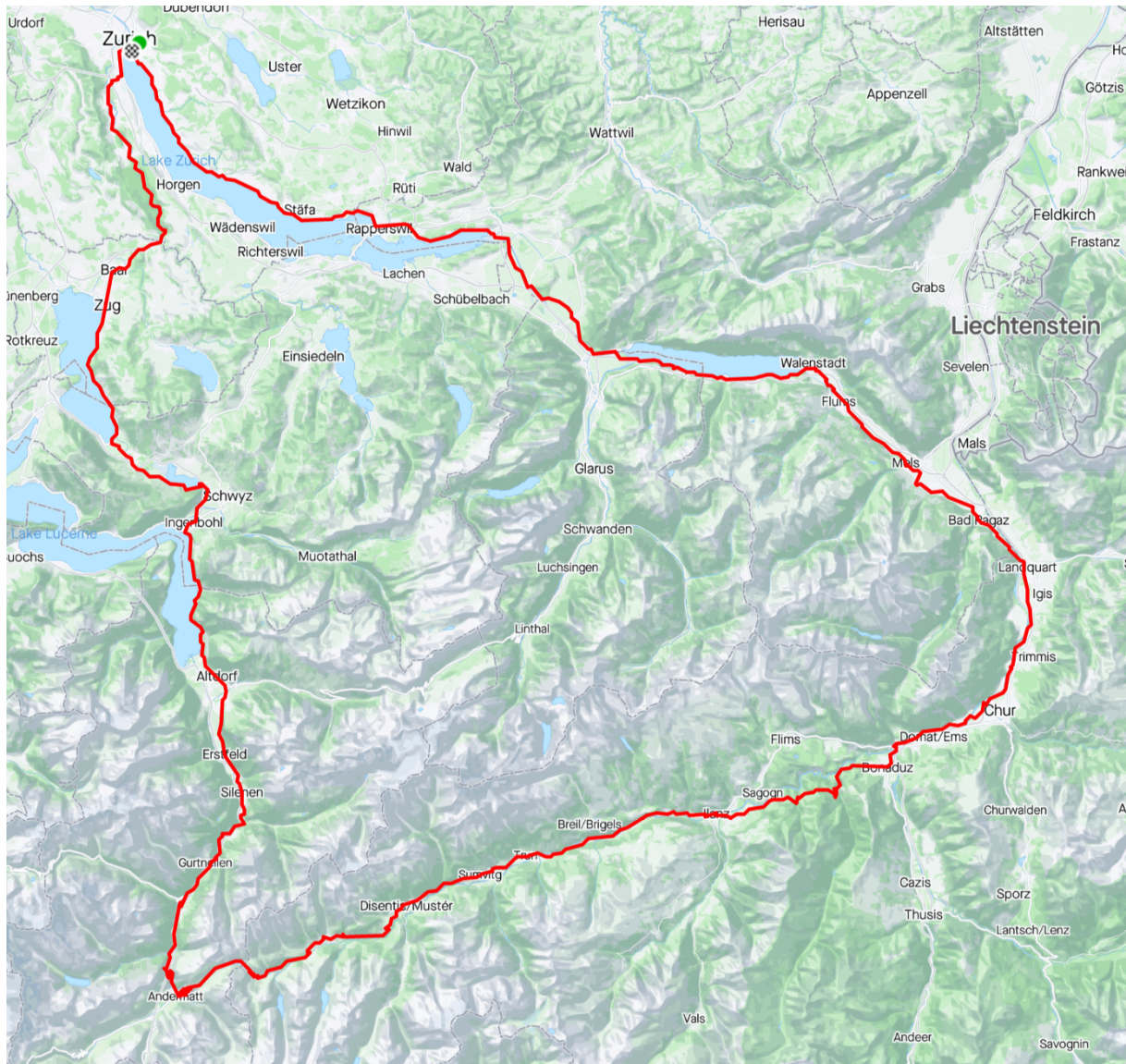


Tourenbericht

«Der längste Tag» - Ein persönlicher Erfahrungsbericht



Eigentlich war am Samstag, 17. Juni eine Gravelbike-Tour mit Toni (meinem Cycling-Instruktor) geplant, als Vorbereitung auf die Tortour Gravel200. Doch es kam anders als gewollt. Toni wurde kurzfristig eingeladen, den sportlichen Leiter des Teams Trek-Segafredo (Grégory Rast) während einer TdS-Etappe im Teamauto zu begleiten. Ein solches Angebot sollte man sich nicht entgehen lassen. War dies somit meine Vorherbestimmung und Chance, am «fast längsten Tag» des RSCR mitzufahren?

