsport-Verteiler**

*Liebe BMW-Radsportler,  
zur 9. und letzten Wertung der Saison fanden sich nochmals 15 Teilnehmer am Start ein. Wegen Bauarbeiten auf der geplanten Strecke (Freising/Gremertshausen) musste sehr kurzfristig noch eine neue Strecke kreierte werden. Umso schöner, dass trotzdem 15 Teilnehmer am Start standen!  
Das Finale der Clubwertung war so spannend*

*und eng wie noch nie! 2 Fahrer hatten noch die Möglichkeit, die Krone für sich zu sichern, Markus Wenning und Sebastian Weinert.*

*Markus holte mit seinem 2. Saisonsieg das Maximum und konnte danach nur noch Däumchen drehend auf das Ergebnis von Sebastian warten!*

*Den 2. Platz sicherte sich Jacobo Dominguez, lediglich mit 2sec Rückstand, vor Christian Quandt. Sebastian machte es mit seinem 5. Platz extrem spannend.*

*Damit erzielte er nach Abzug der Streichresultate (6 Wertungen!) genauso viele Gesamtpunkte (166) wie Markus, aber aufgrund der größeren Anzahl von Siegen, 4 ggü. 2, sicherte er sich zum ersten Mal den Titel des Clubmeisters der BMW Radsport!*

*Herzlichen Glückwunsch!*

*Markus war der einzige Teilnehmer, der an allen 9 Wertungen teilgenommen hatte, und war dabei immer unter den ersten 3 Platzierten!*

**Von: Oswald an beide Titelaspiranten und Jürgen als CC:**

*Hi Sebastian und Markus,  
so wie es Jürgen geschildert hat, kann ich mich auch nicht erinnern, dass es mal zu so einem Showdown in der Historie der Clubwertung kam. Damit ist BMW Radsport um eine tolle Geschichte bereichert und muss unbedingt im BMW Radsportheft festgehalten werden. Auch natürlich der Verfahrer von Markus und seine aufkommende Nervosität danach?!? Wer leistet sich schon einen Verfahrer und gewinnt dann auch noch das Tagesrennen - das ist großes Kino und muss weitererzählt werden. So auch das bange Warten auf Sebastian, der mit „normalem“ Rad seine Durchschnittsgeschwindigkeit an den Anstiegen gepusht hat und sich punktgenau auf den 5. Platz geschossen hat. Was wäre, wenn Wolfgang Schober dabei gewesen wäre, der sich wohl die 30 Punkte geholt hätte...? Da gibt es noch viel Stoff*

für Spekulationen!?!)

Damit gratuliere ich Euch beiden ganz herzlich zum Stockerlplatz und wie man es von Siegerehrungen kennt, habt Ihr sicher zu zweit ganz oben Euren Platz!!!

Danke an Jürgen und alle Teilnehmer, die den Stoff für solche Heldenabende liefern!!!

Sportliche Grüße, Oswald

**Von: Sebastian an mich und Markus, Jürgen als CC:**

Hallo Oswald,

schön, dass wir uns gestern wiedergesehen haben. Danke für die netten Worte von Dir.

Und einen großen Dank und weiterhin eine superschnelle Genesung (mit Rückfindung der alten Fitness!) für Jürgen, der so viel Arbeit mit der Clubmeisterschaft hat - Danke!

Danke auch an Dich Markus, dass ich mir mit Dir - über die gesamte Saison - ein Rennen so dicht an dicht liefern durfte - der 1. Platz gehört uns beiden. Hut ab für den 42er Schnitt; das muss man erstmal fahren.

Und wen nochmal interessiert, wer von den Profis in Frankreich und in Italien derzeit vorne liegt, den lade ich hiermit ein, meine aktuellen „180 Sekunden“ (diesmal sind es 240) auf RadioRadsport anzuhören. Hier der Direkt-Link <https://www.radioradsport.de/wp-content/uploads/2020/09/20200903-In-180-Sekunden-kurz-gemeldet-mit-Sebastian-Weinert.mp3>

Ein schönes Wochenende Euch allen und auf bald!

Viele Grüße, Sebastian

PS: Dienstag 17 Uhr Treffpunkt Ruderregatta mit dem Renner?

**Von: Markus an Sebastian, Jürgen und mich**

Hallo liebe Radsportgemeinde

Ja, das war knapp und spannend, Danke.

Und es hat mir echt mal richtig Spaß gemacht... mit dem Sebastian um die Wette zu fahren.

Und Ja, Spekulationen lässt es viele zu (wäre Schober gekommen, hätte Sam sich nicht verfahren, wäre der Falko gekommen, ..., hätte ich am Tag vor dem Andechsrennen keinen Unfall gehabt und daher Alu statt Carbon und wäre ich nicht auf Achse angereist (1 sec auf den Janz verloren)... Schäftlarn auch Wimpernschlag, Olympiastraße doch besser mit vollem Equipment (Scheibe, Helm usw.)

Aber Ergebnis: super spannend (zumindest für mich) und hat mir, lieber Sebastian, richtig viel Spaß gemacht...

@Oswald, ich freu mich, wenn wir auch mal zusammen fahren... wann fahrt ihr denn immer???

Bis bald, Euer Markus

Nun aber zurück zur Dienstags-Ausfahrt, die auch vom gemeinsamen Tourerlebnis mit guten Leuten lebt und nebenbei Streckenkenntnis für die im Norden gefahrenen Wertungsprüfungen liefert. Denn wäre der Markus öfters dabei gewesen, hätte er bestimmt keinen Verfahrer im vielleicht wichtigsten Rennen der Saison gehabt und sich ein paar Stresshormone gespart!

Nach dem Umkehrpunkt, an dem sich die Tages-km-Leistung orientiert, geht die Schleife auf windungsreichen Nebenstraßen, die inzwischen vom Pendlerverkehr befreit sind, sowie auf leeren Radwegen wieder ins nördliche Münchener Umland. Die Lichter werden eingeschaltet und bei klarem Himmel kann man auf den letzten Hügeln das Alpenpanorama im Süden genießen. Nach ca. 60-90 gemeinsam erradelten Kilometern weise ich kurz vorher darauf hin, wo mein südlicher Umkehrpunkt für die anstehende Heimfahrt ist. Dort angekommen gibt es je nach Witterung, Abendstimmung oder Location eine kurze Verabschiedung, einen Fototermin oder die allseits beliebte Eispause. Bei letzterer bestimmt die Anzahl der Kugeln die Länge der Pause und die Länge/Intensität der Heimfahrt, über den Daumen gepeilt haben



*Gemeinsam erlittene Uphill-Schmerzen beim Rückweg aus den Freisinger Alpen  
v.l.n.r. Stefan, Tilo, Niko, Stefan*



*Rückweg auf schmaler Betonpiste im Freisinger Hinterland  
v.l.n.r. unbekannter Bike24-Fahrer, Oswald, Stefan, Claus*



sich diese Nebenzeiten allerdings auf, und die längere Eis-Zeit kann als eine andere Form von „Quality Time“ gezählt werden, wohingegen die aufzuholende Fahrzeit als spürbarer Effekt dem Trainingskonto zugute kommt. Bei der eigentlichen Frage scheiden sich aber die Geister: wo sich denn die beste Eis-Location befindet? Das könnt ihr gerne mal selber oder bei den Ausfahrten mit uns herausfinden. Wir haben folgendes Repertoire von Nord nach Süd: Petershausen, Altomünster, Kranzberg SV, Markt Indersdorf, Fahrzenhausen FC Ampertal, Hetzenhausen Gasthof Hofmeier, Haimhausen, Eching, Unterschleissheim

Sind alle gepflegt, geht es anschließend in einer geschlossenen Gruppe zurück zur Ruderregattastrecke oder nach Absprachen in Grüppchen in die verschiedenen Münchener Stadtteile. Für mich startet jetzt die abendliche Heimfahrt in der Abenddämmerung zurück nach Pfaffenhofen. Am schönsten ist es dann aber, wenn bei Ankunft daheim der Tag mit einem gemeinsamen Essen, Biergarten- oder Restaurantbesuch mit Partnerin ausklingt.

