

MTB-Team des SC Klecken on Tour



Online-Tagebuch

Vorwort

Das vorliegende Buch ist eine leicht überarbeitete Fassung vom Blog, den Daniel Mansfeld, unser Internet-Junkie (das soll liebevoll gemeint sein) initiiert hat. Ich bin von ihm ausdrücklich als Co-Autor autorisiert worden und insofern nimm ich mir mal die Freiheit heraus, den Blog auf meine Art zu kürzen und zu überarbeiten. Daniel ich hoffe, Du kannst mit dem Ergebnis leben und an dieser Stelle schon einmal meinen herzlichsten Dank für deine Initiative und Schreibwut. Wer den „unzensurierten“ Blog lesen möchte, sei auf die Quelle verwiesen: <http://eatdirt.de/waydown>.

Am Anfang war ich ja doch skeptisch: Was soll das, Roaming-Kosten, die tägliche Gier nach WLAN oder Internet-PC: Würde das nicht zu sehr ablenken und die Gruppe eher nerven? Die Antwort kann im Nachhinein eindeutig mit Nein beantwortet werden.

Bedingt durch die zeitlichen Parallelstränge, hier die Kerntuppe der Fahrer, da die Service-Crew zum Teil auf anderen Wegen und Unterkünften, dort unsere Mädels am Comer See und nicht zuletzt die vielen Leser zuhause, all das hat den Blog zu einem höchst wertvollen Kommunikationsmedium gemacht, wie man es wohl vorher noch nie gekannt hat.

In der Tat ist insbesondere im Dialog mit den Mädels - und hier sei stellvertretend Lisa genannt - eine Eigendynamik aus dem Blogschreiben entstanden, die für eine zusätzliche Motivation – ich denke für uns alle – gesorgt hat. Hier, wie da haben alle abends jeweils gegiert, mit manchen Anekdoten und Neckereien zu lesen, wie es der jeweils anderen Seite ergangen ist. Das war großartig.

Entstanden ist ein höchst wertvolles Begleitdokument unserer Tour, wie man es im Nachhinein nie hätte schreiben können. Wer hätte sich wohl hingewagt ein 35-Seiten-Dokument zu produzieren. Ich bin froh, dass uns – bzw. insbesondere Daniel - das so gut gelungen ist und wünsche allen viel Freude beim Nachlesen unserer Erlebnisse: Von Alpenüberquerungen, Qualen, Quatsch und Finnen.

Klecken, den 10.8.2010

Wolfgang Tank

2 Tage noch

14.7.10, Daniel

Freitagabend wird das Auto beladen, das Fahrrad verstaut und noch ein wenig gepennt, so dies möglich ist.

Da ich morgen Abend in Hamburg unterwegs bin, um die letzten Ersatzteile einzusammeln, habe ich mich heute anhand von Mathias Packliste ans Sachenpacken gemacht. Ja – ich gebe zu – ich genieße den puren Luxus unseres Begleitfahrzeuges und habe mein Packvolumen deutlich überschritten. 1 Rucksack und eine 1 Tasche sind es geworden. So ein bisschen Ferienlagerstimmung kommt auf, mit einer Liste Koffer packen hatte ich das letzte Mal, als ich 14 war und für 3 Wochen ins Ferienlager gefahren bin.

Desweiteren habe ich mir nochmal die Route und Ralfs und Michaels Planung dazu angesehen. Für den Fall, dass der geneigte Leser dieses Blogs durch sein Verhalten oder Vorgehensweise Kontakt zu irgendwelchen Gottheiten hat: Ich würde es toll finden, kommende Woche bei Sonnenschein, 23 Grad und leichtem Wind zu fahren. Also... Esst fleißig auf, opfert Jungfrauen, so dies sein muss oder betet in bestimmte Himmelsrichtungen. Wir werden es Euch danken!