In meinem Kopf begann es zu rattern. Überfordere ich mich nicht? Bin ich physisch und mental fit genug, um Distanz und Höhenmeter zu bewältigen? Ich gab mir einen Ruck.

Rascher als gedacht gehörte ich zu den zwölf Wagemutigen; mit dabei war auch Frauenpower, was für die Truppe ein Glücksfall war, wie sich später herausstellte.

Am frühen Samstagmorgen, nach einem ausgiebigen Frühstück, reihte ich mich mit einem etwas mulmigen Bauchgefühl in den Furttaler RSCR-Express ein. Dass es einen wagemutigen RSCler gibt, der fast im Stile eines Steher-Radrennfahrers mit 54 km/h durch die Zürcher Strassenlandschaft zum Startort rast, erfuhr ich in den ersten Minuten unserer Fahrt und wählte mich schon im falschen Film. Zumindest wir «Normalos» lenkten unsere Räder in gemächlicherem Tempo zum Steinwiesplatz, dem eigentlichen Treff- und Startpunkt aller Tourer/innen und der beiden Helfer im Begleitfahrzeug (Martin Brandenburger und Gabriel).



(die zwölf Wagemutigen)

Nach einem kurzen Briefing von André mit den wichtigsten zu beachtenden Verhaltensregeln für die unerfahrenen «Gümmeler» wie mich ging's los. Diese Regeln, insbesondere das Verpflegen während der Fahrt, waren für mich eine echte Herausforderung. Seit ich Rad fahre, trinke und esse ich nur, wenn der Körper mir signalisiert, dass er Energie benötigt. Heute also musste mich laufend verpflegen, um das Ziel zu erreichen. Immerhin, auf Andrés selbstgemachte Reischüechli und den feinen selbstgemachten Power-Kuchen von Elena freute ich mich, denn sie waren eine willkommene Abwechslung zu den Riegeln, zumal ich mich im Gegensatz zu den erfahrenen RSCR-Rennradler/innen nie mit Gels ernährte, und dies vorerst so beibehalten wollte.

Die Wetterbedingungen waren optimal. Wir pedalierten via Sihltal nach Zug, wo uns Absperrungen wegen eines Festanlasses zu einer kleinen «Detour» nötigten. Die Fahrt entlang dem Zugersee war flott und ich war bedacht, meine Kräfte zu schonen und mich regelmässig zu verpflegen. Auch hielt ich mich eher im hinteren Teil des kleinen Feldes auf, verrichtete aber auch etwas Führungsarbeit, möglichst kräfteschonend. Oberhalb Arth stoppten wir für eine erste Verpflegungs-/Biopause, bevor die Fahrt via Brunnen über die ungeliebte und verkehrsreiche Axenstrasse fortgesetzt wurde. In Altdorf machten wir einen weiteren Halt, um uns zu (ver)pflegen. Das Betreuungsteam mit Gabriel und Martin verwöhnte uns nach allen Regeln der Kunst, motivierte uns auch unterwegs und war aus meiner Sicht stets zur richtigen Zeit am richtigen Ort. An dieser Stelle danke ich den beiden für ihren grossen Einsatz, sicher im Namen aller Fahrer/innen.

Ab Erstfeld respektive dem Beginn der Steigung Richtung Andermatt und der Oberalp-Passhöhe entschied ich, mich den beiden erfahrenen Tourenguides André und Kurt anzuschliessen, um die Steigung möglichst ökonomisch zu fahren. Vor uns bildeten sich rasch verschiedene Grüppchen, jede/r fuhr schliesslich im eigenen Tempo. Bald einmal waren die vor uns liegenden Fahrer/innen nicht mehr zu sehen und wir drei allein unterwegs. Die anderen kraxelten offenbar wesentlich schneller die ansteigende Strasse in dieser fantastischen Bergwelt hoch. André kannte die langanhaltende Steigung und wusste die Kräfte einzuteilen. Endlich erkannten wir vor uns wieder ein rotes Trikot und kamen ihm immer näher. Ich hatte gute Beine und fühlte mich hervorragend, hatte mich gemäss Anweisungen aber auch laufend verpflegt. Ab Göschenen verliessen wir die Hauptstrasse und konnten auf einen schönen und anspruchsvollen Radweg ausweichen. Auf einer Strassengalerie konnten wir jetzt auch weitere Kollegen erkennen, nur die Spitzengruppe setzte in Sachen Tempo eigene Massstäbe.