Inklusive der BMW-Ausfahrt bietet mir der Tag mit insgesamt 150-190 km bei 5-6,5 h reiner Fahrzeit absolutes Trainingspotential und trägt damit deutlich zur Entwicklungssteuerung bei.

Im Jahresverlauf komme ich auf ca. 20 solcher Fahrten, dies sorgt zusammen mit ca. 15 normalen Arbeitswegfahrten der BMW Work Ride Challenge bei durchschnittlich 140 km für eine schöne km-Leistung von ca. 4900 intensiven und familienkonformen Trainingskilometern.

So wie es aussieht, wird ab der Frühlings-saison 2021 die RR-Nordausfahrt wegen Terminkollision auf Donnerstag gleiche Uhrzeit verlegt. Ich hoffe trotzdem auf weiterhin rege Beteiligung.

Zurückblickend war das Jahr 2020 zwar kriegebeutelt, doch war es trotz der gesetzlichen und vernünftigen Pandemie-Einschränkungen

ein Jahr des Fahrradfahrens. Bei kaum einer anderen Sportart konnte man sich so frei bewegen und seine gewohnten Strecken unter die Räder nehmen.

Somit konnten auf den Fahrradstrecken und innerorts deutliche Zuwächse durch neugewonnene Radfahrer verzeichnet werden. Dazu schossen die Verkaufszahlen der Bikehändler in die Höhe und die sonst bekannten Lieferengpässe kamen schneller und dauerten länger, die letzten Plätze auf den Trails waren vermutlich ebenfalls ausgebucht!?!

Durch Rücksicht und vorsichtiges Verhalten, um Engstellen auf dem Radweg oder andere kritische Situationen zu vermeiden, konnte man normalerweise verhindern, das schon angespannte Kranken- und Rettungssystem zum Überlaufen zu bringen.

Durch die vermehrte Frequentierung und teils das rücksichtslose Verhalten auf MTB-Strecken und zweispurigen Wegen wurde jedoch der Gesetzgeber auf den Plan gerufen und verabschiedete für Bayern ein neues Betretungsrecht für Fahrradfahrer in der freien Natur (Vollzug des Bayerischen Naturschutzgesetzes; Teil 6 „Erholung in der freien Natur“). Danach ist u.a. genau geregelt, dass ein von Wanderern und Radfahrern gemeinsam genutzter einspuriger Pfad bei Verletzungsgefahr beim Ausweichen/Vorbeilassen zum Biken ungeeignet ist. Dies trifft auch auf Strecken zu, die stufig sind und technische Schwierigkeiten bieten, also dem Schwierigkeitsgrad S2 und größer entsprechen. In letzter Instanz können Bußgelder oder sogar das Einziehen des Sportgeräts bei Nichteinhaltung fällig werden.

Auch im aufstrebenden Gravelbereich kann daher bereits das schnelle Befahren von Forst- und landwirtschaftlichen/touristischen Wegen durch die Mehrfachnutzung von Interessensgruppen als Gefährdung dieser gesehen werden und damit als kritisch eingestuft werden. Um diese Situationen zu vermeiden, sind natürlich

auch wir als Vereine und Sporttreibende gefordert, die neuen Regelungen einzuhalten, weiterzutragen und Möglichkeiten aufzuzeigen, wie ein Umgang mit der Natur und die Begegnung mit anderen Interessensgruppen vonstatten gehen kann.

Zugleich gibt es natürlich Lichtblicke, die uns trotzdem zu jeder Menge Trailglück und Spaß beim Training verhelfen können: die Organisiertheit im Verein kann zur Verkehrstrennung oder Gemeinsam-Nutzung mit entsprechender Ausschilderung von Trailstrecken führen. Dies ist zwar nur bürokratisch bei den Behörden zu erreichen und auch wieder ein Eingriff in die Natur, jedoch in vielen Regionen mit staatlicher

Förderung bereits gelebte Praxis.

Zudem gilt natürlich auch weiterhin die goldene Regel der gegenseitigen Rücksichtnahme: je schöner die Strecke und je frequenter sie ist, umso mehr Achtsamkeit ist hier von uns gefordert! Ein freundliches Servus oder Hallo bei gemäßigttem Tempo rettet da schon einmal eine angespannte Lage und ein sachliches Gespräch hilft die Stresshormone zu entschärfen, um die Wogen zu glätten.

In diesem Sinne, wünsche ich allen ein schönes und gesundes Bike-Jahr 2021!

Euer Oswald

**TRAIL-RULE 6: NO SHORTCUTS**  
**Bleibe auf den Wegen!**

*«Die Behauptung, Mountainbiker würden am liebsten „quatrefois“ fahren, ist unrit und Quatsch. Schon, weil es sich im Gesbüpp schlecht ritt!«*  
**Stimmt. Aber?**  
*»Am meisten Spaß machen doch schmale, kurvige Trails. Und wenn die durch falsche Fahrmassöver immer breiter ausgefahren werden, bläst mir das Herz. Deshalb: Der Weg ist das Ziel, Freunde. No Shortcuts!«*

Das können wir:  
EUBOS MIBOS MTB

Das können wir auch:  
CUBE BOSCH ROSE  
SALENITA TREK SHIMANO

[bike-magazin.de/vertrauensregeln](http://bike-magazin.de/vertrauensregeln)  
#vertrauensregeln

Bild aus der Bike: Love Trails - Respect Rules

# Bikepacking - Dreitagestour nach Locarno

Nachdem die Welt-Krankheit im Frühjahr zu Grenzsperrungen führte und das Reisen in die Nachbarländer wie Österreich, Italien, Schweiz, Frankreich für einige Zeit unmöglich machte, gab es dann zu Mitte Juni hin nun wieder die ersten Lichtblicke. Die Schweiz öffnete am 15. Juni die Grenzen zu den EU- und EFTA-Staaten sowie Großbritannien und hob damit die seit März geltenden Einreisebeschränkungen auf.

Obwohl man als Radsportler in den Monaten zuvor kaum eingeschränkt war, war es dann doch ein befreiendes Gefühl, sich wieder grenzüberschreitend bewegen zu können.

Das warme Tessin lockte, und wir machten uns in der Nacht zum 15. Juni auf zur 300-km-

Tour nach Locarno. Von Singen ging unsere Route über den Bodanrück nach Konstanz, wo wir die menschenleere Grenze in die Schweiz passierten. Der Weg entlang des Bodensees bis Sankt Margarethen war geradezu einsam. Kein Verkehr, keine Menschen weit und breit.

In Sankt Margarethen wählten wir den Rheintalradweg, der den Grenzverlauf zwischen Österreich, Lichtenstein und der Schweiz markiert. In Sargans verließen wir für ein Frühstück beim Bäcker diese schöne breite Radwegroute für einen kurzen Moment.