Tag 2 wird sicherlich mit Abstand der härteste, ich bin gespannt, was uns dort alles erwartet. Meine Grundstimmung schwankt zwischen Neugierde und "hochgezogenen Augenbrauen".

Finale Variante		
Tag	Hm	km
Tag 0	72	21,7
Tag 1	1353	57,1
Tag 2	2683	73,1
Tag 3	1109	70,7
Tag 4	1089	33,0
Tag 5	1251	34,1
Tag 6	1033	50,8
Tag 7	1653	99,9
Summen	10243	440,4

Kommentare

Ralf:

Lieber Daniel,

nimm bitte die von dir veröffentlichten Daten zu Entfernungen und Höhenmetern nicht so ernst. Das ist alles rein rechnerisch, oft nur Luftlinie und bei den Höhen anhand der digitalen Höhenlinien (alle 10 m) addiert. Die Realität sieht anders aus – leider schlimmer! Wir zeichnen die Strecken mit allen Daten live für dich auf und die Kalorienverbrauchswerte bekommst du gratis dazu – wenn du ins Ziel kommst.

Denk immer dran: Tränen sind das Weinen der Muskeln und Schmerz ist nur Schwäche, die den Körper verlässt.

Bis Samstag

Ralf

P.S. Sorry, nicht Tränen, sondern Schweiß ist das Weinen der Muskeln. Harte Männer weinen nicht.

Tag 1. Anreise und Prolog

17.7.2010, Daniel

Es ist 2:28 Uhr und der schwer bepackte Renault-Bus verlässt Klecken in Richtung Süden. Mit an Bord ist Familie Tank, Thomas und ich.

Das Wetter ist stürmisch windig.

Update 5:30 Uhr. Ein Rasthof irgendwo bei Kassel. Pause, kleines Frühstück und weiter. Wir liegen super in der Zeit, 300 km in 3hr.

Update 8:30 Uhr. Bekannte amerikanische Fast Food Kette ist unser Frühstücksstop. Noch 150 km bis zum Ziel. Wir sind irgendwo vor Ulm.

Update 12:00 Uhr. Alle da, Taschen gepackt. Der Prolog kann starten. Bilder gibt's heut Abend.

Alpencross 2010: auf geht's.



Gruppenbild beim Start

Update 15:00 Uhr. Die ersten 33 km liegen hinter uns, moderate Strecke mit einigen schnaufigen Anstiegen. Es ging von Immenstadt nach Oberstdorf, erst den Fluss entlang und später dann ins Gelände.

Die Unterkunft ist rustikal, günstig und hat WLAN(!!!). Jetzt gibt's erst mal Mittagessen und Stadtankucken.



Service-Crew bereits im Montafon gelandet

17.7.2010, Wolfgang

Na dann will ich als Co-Autor auch mal in Erscheinung treten.

Nachdem wir die Jungs in Immenstadt mit einem weinenden Auge (und nicht nur weil es geregnet hat) auf die Reise geschickt haben - nicht zu vergessen unseren lieben Frauenstadel, der mittlerweile bereits wohlbehalten nach weiteren 6 Stunden Fahrt am Comer See gelandet ist - sind Tommy und ich, die beiden Invaliden also, erst einmal Einkaufen gefahren. Jawohl Jungs 4 Kisten Bier (na ja, das meiste mit wenig bis gar keinen Umdrehungen) warten auf Euch.

Vollbepackt ging es dann reibungslos ins Montafon, wo wir bei Blitz und Starkregen von Juli und Luis, meinen guten alten Bekannten aus der Jugendzeit, die hier in der Zwischenzeit ein großes Appartementhaus führen (vgl. <http://www.platina.at/>) bereits erwartet wurden. Kein Scherz, wir haben uns minutenlang nicht aus dem Auto gewagt. Liebevoll empfangen gab es dann erst mal ´nen netten Klönschnack und wir haben unser schönes Appartement bezogen, wo wir das Wochenende über bleiben werden. Keine Angst, wir kommen morgen Abend nach Dalaas und sorgen für frische Klamotten.