Dass wir an die vor uns liegenden Fahrer immer näher herankamen, motivierten Kurt und mich und wir erhöhten das Tempo. Wir fuhren durch Andermatt und sahen zu Beginn des Anstiegs zum Oberalppass weitere RSCR-Trikots. Nun konnte ich mich nicht mehr zurückhalten. Ich glaubte den Oberalppass zu kennen und war überzeugt, die in Sichtweite fahrenden Kollegen einholen zu können, was mir auch gelang. Da ich meine Trittfrequenz beibehalten wollte, fuhr ich unvermindert weiter, merkte allerdings, dass ich bis zur Passhöhe mehr Kraft benötigte als gedacht. Ich war glücklich, den höchsten Punkt unserer Monstertour erreicht zu haben.

Nach dem Fotoshooting auf der Passhöhe lag nicht nur eine grossartige Abfahrt vor uns, sondern bot sich auch eine herrliche Aussicht in die Talebene (Surselva).



(Kurt, Adi und Pepe auf dem Oberalppass)

In Rueras konnten wir bei Sonnenschein das Mittagessen (natürlich Pasta) im Vorgarten eines italienischen Restaurants genießen. Michi nutzte zudem die Mittagspause, um seinen Platten zu reparieren. Danach setzte sich der RSCR-Express in Bewegung. Dank der Führungsarbeit unserer stärksten Fahrer (Johnny, Manu und Markus) bzw. Fahrerinnen (Elena) fuhren wir in hohem Tempo talwärts Richtung Disentis und Ilanz und konnten so auch Kräfte sparen.

Ich freute mich nun auf das Teilstück ab Ilanz über die Ruinaulta oder Rheinschlucht. Die Ruinaulta ist eine der spektakulärsten und vielfältigsten Landschaften der Alpen, mit einer imposanten Schlucht und einem wilden Fluss, weissen Kalkfelsen und weiten Wäldern. In Valendas wurden wir von Gabriel und Martin für einen weiteren Verpflegungshalt (mit Biopause) empfangen.



(Verpflegungshalt mit Biopause, Valendas)

Wiederum wurden wir bestens versorgt, z.B. mit Wasser, anderen Getränken oder Esswaren und hatten immer auch Zugang zu unserem persönlichen Gepäck. Die teilweise enge Strasse nach Versam und Bonaduz verläuft spektakulär den Felsformationen entlang und bietet immer wieder Aussicht auf eindrucksvolle Landschaftszüge, erfordert von den Radrennfahrern aber auch besondere Aufmerksamkeit, z.B. wegen des Steinschlags.



(Kurvenreiche Strasse)

Ich konnte meine Energiedepots wieder füllen und war bereit für die Fahrt Richtung Chur und Landquart, wo erneut ein Verpflegungshalt geplant war. Der letzte Verpflegungsstopp vor der Zielankunft war am Bahnhof in Ziegelbrücke. Dort konnten wir in einem grossen Bahnhofskiosk einkaufen, individuell nach Gusto. Je näher wir uns dem Ziel näherten, umso mehr dampften und stampften unsere «Lokomotiven». Sie machten Tempo. Wir fuhren wie berauscht (und meist gemeinsam) dem Obersee entlang Richtung Rapperswil, und von dort auf der Seestrasse Richtung Zielort Zürich. Auf den letzten Kilometern begleitete uns Enrico lautstark aus dem Auto und feuerte den RSCR-Express hupend an (danke dir). Wir fuhren einen guten Rhythmus und benötigten für die 320km etwas mehr als 11 Stunden, bei einem beachtlichen Fahrzeit-Durchschnittstempo von unter 29Km/h.

Zugegeben, ich war stolz, diese Tour gesund beendet zu haben, bin mir aber bewusst, dass die Bewältigung der Tour vor allem auch eine Teamleistung ist. Wollt ihr wissen, was ich allein geschafft habe? Mich zu disziplinieren mit regelmässigem trinken und essen, und darauf bin ich ebenso stolz.

Mein Dank geht an den umsichtigen Organisator der Tour, André Nellen, aber auch an alle Teilnehmenden der Tour und die beiden Helfer. Es war ein tolles Erlebnis mit euch allen und ich kann die Tour jedem/r RSCR-RR-Fahrer/in nur empfehlen.

Und noch etwas Gutes zum Schluss: Am Ende der Tour werden alle Teilnehmenden für die Anstrengungen des Tages verwöhnt, traditionsgemäss in der Pumpstation am Zürichsee, bei Wurst, Brot und Bier oder Pommes.



(Sich belohnen und ausruhen am Zürichsee)

Zürich, im Juli 2023, Peter Widmer (Pepe)