Danach setzten wir die Tour fort, passierten Chur und nahmen Kurs weiter ins Hinterrhein über Thusis nach Splügen. Schon nachdem wir Chur hinter uns gelassen hatten, ging es stetig



Viamala Schlucht



*Passhöhe San Bernardino*



*Herrliches Tessin. Hafen in Locarno. Blick zum Ostufer des Lago Maggiore.*



*Am San Bernardino, Passstraße Richtung Bellinzona*



bergen. Auf dem Weg zum San Bernadino ging es vorbei an der Viamala-Schlucht, weiter über Splügen, Nufenen. Bis zum Fuß des San Bernadino Pass in Hinterrhein waren es ca. 60 km und 1000 Hm. In Hinterrhein waren es noch achteinhalb Kilometer bergauf zur Passhöhe. Von da an - die letzten ca. 70 km - ging es bis Locarno bergab.

Je näher Bellinzona kam, desto wärmer wurden die Temperaturen. Das tat unglaublich gut. Als wir in Deutschland losradelten, war die Wettervorhersage dominiert von Starkregen und kühlen Temperaturen. Petrus war uns wohlgesonnen, so dass wir von oben her trocken blieben und die Regenschauer immer schon durch waren, als wir die Strecke passierten.

Geschafft - gegen 18:30 Uhr erreichten wir unser Ziel Bed & Breakfast in Locarno. Nach einem kurzen entspannten Abend genossen wir tags darauf das mediterrane Ambiente - Sonne und Wasser umrahmt von Bergen ist einfach

herrlich. Nach diesem entspannten Ruhetag war der Plan, erneut gegen Mitternacht den Weg zurück nach Hause anzutreten. Der Start in die Nacht war angenehm. Auf autoleeren Straßen passierten wir Bellinzona, wo wir in Richtung St. Gotthard abbogen. Nun setzte Regen ein. Es wurde schnell kühler und der Regen heftiger. Der Weg bis Airolo war kein Vergnügen mehr. Als wir in der Morgendämmerung Airolo erreichten, waren wir durchnässt und ausgekühlt. Hier fassten wir den Entschluss, die Fahrt zurück bis Schaffhausen mit dem Zug fortzusetzen. Das Zufahren in der Schweiz ging reibungslos dank schneller Anbindung nach jedem Umsteigen. Auch die Mitnahme der Räder war problemlos. Von Schaffhausen waren es noch 25 Radkilometer bis nach Hause.

Unser Resümee: eine herrliche Tour, welche wir einmal wiederholen werden.

Markus Spieth



Fahrt mit der SBB (Schweizer Bundesbahn) von Airolo nach Zürich

# Achterbahn im Bayerwald - ein MTB-Rennbericht von Oswald

**S**port und Familie am Wochenende - kein Problem, wenn man gut plant und die richtigen Leute kennt! So passiert am zweiten Oktober-Wochenende beim ersten und letzten 2020 Bike-Race Woidman im ostbayerischen Thurmansbang. Mit von der Partie natürlich Claudia und Lilli, die für Ergebnisse, deren Ermöglichung, Betreuung und Aufheiterung sorgten.

Als einer der wenigen Veranstalter schaffte es der RSC Tittling an einem kalten verregneten Oktober-Wochenende, seinen MTB-Marathon „Woidman“ im niederbayerischen Thurmansbang abzuhalten. Ähnlich wie bei der parallel ausgetragenen UCI XC Weltmeisterschaft im schwäbischen Albstadt geplant, jedoch durch Absage des deutschen Veranstalters ins österreichische Leogang übergewandert, machte dies ein ausgefeiltes Abstands- und Hygienekonzept erst möglich.

So kam es zu einer der wenigen verbliebenen MTB-Veranstaltungen auf bayerischem Boden. Bereits 2018 waren die selektiven Strecken im Dreiburgenland Austragungsort der bayerischen MTB-Marathonmeisterschaften gewesen, nach der ich mit Platz 4 in der Masters-Wertung noch eine Rechnung offen hatte.

Und wieder forderten die geringen Temperaturen, der vom Regen aufgeweichte Untergrund und vor allem die Streckenwahl des in die Richey-MTB Challenge Serie integrierten Rennens alle Athleten auf das Äußerste.

Aber zunächst einmal checkten wir Freitagnachmittag ganz gemütlich im Ferienpark der Westernstadt Pullman City für das gesamte Wochenende ein und wurden vom live dargebotenen Irish & Celtic Festivalprogramm gut für die

anstehenden Wettkämpfe in Braveheart-Manier eingestimmt. Am nächsten Tag war zunächst Show Down für Lilli, die in der U11 Klasse einen anspruchsvollen 2,5-km-Kurs zweimal zu umrunden hatte. Dank der gemeinsamen Streckenbesichtigung konnten sogleich die Gefahrenstellen und Bremspunkte ermittelt werden, nicht ganz unwichtig, wenn das letzte Rennen schon ein Jahr zurück liegt! Dann der Start bei leichtem Regen und bereits die ersten Überholmanöver von den schnellen Mädels. Mit einigem Rückstand zur Erstplatzierten kam Lilli sichtlich erschöpft als Zweite ins Ziel und strahlte über beide Ohren - manche Jungs dagegen ließen sich schlicht ins Ziel fallen als wäre gerade der Ironman gelaufen?? Mit Finisher-Medaille war der einsetzende Regen eher Nebensache und die Siegerehrung bereits mit dem 2. Podestplatz die Kür! Vielen Dank an den Veranstalter RSC Tittling, der sich auch um die Kleinsten und damit den künftigen Nachwuchs kümmert und damit eine tolle Rennveranstaltung möglich macht!

Zwar die Westernshow verpasst, jedoch mit Spaziergang durch Pullman City auf andere Gedanken gekommen, war es nur klar, den Tag so richtig zu feiern: bei Mex-Bier, Limo und Enchiladas und nach der irischen Liveband im großen Musik-Saloon konnten wir uns auf erholsamen Schlaf für den kommenden Marathon freuen.

Sonntag - Raceday: Wecker auf 7 Uhr, schnell alle fertig machen und zum Schnellfrühstück in die Musik-Location vom Vorabend, dann in die Race-Klamotten und an alles denken, was man für das Rennen brauchen könnte. Verabschiedung von Lilli und Claudia, die den restlichen Tag geruhsamer in der



*Lilli mit dem VPace nach dem Einfahren und vor dem Regenrennen mit Claudia als Betreuerin*

Westernstadt verbringen wollten, Abfahrt zum Startort ins 10 km entfernte T-Bang.

Der sonst beschauliche Ort veränderte sich ganz im Sinne des Sports. Bereits bei der Abholung der Startunterlagen in ausgelegten Mappen und Abgabe der Corona-Selbstauskunft war der Spirit einer ausgeklügelten Veranstaltung spürbar. Gerade noch rechtzeitig die Startnummer geschnappt, die 88-km-Starter leider verpasst - dies musste später nachgeholt werden - und noch Christl, unsere Juniorin bei Zwillingcraft, begrüßt, die eine Stunde später die 33-km-Strecke in Angriff nahm. Im aufgelockerten Startblock noch etliche Freunde getroffen und mit Glückwünschen der Spannung des Startschusses entgegengefiebert. Das letzte Mal war immerhin schon mehr als ein Jahr her und die angesammelten Trainingskilometer mussten ja für irgendwas gut sein: aber 6°C und aufgeweichter Boden, der an die Verhältnisse

der parallel stattfindenden XC WM erinnert, das war schon Dramatik pur.