So jetzt wird es aber erst mal Zeit für ein deftiges Abendessen. Tommy murmelte etwas von einem schönen Wiener Schnitzel oder so, meine ich gehört zu haben.

Bis morgen dann und für Eure erste Etappe gutes Wetter und fahrt vorsichtig.

Wolfgang

Tag 2. Rein in die Alpen.

18.7.2010, Daniel

Sonntag, Tag 2 der Tour.

First, a warm welcome to our readers from Finland! Johann and Henry are well and looking forward to today's tour.

Our Blog is unfortunately in German, but feel free to post comments!

Nachdem einige von uns (ich eingeschlossen) gestern bereits um 19 Uhr schlafen gegangen sind, um den fehlenden Schlaf der vorherigen Nacht wieder aufzuholen, wird es auf der heutigen Route Ernst. Vor uns liegen der Schrofenpass mit Trage- bzw. Schiebepassagen ganz oben und anschließend eine weitere Kammüberquerung an der Freiburger Hütte. Etappenziel ist Dalaas in Österreich.

Update 8:30 Uhr. Start und Ende des Live Bloggings, wir verlassen das deutsche Mobilfunknetz. Ab jetzt gibt es die Beiträge abends.

Update 18:00 Uhr.

Der zweite Tag hielt, was Ralf uns versprochen hatte. Knappe 58 km, max Speed 73,6 km (Nils), 1532 Hm, 4500 kcal, 2 langgestreckte Anstiege und jede Menge Schweiß. Die Verluste des Tages: 3 kaputte Knie, 1 schlimmer Sturz, ein paar mehr glimpfliche Absteiger und besonders tragisch: Ralfs Verlust seiner Trinkflasche.

Aber von Anfang an. Von Oberstdorf kommend ging es straight 15 km auf 800 Höhenmeter hoch zum Schrofenpass (1800m u. nn) 23 Prozent Steigung und anschließend eine Trage- und Schiebepassage, nur einen Meter rechts neben dem Abgrund. Davon werden wir unseren Kindern noch erzählen. Das Panorama entschädigte auf jeden Fall für die Strapazen. Oben war ein reges Kommen und gehen, da waren einige Bikergruppen unterwegs. Nächster Punkt auf unserer Reise war dann Lech (Nobel Nobel isses da), wo wir uns eine ausgiebige Mittagspause gegönnt haben. Ausgehend von Lech ging es dann, wieder in einem langen Anstieg, hoch zur Freiburger Hütte (1920 m über nn). Oben gab es den traumhaften Formariensee und die Freiburger Hütte, wo wir die zweite Pause des Tages machten und unsere Finnen ihren ersten Kaiserschmarrn zu essen bekamen.



Ralf und Michael wissen, wo es lang geht. Nils auch.



Greetings to Finland

Was dann allerdings runter nach Dalaas kam, darauf war wohl keiner gefasst. Nach kurzer steiler fahrbarer Passage ging es in verblockten, schotterigen Gelände meistens nur mit Tragen und schieben bergab.

Einige Abstiege und ein schlimmer Sturz von Stefan später waren wir irgendwann in Dalaas. Unsere Bleibe heut Abend ist allerdings der Hammer, günstig, sauber, mit Radwaschstation und Waschservice für dreckige Radlersachen.

Morgen wird es knüppelhart, 73 km, 2700 hm und 3 Anstiege machen unseren 3ten Tag zum härtesten der ganzen Tour.

Mein persönliches Fazit: heute war's okay, einzig und allein das Knie ist wieder mit Schmerzen erwacht und macht mir zu schaffen. Mal sehen, was Morgen Abend ist. Fürs erste muss Voltaren helfen.