Egal - der Schuss kam und wir gaben Gas wie eben zwei Jahre zuvor bei Austragung der bayerischen Meisterschaft - hier hatte ich mit dem Kurs sowieso noch eine Rechnung offen, die es zu begleichen galt. Mit Speed den Asphaltanstieg überwunden zog sich das Führungsfeld in die Länge und bald verschwanden die jungen Topfahrer in den Senken und Windungen der bayerischen Waldtrails. Ich musste reißen lassen und zog es vor, im gelben Bereich zu bleiben, um die vom Veranstalter als leicht eingestuftten technischen Passagen wie Längswurzeln, hängende Trails und Steilabfahrten kontrollierter als ehemals zu meistern. Das zahlte sich aus und mit Akklimatisierung an das turbulente Renngeschehen konnte ich endlich wieder bewusst Rennluft schnuppern - ein tol-



*Oswald im Teamdress Zwillingcraft beim Start auf die mittlere 55-km-Schleife, daneben Christoph vom MTB-Club München*



les, lebenswertes Gefühl, das in etwa so ist, wie etwas vergangenes Großes Ganzes noch einmal zu erleben...??

Mit einer gut funktionierenden Gruppe auf den letzten 20 km kamen die alten Mechanismen wieder zutage: artistische Fahrinlagen beim Verlassen des Hauptweges, Abfangen des Tretmoments beim Herabfallen der 1/12 Kette mit minimalem Zeitverlust, alle paar Sekunden Absenken/Liften der Sattelstütze, mehr als fünf Gänge herauf- und herunterschalten und satte Überholmanöver - es war alles wieder da und so auch die Zuversicht, dieses Abenteuer besser als 2018 zu bestehen.

Nach 2:54 h ging es mit Zielsprint durch den Zielbogen und die eigentliche Erschöpfung war von Adrenalin und Glücksgefühlen wie weggeblasen, ein perfektes Rennen aus dem Stehgreif? Zumindest eine gute Fortsetzung von einigen guten Ergebnissen, wie gut konnte ich noch nicht wissen. Nur sieben Minuten später folgte Gloria als Beste der Damenwertung, die damit einen Hammerabstand zum restlichen Damenfeld riss, und weitere zwei Minuten später ihr Ehemann Lutz als erster in der Masters2. Damit war wieder alles auf den Kopf gestellt, doch fühlte ich mich nicht, unterfordert worden zu sein und erhielt als Bestätigung der Anstrengungen ein deutlich besseres Ergebnis, was ich

nie zu hoffen gewagt hatte: eben mit zwei Minuten Vorsprung zum Dritten und einer Minute zum Zweiten den ersten Platz Masters bei einem 19er Schnitt und 17. Platz Overall auf der 55-km/1800 Hm-Strecke - vor allem aber in einem sehr turbulenten Rennen mit hohem Adrenalinfaktor.

An der Stelle großen Respekt vor allen Fahrerinnen und Fahrern, die sich bei diesen selektiven Verhältnissen auf die Achterbahn im bayerischen Wald verirrtten - es hat sich sicherlich gelohnt und kann als schöner persönlicher Erfolg gewertet werden!

Daher auch die Finisher-Medaille für alle Teilnehmer - diese verdient auch der Veranstalter, der es wieder mal geschafft hat, eine Rennstrecke der Extraklasse auf die Beine zu stellen und durch das Hygienekonzept eine Rennveranstaltung von Format ausgerichtet hat??!

Ähnliche Breitensport-Veranstaltungen könnten auch wieder im Raum München stattfinden - nur müssten sich auch einige Vereine, Gemeinden, Behörden und engagierte Helfer finden, die es gut mit dem Sport meinen.

2021 geht es in die nächste Runde!!!

Euer Oswald

# München - Riva Alpencross light für Einsteiger (Aussteiger) vom 25. Juli bis 2. August 2020

Hallo liebe Radfans, als „Aussteiger“ beim Alpencross für Einsteiger waren im Sommer folgende Akteure unterwegs: Ippi mit 75 Jahren, Hennes mit 70 Jahren, Albert mit 70 Jahren und ich als Stubenältester mit 77 Jahren.

Das Gepäck im Rucksack oder in diversen Sattel-, Lenker- und Rahmentaschen verstaut kam keiner auf die Idee, das MTB gegen ein E-Bike einzutauschen, obwohl manch einer damit spekuliert hatte. Doch wir wollen keinen Namen nennen...



Auf die Mitfahrer Hennes, Egon, Albert

Am **Samstag, 25.07.**, ging es um 10 Uhr los. Ich startete in Neufahrn und traf mich mit Hennes bei Ippi, Albert ging am Bahnhof Hohenschäftlarn an Bord. Von dort aus ging es über ziemlich einsame Wege über Wolfratshausen, Beuerberg, Eschenlohe und Garmisch bis nach Hammersbach, wo wir ein schönes Quartier im Hotel Haus Hammersbach fanden. Die Corona-Hygieneregeln wurden von allen Gästen eingehalten und die Stimmung war großartig.

Am **Sonntag, 26.07.**, regnete es leicht und die Temperaturen kamen nicht hoch, sodass wir uns spontan zu einem Ruhetag entschieden. Etwas zu früh, wie sich herausstellte, denn gegen 11 Uhr kam die Sonne durch und wir konnten etwas unternehmen. Ippi und Albert nahmen die Zugspitzbahn und fuhren hoch auf den höchsten Berg Deutschlands, Hennes und ich wanderten zum Eibsee.

Die Zugspitze war ein echtes Erlebnis, denn so wenig Menschen und so viel Platz, das hat schon was. Natürlich passte ein Glühwein im Sonnenschein zu diesem schönen Erlebnis.

Den Nachmittag verbrachten wir mit einer Erkundungsrunde, wobei es Ippi wieder gelungen war, ein paar Wege ausfindig zu machen, die noch nie einen Biker gesehen haben. Er kannte diese wohl alle von seinen Abkürzungen.

Am **Montag, 27.07.**, passte das Wetter und wir waren durch nichts aufzuhalten. Das opulente Frühstück wurde schon bei der Auffahrt zum Eibsee in Kraft umgewandelt und ich hatte schon Gewissensbisse, Albert auf der



*Rast an der Loisach bei Beuerberg*



*Auf Schleichwegen Richtung Garmisch*

gemäßigten Tour durch das Tal alleine gelassen zu haben. Hennes hatte Probleme mit seiner Schaltung, denn er hatte sich ein Rad von einem Spezl ausgeliehen. Ein Hobel wie aus dem Bilderbuch. Hennes hatte auch die Tour ab Garmisch aus dem Internet auf seinem GARMIN aufgespielt.

Von der Hoch-Törl-Hütte auf 1475 m ging es runter nach Ehrwald und von dort aus durch einen schönen Lärchenwald zum Fernpass, wo Albert schon mit einem Weißbier auf uns wartete. Der Weg über die Bundesstraße war ihm in Anbetracht der noch fehlenden Kilometer lieber.

Vom Fernpass ging es über kleine Pfade und herrliche Landschaft runter nach Nasse-reith, wo wir in einer unscheinbaren Kneipe Mittag machten. Die Wirtsfrau gab sich alle Mühe und servierte ein köstliches Mahl sowie Weißbier ohne Alkohol. Das Angenehme war

auch, dass man in Österreich keine Masken tragen musste.

Entlang des Inns ging es weiter über einen schönen Radweg über Imst nach Landeck. Hinter Imst meldete Hennes, hier geht es links hoch in den Wald und die Berge. Albert und ich haben den Braten direkt gerochen, dass das nichts Gutes bedeutet, und blieben auf dem ebenen Radweg.

Später erzählten uns Ippi und Hennes von dem immer steileren Weg, der dann mit einem tollen Ausblick über das Inntal seinen Höhepunkt fand. Ippi berichtete, dass der Weg nach unten kurvenreich und anspruchsvoll war. Wäre die Rückkehr auf den Radweg nicht so nahe beim Anstieg gewesen, hätte man von einer schönen Abkürzung reden können. So waren es nur wenige Kilometer, die sie mit viel Schweiß hinter sich gebracht hatten. In Landeck trafen wir



*Kein Weg ist zu schmal*



*Auf 1518 m bei 27°C*

nach einem kurzen Anruf wieder auf die zwei Nachzügler. Hennes schimpfte noch etwas über den anstrengenden unnötigen Umweg mit 300 Hm, beruhigte sich aber schnell, nachdem wir ein schönes Quartier in der Innenstadt gefunden hatten.

Im Hotel Schrofenstein waren wir hervorragend untergebracht und auch das Essen konnte sich sehen lassen. Nach ein paar Bierchen und einem Absacker hatten wir die nötige Bett-schwere.

Am **Dienstag, 28.07.**, von Landeck nach Nauders waren es zwar nur 70 km, aber dafür 1200 Hm. Es ging immer am Inn entlang, genau die Strecke, die wir schon von unserer Innrad-tour in die andere Richtung kannten. Vor der alten Zollstation „Finstermünz“ fand Ippi noch eine Abkürzung, die schließlich auf einer Kuh-

weide endete. Albert und ich mussten schieben, denn es wurde immer steiler. Ippi meinte, wenn das die Kühe schaffen, schaffen wir das auch.

Danach ging es über die Schweizer Grenze in einen abenteuerlichen Bergpfad mit vielen Schiebestücken. Ippi legt aber Wert darauf, nicht geschoben zu haben. Wir kletterten im Hangbereich über Steinstufen und Wurzeln, sodass ich einmal samt Fahrrad den Hang hinunter purzelte. Ippi war so nett und zog mich wieder hoch, natürlich nur mit der Zusage die erste Runde zu werfen.

In Nauders fanden wir das sehr radfreundliche Hotel Margarete - Maultasch, wo unsere Radwäsche für 5,-€ pro Zimmer gewaschen und gebügelt wurde. Auch hier wurden die Abstandsregeln vorbildlich eingehalten und alles bestens coronalike vorbereitet. Ich beeilte mich mit dem Duschen, damit ich baldmöglichst



*Blick auf die Ortlergruppe*

mein Weißbier genießen konnte, aber Albert kam mir meistens zuvor und saß schon am Tisch, wenn ich kam.

**Mittwoch, 29.07.**, die Strecke Nauders - Lana war der leichteste Teil der gesamten Tour.

Zuerst ging es rauf zum Rechenpass und von dort aus fuhren wir auf der rechten Seite des Sees über einen toll angelegten Radweg bis zur Staumauer. Die Abfahrt von dort ging von 1525 m runter auf 900 m und machte riesigen Spaß, da so gut wie niemand auf der Strecke war. Das Thermometer zeigte wieder 30°C an. Kurz vor Prad legen wir eine Pause ein und danach ging es weiter an der Etsch entlang Richtung Meran. Da uns Meran zu groß und zu hektisch zum Übernachten erschien, fuhren wir weiter nach Lana. Dort fanden wir das wunderschöne Hotel Eichhof mit Garten und Pool. Leider ging es raus aus Österreich, denn in Italien war wieder Maskepflicht.

**Donnerstag, 30.07.**, Lana - Clés, heute ging es direkt zur Sache. Von Lana 310 m aus hoch zum Gampenpass auf 1518 m und das über 18 km bei großer Hitze und immer voll in der Sonne. Albert zog die Konsequenz nach ein paar Kilometern und wollte sich mit dem Bus auf die Passhöhe bringen lassen. Leider klappte das nicht, weil der Busfahrer sich weigerte, sein Rad im Kofferraum zu verstauen. So kehrte er nach Lana zurück, um sich ein Taxi zu mieten.

In der unteren Hälfte war viel Verkehr und nicht alle Autofahrer waren rücksichtsvoll. Hinter mir wurde ein Radfahrer von einem Auto gestreift, er hatte sich Gott sei Dank nur leicht verletzt. Der Autofahrer ist abgehauen oder hat es nicht mal gemerkt.

Oben am Pass trafen wir alle wieder zusammen und legten eine Pause ein. Beim Wegfahren hatte Ippi seinen Rucksack stehen gelassen und ist losgefahren. Hennes hat es zum Glück frühzeitig bemerkt und Ippi musste nur ein kur-



*Ohne Kühlung geht gar nichts*



*Blick auf den Grubigstein*



*Der Eibsee*

zes Stück zurückfahren.

Da es auf der Abfahrt so gut rollte, sind wir prompt zu weit gefahren und mussten den Pass wieder ein Stück zurück, um den Abzweig „Liebe Frau im Walde“ nicht zu verpassen. Eine sehr schöne Strecke führte immer durch den Wald bis kurz vor Clés.

In Clés haben wir noch das letzte Zimmer bekommen, ein 3-Bett-Zimmer mit abgeteiltem Einzelzimmer und gemeinsamen Bad. Clés ist ein lebhaftes Städtchen und dank der angenehmen Temperaturen konnten wir den Abend bei einem guten Tropfen draußen verbringen.

**Freitag, 31.07.**, heute ist die letzte Etappe Clés - Riva del Garda, ca. 90 km. Das erste Stück ging erst ganz normal am Berghang entlang und dann weiter immer bergab bis zur Hauptstraße nach Mezzolombardo. Leider fuh-

ren wir - sehr zur Freude von Ippi - zu tief ab und mussten jetzt querfeldein kilometerlang bergauf-bergab durch Obstplantagen mit vielen kleinen Orten, die alle wie ausgestorben waren, fahren.

Albert hatte sich schon klugerweise früher verabschiedet und ist die Hauptstraße nach Rovereto und von dort aus weiter zum Gardasee gefahren.

In Andalo haben wir eine Pause in einem Berggasthof eingelegt. Endlich waren es nur noch ein paar Kilometer zum Molvenosee. Entlang des traumhaft gelegenen Sees lief es sehr gut, denn es ging immer leicht bergab. Der Glaube, von hier aus geht es nur noch bergab bis zum Gardasee, war leider ein Trugschluss. Nach „Ache Terme“ ging es das erste Mal wieder hoch. Die zweite Steigung war der Passo Ballino und das dritte Mal ging es hoch nach Tenno.



*Manchmal geht schieben schneller*



*In Freude vereint*



Vor Tenno fanden wir einen alten Wäscheplatz mit richtig tiefen Becken, in die wir mit dem Oberkörper eintauchen konnten, um uns mal etwas abzukühlen. Beim Wegfahren hatte Ippi wieder seinen Rucksack vergessen. Hennes hat ihn mitgenommen und Ippi hat ihn nicht mal vermisst, sich aber schon gewundert, dass es so leicht lief. Er ist auch schon in dem Alter, wo man auf ihn aufpassen muss.

Um ca. 18.00 Uhr kamen wir in Riva an und waren froh, die Tour ohne Unfall und Verletzung gemeistert zu haben. In unserem angestammten Hotel Santoni bekamen wir 2 Doppelzimmer und genossen das Abendessen in dem vor einigen Jahren entdeckten Restaurant Bellavita. Ippi kannte die Eigentümerin und so bekamen wir auch ohne Vorbestellung schnell einen Tisch.