Kommentare

Lisa:

das klingt ja sehr aufschlussreich.

also bei uns gab es auch viele schwere stürze – allerdings mit sanftem aufprall im kühlen nass. anne und brigitte haben im wasserringkampf gegen den rest der mädels (ich war nicht dabei!) gewonnen und dann sind die seniorinnen auch noch champions im kupp spiel geworden (womit sie jetzt ziemlich angeben). außerdem waren wir überarbeitet vom harten spüldienst! sonnenbrand gibt's übrigens auch schon zu genüge. das eis ist auch sehr lecker und vor allem die italienischen jungs hier sind knackig! männer, passt auf eure frauen auf! hier gibts durchtrainierte luigis für jedes alter. vor allem einer hats uns angetan: ein strammer bursche mit knallblauer laufhose ist mit nacktem oberkörper an unserem auto vorbeigerannt. allerdings, mamas kommentar: der ist bestimmt von der anderen seite. und die lieben alten finden gerade mit schrecken heraus, dass wir auch von italienern auf dem see angesprochen worden waren!

na gut, das reicht dann auch mal. wir erwarten heute abend euren neuen bericht!

Daniel:

Hey Lisa,

danke für Deine Zeilen. Wir haben gerade in gesammelter Runde deinen Kommentar vorgelesen, die Männer haben sich sehr gefreut, von Euren Erlebnissen zu lesen. Wenn ich das so verfolge, habt ihr ja jede Menge Spaß da unten im Urlaub.

Viele Grüße an alle!

Auch Service-Crew sportlich aktiv

18.8.2010, Wolfgang

Nach einem ausgiebigen und unterhaltsamen Frühstück über gemeinsame Kind- und Jugendzeiten mit meiner alten Bekannten Juli und ihrem Luis haben Tommy und ich dann mal überlegt, was wir so nettes, machen könnten. Mit der Europatreppe 4000 hatte ich gestern Abend schon geliebäugelt, schien sie mir doch ein würdiger Ersatz für eine entgangene MTB-Alpenetappe.

Gesagt, getan. Es war dann tatsächlich schon Mittag als wir endlich los sind. Tommy hat mich zur Vermuntbahn Talstation gefahren, wo ich die 1,3 km lange Strecke mit 700 hm - gestempelt um 12.26 Uhr - bei leicht bewölktem, angenehmen Wetter in Angriff genommen habe. Und ja, ich habe es locker in 54min ohne Pause bei stetem, ruhigen Schritt geschafft.

In der Ruhe liegt dann doch die Kraft, wenn man bei einem Durchschnittspuls von 150 noch von sprechen kann. Zum Vergleich die Top-Bergläufer, die nächstes Wochenende zu einem Treppenlauf antreten werden, schaffen es in gut 20min. Aber mir hat einer oben am Ziel gesagt, dass alles unter einer Stunde top wäre. Und das hat mich dann doch aufgebaut.

Ohne viel Pause bin ich dann durch einen ca. 2 km langen Wasser-Erlebnisstollen zum Vermuntstausee gelaufen, wo mich Tommy wieder aufgesammelt hat, der die quasi parallel verlaufende imposante Silvretta-Hochalpenstraße mit mehr als 30 Kehren

genommen hat. Gemeinsam ging es dann weiter im Auto zur Bielerhöhe und dem Silvrettastausee auf gut 2000m. Nach dem wir uns hier im Restaurant Piz Buin (der Berg selbst lag leider im Nebel) gestärkt haben, hab ich mich auf mein MTB geschwungen und bin über Galtür und den Kopser Stausee zum Teil in rasender Fahrt 1200hm vernichtend zurück zu unserem Ausgangspunkt der Vermuntbahntalstation gefahren, wo ich ca. 10 min früher ankam als Thomas, der erst den ganzen Weg der Hochalpenstraße zurückkurbeln musste.