Nach zwei Übernachtungen haben wir uns am Sonntag ganz elegant mit einem Shuttle zurück nach München fahren lassen. Das ist sehr zu empfehlen. Am Ostbahnhof wurden wir ausgeladen, und dann ging es per Rad zurück nach Hause. Für mich ging es dann noch an der Isar entlang bis nach Neufahrn. Hennes ist auch noch ein Stück mit mir gefahren und dann Richtung Freimann abgebogen, dabei hat er sein Paket mit Schuhen und Navi verloren. Albert hatte den weitesten Weg nach Oberhaching.

Gesamtstrecke: 520 km und ca. 8000 Hm

Im nächsten Jahr sind wir, hoffentlich coronafrei, wieder auf Achse.

Egon, Ergänzungen von Ippi, Lektor Albert



*Blick auf Riva und den Gardasee*

# Bikepacking - vom Bodensee zur



**D**ie Idee, von Singen zur Schlucht von Verdon zu radeln, war inspiriert durch die Komoot-Community. Wir entwickelten einen Plan, um in sieben Tagen die 1000 km vom Bodensee mit etlichen Pässe-Highlights in die Provence zurückzulegen.

Unsere erste Etappe führte von Singen zunächst den Rhein entlang, dann ein Stück der Aare folgend über Bern nach Fribourg. So legten wir am ersten Radtag 240 km mit 2600 Hm zurück. Unser Nachtquartier bot leider kein Abendessen, war dennoch bemüht und organisierte uns Pizza vom Pizzaservice.

Der zweite Radtag ging bei angenehmen Temperaturen von Fribourg nach St. Maurice über 120 km und 2100 Hm. Die Strecke führte uns durch den Kanton Waadt vorbei am Lac de

Gruyere über den Col des Mosses und den Col de la Croix nach St. Maurice - ein Tag durch eine herrliche Berglandschaft.

Tags darauf konnten wir uns zuerst einmal entlang der Rhone einrollen, bevor wir den Col de la Forclaz erkletterten, gefolgt vom Col des Montets hinab nach Chamonix. Chamonix - ein beeindruckender Ort umrahmt von den höchsten Bergen Europas. Der bekannteste ist der Mont Blanc mit 4810 m. Nach 145 km und 2600 Hm erreichten wir am Abend Albertville. Es war auch der Tag, an dem wir die Grenze nach Frankreich überquerten und die Bekanntschaft mit ein paar der verwegenen Three-Peaks-Ultra-Cyclists machten. Die Three-Peaks-Rider waren in Wien gestartet und hatten ihr Ziel in Nizza.

# Verdon-Schlucht (Provence)



Unser vierter Radreisetag brachte uns ins Vercors. Ein Tag, an dem wir 170 km und 2300 Hm zurücklegten. Ein heißer Tag, an dem uns auch das Bergfahren viel Durchhaltevermögen abtrotzte. Dazu machten sich langsam Sitzbeschwerden bemerkbar. Unser Quartier in Vassieux en Vercors ließ den harten Tag schnell vergessen. Es gab lecker Nachtessen in angenehmer Atmosphäre. Das Vercors, ein toller Gebirgszug, der direkt an Grenoble anschließt - auch die Tour de France machte dieses Jahr hier Station.

Der fünfte Radtag brachte uns wieder ein Stück näher unserem Ziel in der Provence. Die Anstiege waren nicht mehr so hoch - allerdings würde die Hitze am Tag größer und forderte unsere Körper. Nach 134 km und 2000 Hm

erreichten wir Buis les Barnonnies, wo wir in einem Kloster der Dominikaner, das auch ein Hotel war, unser Tagesziel erreichten. Die Unterkunft hatte den Vorteil, dass wir uns selbst versorgen konnten. Doch viel wichtiger - wir konnten am anderen Morgen sehr, sehr früh aufbrechen.

Am sechsten Radtag war nicht nur große Hitze angesagt, sondern auch der Mont Ventoux zu bezwingen. Der Mont Ventoux - ich hatte schon viel gehört - doch dass das so eine mächtige Erhebung inmitten der Provence ist, hatte ich mir nicht vorgestellt. Der Mont Ventoux kann von drei Seiten befahren werden. Wir wählten den Aufstieg von Malaucène und die Abfahrt über Sault, um nach 120 km und 2700 Hm am frühen Nachmittag Ongles zu erreichen.



Bild 1 li.: (D) Hegau - Erntezeit; Bild 2 li.: (CH) Region Gruyeres. Blick auf die Voralpen von Fribourg; Bild 3 li.: (CH) Flaschen füllen am Brunnen in Les Diablerets; Bild 4 li.: (CH) Passhöhe am Col de la Croix; Bild 1 re.: (CH) Landstraße bei Fribourg; Bild 2 re.: (CH) Blick von der Forclaz-Passstraße ins Rhonetal und Martigny; Bild 3 re.: (F) Passhöhe am Col des Montets; Bild 4 re.: (CH) Passhöhe am Col de la Forclaz



Bild 1 li.: (F) Fluss L'Isère bei Albertville; Bild 2 li.: (F) Blick vom Col d'Ey nach Buis-les-Baronnies und zum Mont Ventoux; Bild 3 li.: (F) Passhöhe des Col de Rousset, Blick auf die schöne kurvenreiche Passstraße; Bild 4 li.: (F) „Geschafft“ Passhöhe des Mont Ventoux; Bild 2 re.: (F) „Fast geschafft“ - Auffahrt zum Mont Ventoux von Malaucene; Bild 3 re.: (F) Lac de Sainte-Croix; Bild 4 re.: (F) „Fast am Ziel“ - noch wenige Kilometer zur Verdon Schlucht

Wir hatten hier ein Privatquartier und konnten so entspannt den Nachmittag im Schatten im Garten verweilen, auf das Geleistete zurückblicken und Kräfte sammeln.

Letzter Radtag - nochmals alle Reserven mobilisieren, um die letzte Etappe zum Ziel der Reise anzutreten. Unsere Route ging von Ongles zunächst bergab bis ins Tal der Durance. Der Fluss markiert die Grenze zum Département Provence-Alpes-Côte d'Azur. Nach dem Städtchen Oraison ging es wieder stetig bergauf. Seit Sault begleitet uns nun der Duft von Lavendel. Herrlich. Wir nahmen Kurs auf den Stausee Lac de Sainte Croix. An der berühmten Brücke „Pont du Galetas“ fließt der Verdon in den Stausee. Diese Brücke ist gleichzeitig auch

das Tor in die Verdon-Schlucht: ein unglaubliches Farbenspiel aus Felsen, mediterranem Ambiente und türkisfarbenem Wasser. Vom Pont du Galetas zum Ziel in Greoux-les-Bains trennten uns nun noch 60 Kilometer. Die letzten 30 km ging es entspannt bergab. Ein schönes Finale nach knappen 1100 km und 16000 Hm.

Unser Resümee: die Radreise war anspruchsvoll. Andererseits wurden wir belohnt mit toller landschaftlicher Kulisse, schönen Begegnungen, hilfsbereiten Menschen und herzlicher Gastfreundschaft. Zwei Tage blieben wir noch in der Region, um die Verdon-Schlucht etwas zu erkunden und im Mittelmeer zu baden.