Abends haben wir uns dann nach Dalaas auf gemacht, um den Jungs frische Sachen aus dem Bus zu bringen und gemeinsam zu essen und uns die Erlebnisse der anderen - wie von Daniel ja bereits erläutert - berichten zu lassen. Bei der Info über diverse Stürze und drei lädierte Knie, meinte ich ein Dejavü-Erlebnis zu haben, erging es uns doch vor zwei Jahren auf der Alpentour ähnlich auf der ersten Etappe, mit der Folge, dass wir ab da etwas vorsichtiger unterwegs waren, was sicher nicht verkehrt ist. In dem Sinne wünsche ich den Jungs für morgen bei der Königsetappe Hals und Beinbruch. Wir werden sie in St. Gallenkirch zum 2. Frühstück erwarten und ich habe mir zumindest vorgenommen, die 500hm nach Gargellen gemeinsam mit den Jungs hochzukurbeln, bevor wir uns dann auf den langen Weg rund um den Berg nach Davos in Bewegung setzen.

Schlaft gut.

Kommentar

Wolfgang:

Kleiner Nachtrag am Rande: Aus den 500hm hochkurbeln wurde nix. Bin vielmehr mit Tommy mit dem Bus nach Gargellen gefahren, wo ich dann doch vorgezogen haben, meine neuen Bergschuhe für die morgige Tour mit Thomas und Uta auf dem Jakobshorn noch



Am Start der Europatreppe

etwas einzulaufen. Und wer kam mir auf dem Rückweg zum Bis entgegen: Na klar die Jungs noch nicht so ganz ahnend was noch auf den weiteren Höhenmetern zum Schlappiner Joch auf sie zukommen würde.

Tag 3. Schmerzen, Schweiß, Schlappiner Joch.

19.9.2010, Daniel

Tag 3, 18:30 Uhr. Wir sind gerade in Davos angekommen. Ich glaube, es gibt keinen, der sich nach heute nicht völlig fertig fühlt.

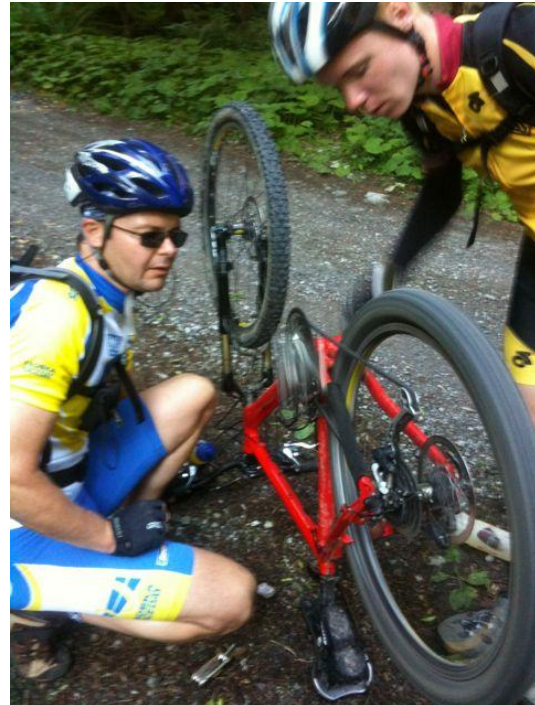
Fakts: der härteste Tag der Tour. 62 km. 2702 Höhenmeter. 3 Pässe. 6100 kcal. Topspeed downhill hatte heute wohl Michael mit 76km/h.

Unser Tag begann um 8 Uhr im österreichischen Dalaas. Nach einem fabulösen Frühstück frisch gestärkt führte uns die Route auf einer Strecke von 6 km direkt 600 Höhenmeter hoch auf den Kristbergsattel. Das Wetter war traumhaft, aber zum biken zu warm. Der Schweiß floss in Strömen. Nils hatte beim Anstieg etwas Probleme mit seiner Schaltung, aber nix, was Ralf nicht wieder gerichtet bekommen hätte.

Oben angekommen ein himmlisches Panorama. Direkter Blick auf Schruns und die umgebenden Alpen, teils mit Schnee bedeckt. Die Belohnung für die Plackerei bergauf war ein traumhafter Downhill runter ins Dorf. 11 km und knapp 1000 Höhenmeter vernichtet in weniger als 15 Minuten.

Von Schruns aus ging es weiter nach St. Gallenkirch, wo Wolfgang und Thomas mit einem Imbiss und einer Flasche alkoholfreien Weizen auf uns gewartet haben. Willkommene Rast vor der Plackerei, die nun vor uns lag. Ausgehend von knapp 800 m NN führte die Straße 6 km nach Gargellen auf knappe 1400 m NN. Kurzer Versorgungsstopp und Rast und dann lag es vor uns, das Schlappiner Joch.

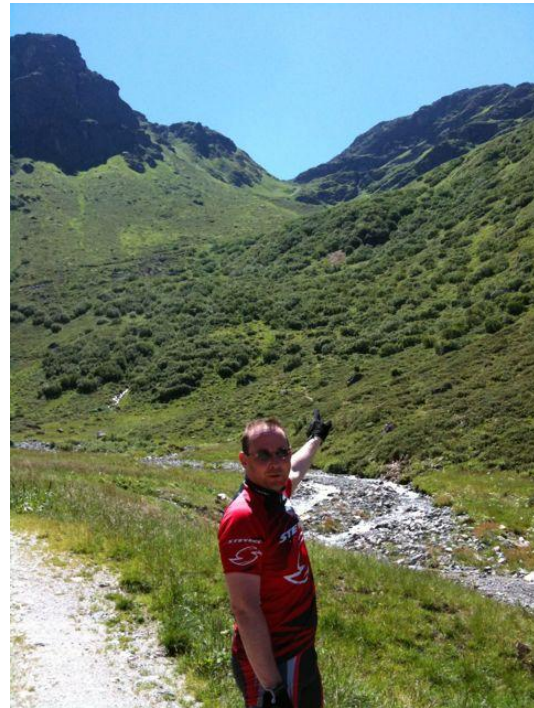
Inzwischen weiß ich, warum Ralf voller Andacht und Demut von dieser Passquerung gesprochen hat. Der erste Anstieg war teils fahrbar, teils musste schon geschoben werden. Der Fuß des Schlappiner Joches liegt auf ca. 1700 m NN, die Passquerung hat 2203 m. Was jetzt kam, darauf hat mich kein Training der Welt vorbereiten können. Trage-, Schiebe- und



Johann is drinking alcohol-free Beer! (at 11 o'clock)

Fluchpassagen. Aufwärts in einem Gelände, das den Österreichischem Marinekorps zur Ehre gereicht hätte. Nils hatte auf 1/3 der Strecke einen totalen Hungerast und hatte heute in Summe 9 Müsliriegel (viel Spaß auf Klo!) und diverse andere Schmankerl, um seinen Kalorienbedarf zu decken. Gemeinsam vereint haben wir dann den Gipfel erklommen, oben wartete schon die Gruppe auf uns. Willkommen in der Schweiz! Der Ausblick entschädigte auf jeden Fall für die Qualen.

Um unseren heutigen Arbeitstag perfekt zu machen, durften wir gefühlte 400 hm wieder bergab tragen und anschließend einen super Downhill runter nach Klosters (1100 m NN) genießen.



Schmerzen in der Vorschau. Da geht's gleich rauf



Schlappiner Joch geschafft: Der Ausblick als Belohnung.

In einer kleinen Bäckerei gab es Kaloriennachschub, um den letzten Pass für heute zu nehmen. Wolfgangpass (1632 m NN), zwischen Klosters und unserem Ziel Davos gelegen. Ich schweige mal besser zum Rest der Strecke, es war einfach nur Qual.

Nach 11 Stunden Fahrzeit am Ziel, hungrig, erschöpft, zerschlagen. Keine Unfälle heute, die Verletzten schlagen sich wacker.