Markus Spieth



*Die Verdon Schlucht*

# Radrennen „La Marmotte“

2020, ein Jahr, in dem die Radrenn-Saison komplett durchwirbelt wurde. Die Radrennen, welche ich lange im Voraus gemeldet hatte, wurden bedingt durch die Weltkrankheit abgesagt. Im Verlauf des Sommers gab es erste Anzeichen, dass die eine oder andere Veranstaltung ausgetragen würde. So fand u.a. das Bergrennen Chur - Arosa in der benachbarten Schweiz statt. Auch die französischen Organisatoren der Rennserie Cycling-Classic (ehem. Grand Trophée) boten ein paar ihrer anspruchsvollen Rennen an. Darunter La Marmotte mit 175 km und 5000 Hm. Das Rennen wird in Le Bourg d'Oisans, am Fuß des berühmten Aufstieges nach L'Alpe d'Huez gestartet.

Die vielen Teilnehmer wurden in Startblöcke aufgeteilt und blockweise ins Rennen geschickt. Ich konnte im ersten Block starten. Nach einem

neutralisierten Kilometer ging es im hohen Tempo Richtung Rochetaillée, um die 30 km zum Col du Glandon zu klettern. Auf der Passhöhe befand sich der erste Verpflegungspunkt. Danach folgte eine Neutralisation der Strecke, so dass keiner halbsbrecherisch die äußerst kurvenreiche Abfahrt nehmen musste. Im Tal bei La Chambre angekommen, sammelten sich die Gruppen wieder, um gemeinsam im flotten Tempo bis Saint Michel-de-Maurienne am Fuß des Col du Télégraph zu radeln. Ab hier zergliederten sich die Gruppen schnell wieder. Es ging über 11 km hinauf zum Col du Télégraph, um nach kurzer Abfahrt nach Valloire den Anstieg zum Col du Galibier hochzuklettern.

Die Passhöhe des Galibier liegt auf 2646 m nach knappen 18 km Anstieg. Das Dach des Rennens war erreicht. Danach gab es erst mal



Passhöhe Col du Télégraph



*Passhöhe Col du Galibier*



*Passhöhe Col du Lautaret*



eine lange Erholung auf dem Weg zurück nach Bourg d'Oisans, das auf 727 m liegt. Jetzt ging der Schlussanstieg über 13 km und 1100 Hm in 21 Kehren hoch zum Ziel in L'Alpe d'Huez. Es waren für mich harte 13 Kilometer in der warmen Mittagssonne mit knappen 4000 Hm in den Beinen. Kehre für Kehre kämpfte ich mich dem Ziel entgegen, um nach achteinhalb Stunden den Zielstrich zu überqueren.

Mein Resümee: ein hartes Rennen in einer unglaublichen Kulisse bei bestem Wetter und vorbildlicher Organisation. Gerne wieder einmal.

Markus Spieth



*Glücklich im Ziel*



*Zieleinfahrt in L'Alpe d'Huez*



HISTA, Stettiner Str. 10, 93073 Neutraubling

**IHR STARKER PARTNER**  
**- in der Region -**

***Ihr starker Partner im Bereich Elektro-,  
Nachrichten- und MSR-Technik!***

***Wir sind bei der BMW AG  
deutschlandweit für Sie vor Ort!***



***HISTA***

***seit Jahrzehnten  
RADSPORTBEGEISTERT***

***Bei Fragen zögern Sie  
nicht und rufen uns an:***

***+49 (89) 969 7823-333***

***HISTA Elektro GmbH***

***Schloßstraße 6***

***85737 Ismaning***

***www.hista.de***

***facebook***



# Ergebnisse 2020

## Clubmeisterschaft Rennen 2020

Nr.	Datum	Rennen	Distanz
1	19.05.2020	Bergzeitfahren Schäftlarn	2 km / 2,5 km
		1) Weinert Sebastian - 0:09:27 ... 2) Janz Thomas - 0:09:53 ... 3) Wenning Markus - 0:09:56 4) Glatthaar Gerd - 0:10:16 ... 5) Dominguez Jacobo - 0:10:27	
2	28.05.2020	Einzelzeitfahren Olympiastraße	16 km
		1) Schober Wolfgang - 0:20:26 ... 2) Janz Thomas - 0:21:41 ... 3) Wenning Markus - 0:21:54 4) Brunies Falko - 0:21:59 ... 5) Wüstner Christoph - 0:22:03	
3	03.06.2020	Bergzeitfahren Kesselberg	4,66 km / 230 Hm
		1) Weinert Sebastian - 0:10:57 ... 2) Wenning Markus - 0:11:52 ... 3) Glatthaar Gerd - 0:12:18 4) Kurzeder Sven - 0:12:36 ... 5) Kroll Sebastian - 0:12:44	
4	28.06.2020	Einzelzeitfahren Aschheim	38,8 km
		1) Schober Wolfgang - 0:50:08 ... 2) Quandt Christian - 0:50:53 ... 3) Wenning Markus - 0:53:36 4) Dominguez Jacobo - 0:53:49 ... 5) Brunies Falko - 0:53:51	
5	09.07.2020	Bergzeitfahren Andechs	3,92 km / 125 Hm
		1) Weinert Sebastian - 0:07:02 ... 2) Janz Thomas - 0:07:51 ... 3) Wenning Markus - 0:07:52 4) Kurzeder Sven - 0:07:58 ... 5) Dominguez Jacobo - 0:08:06	
6	16.07.2020	Einzelzeitfahren Olympiastraße	16 km
		1) Wenning Markus - 0:21:18 ... 2) Dominguez Jacobo - 0:21:27 ... 3) Kurzeder Sven - 0:21:56 4) Janz Thomas - 0:22:09 ... 5) Legner Stefan - 0:23:33	
7	28.07.2020	Einzelzeitfahren Pellheim	18,8 km
		1) Schober Wolfgang - 0:24:43 ... 2) Wenning Markus - 0:25:44 ... 3) Brunies Falko - 0:26:44 4) Kurzeder Sven - 0:27:21 ... 5) Weinert Sebastian - 0:27:23	
8	06.08.2020	Bergzeitfahren Schäftlarn	2 km / 2,5 km
		1) Weinert Sebastian - 0:09:15 ... 2) Wenning Markus - 0:09:34 ... 3) Janz Thomas - 0:09:53 4) Kirsch Alexander - 0:09:55 ... 5) Kurzeder Sven - 0:10:01	
9	03.09.2020	Einzelzeitfahren Fahrenzhausen	27,8 km
		1) Wenning Markus - 0:39:36 ... 2) Dominguez Jacobo - 0:39:38 ... 3) Quandt Christian - 0:40:06 4) Janz Thomas - 0:40:27 ... 5) Weinert Sebastian - 0:41:10	

## Clubmeisterschaft 2020

Platz	AK	Name	Gesamtpunkte	Rennen
1	S2	Weinert Sebastian	166	7
2	S2	Wenning Markus	166	9
3	S3	Janz Thomas	154	6
4	S2	Dominguez Jacobo	146	7
5	S2	Kurzeder Sven	142	7
6	S2	Reim Christian	122	8
7	S2	Brunies Falko	116	5
8	S3	Kroll Sebastian	116	6
9	H	Buciuman Beniamin	109	6
10	S3	Schnorr Rico	107	8
11	S3	Legner Stefan	105	8
12	H	Schröder Marten	103	6
13	S3	McGill Stuart	103	7
14	S2	Nafziger Claus	92	6
15	S3	Schober Wolfgang	90	3
16	S2	Gallinger Thomas	85	7
17	S3	Sliwka Christof	72	8
18	S2	Glatthaar Gerd	68	3
19	S4	Weiß Zdenek	67	4
20	S4	Nissen Michael	63	7
21	H	Wüstner Christoph	62	3
22	S4	Twiehaus Jochen	62	7
23	D	Polhuis Barbara	62	8
24	S2	Quandt Christian	52	2
25	S3	Mauder Frank	49	3
26	H	Herdegen Jörg	41	4
27	H	Overmann Jonathan	40	2
28	S2	Raith Patrick	33	2
29	D	Dihsmailer Daniela	32	3
30	S3	Schleicher Bernd	28	3
31	S2	Kirsch Alexander	24	1
32	S2	Hiltl Peter	22	1
33	S4	Müller Klaus	22	2
34	S3	Harst Christof	22	2
35	S2	Schouren Frank	21	1
36	S3	Gerboth Thomas	18	1
37		Herdener Florian	17	1
37	S2	Ehrmann Oswald	17	1
39	S2	Gugl Stefan	12	1
40	D	Babbe Julia	6	1
41	S4	Ippendorf Günter	3	1
42	S3	Babbe Sven	1	1

# Termine 2021

Datum	Veranstaltung
15.04.2021	Start wöchentliche Do.-Rennradausfahrten München Nord, ab Ruderregattastrecke, Oswald Ehrmann
18.04.2021	MTB-Saisonstart-Ausfahrt durchs Holledauer Land, Start 10:00 Uhr in Pfaffenhofen/Ilm
27.04.2021	Clubtraining - Einzelzeitfahren auf der Olympiastraße, 17:30-19:00 Uhr
01.05.2021	Riva MTB Marathon und Festival, ITA
11.05.2021	Clubtraining - Bergzeitfahren in Schäftlarn über 2,3 u. 2,5 km, 17:30-19:00 Uhr
15.05.2021	Angerberg MTB Marathon, AUT (MTB Challenge)
16.05.2021	Woidman MTB Marathon, Thurmannsbang GER (MTB Challenge)
20.05.2021	Radrennbahn Augsburg, 200 m u. 4000 m Zeitfahren
26.05.2021	Clubtraining - Bergzeitfahren am Kesselberg, 17:30-19:00 Uhr
05.06.2021	Ortler Bike Marathon Glurns, ITA (MTB Challenge)
08.06.2021	Clubtraining - Einzelzeitfahren in Steinbach-Dünzelbach, 26,6 km, 17:30-19:00 Uhr
20.06.2021	Einzelzeitfahren Testgelände Aschheim, 40 km, 10:00 Uhr
20.06.2021	Frankenbike Marathon Trieb, GER (MTB Challenge)
24.06.2021	Clubtraining - Bergzeitfahren Andechs, 17:30-19:00 Uhr
26.06.2021	Pfronten MTB-Marathon, GER (MTB Challenge)
01.07.2021	Clubtraining - Einzelzeitfahren in Pellheim, 18,8 km, 17:30-19:30 Uhr
03.07.2021	Kitzalpbike-Marathon Kirchberg, AUT (MTB Challenge)
04.-10.07.21	BIKE Transalp Challenge, Nauders-Riva/Gardasee, AUT/ITA
17.07.2021	Salzkammergut Trophy Bad Goisern, AUT (MTB Challenge)
22.07.2021	Clubtraining - Einzelzeitfahren in Steinbach-Grunertshofen, 17:30-19:00Uhr
24.07.2021	12 h MTB-EM Diessen, Obb.
24.07.2021	Traditionelles Sommerfest im Deutschen Kanuclub an der Thalkirchener Brücke, ab 15 Uhr (Termin noch nicht bestätigt!) (*)
31.07.2021	M3 Montafon MTB Marathon Schruns, AUT (MTB Challenge)
07.08.2021	Ironbike Marathon Ischgl, AUT
28./29.08.21	24 h / 8 h MTB Olympiapark München (SOG-Events)
12.09.2021	43. Vierer-Mannschaftszeitfahren über 70 km, Start 11:00 Uhr auf dem BMW-Testgelände
19.09.2021	Kempton MTB Marathon, GER (MTB Challenge)
29.10.-01.11.21	MTB-Saisonabschluss Vinschgau/Dolomiten/Gardasee
04.12.2021	Jahresabschlussfeier, wieder beim Portugieser (*)

Get together

MTB Rennen und Touren

Clubtraining Zeitfahren BMW Radsport

(\*) Termine und Details bitte unbedingt auf unserer Homepage prüfen!

# Impressum

## **BMW Sportgemeinschaft e.V.**

**Hauspost: BSK-SG**

**Petuelring 130**

**80788 München**

## **Abteilung Radsport**

Abteilungsleiter

Günter Ippendorf

Grillparzerstraße 53

81675 München

Telefon: +49 89 41901217

Mobil: +49 174 3459173

E-Mail: [g.ippendorf@arcor.de](mailto:g.ippendorf@arcor.de)

## **Sportlicher Leiter, Verkauf von Bekleidung, Radsportmagazin**

Jürgen Knupe

Silnerstraße 6c

85221 Dachau

Telefon: +49 8131 3180118

Mobil: +49 152 53153107

E-Mail: [juergen.knupe@bmw-m.com](mailto:juergen.knupe@bmw-m.com)

## **Geschäftsstelle, Lizenzen**

Stephen Davison

Würmtalstraße 180

81375 München

Telefon: +49 89 38239118

E-Mail: [stephen.davison@bmw.de](mailto:stephen.davison@bmw.de)

## **Mitgliedsanmeldung**

Gunnar Quoos

Amselweg 16

85716 Unterschleißheim

Telefon: +49 89 38239147

E-Mail: [gunnar.quoos@bmw.de](mailto:gunnar.quoos@bmw.de)

## **Radsportmagazin**

Sebastian Kroll

Paul-Hösch-Straße 15

81243 München

Telefon: +49 89 22842255

Mobil: +49 176 56595748

E-Mail: [sebastian.kroll@bmw.de](mailto:sebastian.kroll@bmw.de)

## **MTB-Organisation**

Oswald Ehrmann

Mobil: +49 173 9920586

E-Mail: [oswald.ehrmann@bmw.de](mailto:oswald.ehrmann@bmw.de)

## **Homepage, elektronische Zeitmessung, Equipment**

Mike und Claudia Daurer

Telefon: +49 89 38240527

E-Mail: [c.m.daurer@t-online.de](mailto:c.m.daurer@t-online.de)

## **Bankverbindung**

BMW Sportgemeinschaft e.V.

HypoVereinsbank

IBAN: DE89 7002 0270 3160 0319 47

BIC: HYVEDEMMXXX

## **Satz & Layout**

Grafische Dienstleistungen

Susann Katrin Naumann

[www.sukanau.eu](http://www.sukanau.eu)

Titelbild: Speed beim gemeinsamen Wellenabreiten zwischen Ainhofen und Jetzendorf (Oswald Ehrmann)

# twiohaus

Architekten und Ingenieure



... auf dem Weg zu Ihrem Auftrag!

**„Eine Radfahrt um die Welt  
beginnt mit dem ersten  
Tritt aufs Pedal.“**

Scott Stoll



**INTEC**  
INDUSTRIE - TECHNIK

Ihr Engineering-Partner im Bereich Konstruktion,  
Projektmanagement, Aerodynamik & CFD wünscht  
Ihnen viel Spaß beim Radsport.

[www.inteckg.de](http://www.inteckg.de)