Persönliches Fazit. Ich bin am Arsch. Keine Ahnung, wie ich mit Essen und Schlaf das heute Investierte an Schweiß und Kalorien wieder auffüllen soll. Wenigstens hält das Knie.

Update 22:00 Uhr: Nach einem köstlichen Biker-Abendessen bei Uta Lüdtkke (tausend Dank!) sind wir wieder im Hotel angekommen. Jetzt gibt's Schlaf. Seien Sie auch morgen wieder dabei, wenn wir den Scaletta-Pass erklimmen!

Kommentare

Viola

Mann o Mann, Dani, da bist du heute wohl über dich selbst hinaus gewachsen. Tolle Leistung!! Hab meinen Morgenlauf heute Dir gewidmet.

Apropos Defekt bei der Schaltung: Was sagt 'n XTR Fahrer zu dem Deore Fahrer am Berg?

...

"Lass krachen baby"

Na ja, soll ein Superwitz sein...

Alles Gute weiterhin.

Deine Mutter

Sören:

Ich beneide euch echt!!! Hab seit 2 Wochen meine Bude bei dem schönsten Wetter hier in München nur zum Einkaufen verlassen und fieber jetzt auf die nächste Klausur heute Nachmittag.

Tipp zur Hungerrast: Man kann da unten überall so kleine, längliche Nusstörtchen kaufen. Äußerst nahrhaft und der Geschmack entfaltet sich erst richtig, wenn man ein paar Stunden drauf gesessen hat.

Von wegen der Anblick entschädigt für die Strapazen! Schmerz ist Schwäche, die den Körper verlässt. Also genießt eure Stärkemehrung. Der Weg ist das Ziel.

Hab gehört, dass einer von euch nach einem Sturz in einem Baum gehangen hat. Mich würden die näheren Umstände, wie man sowas fertig bringt interessieren. Also ein bisschen "Action News"!

Fürt' euch!!

Daniel:

Ach Sören, dieselben Kommentare wie von Deinem Papa *lacht*. Nusstörtchen wären toll, wenn uns die Route mal an Nusstörtchenausgabestellen vorbeiführen würde!

Der Sturz von Stefan war, soweit ich das in Erinnerung habe, ein Eintauchen in eine Matschpfütze, das ganze Downhill und dann irgendein Hindernis hinter der Pfütze. Und schon ging es steil bergab, so steil, dass es auf direktem Weg nicht mehr hochging.

Dir ein paar schöne Tage in der Sonne, wir starten jetzt.

Tag 4, Davos nach Scoul

20.7.2010, Daniel

Gestern um 11 zu Bett und heute gegen 8 wach geworden. Draußen scheint die Sonne. Das Frühstück war großartig, viel Käse, leckere Brötchen, Cerealien und das obligatorische weichgekochte Ei. Ich habe mir 2 Brötchen geschmiert und eine Banane extra eingesteckt, um dem ewigen Müsli-Riegel-Verzehr entgegenzuwirken. Mein Körper schickt mich wegen all der Riegel schon in Stundenabständen aufs Klo :)

Heute geht es von Davos (1550 m NN) hoch zum Scalettapass (2600 m NN) und damit zum höchsten Punkt unserer Tour. Die Taschen sind gepackt, es kann losgehen. (naja, vielleicht geh ich noch einmal auf die Toilette :))

Ich bin gespannt, was der heutige Tag mir so bringt und wie ich mich fühle nach dem gestrigen Tag. Auf geht's!

Update 18:00. Scoul. Hotel Quellenhof, geile Lage, uralte Bude, 4te Etage, 1 Dusche, ein Klo, auf dem Flur. Unsere Räder stehen im Speisesaal, in dem die letzten 300 Jahre geraucht wurde und die nächsten 300 Jahre wohl auch geraucht werden wird. Essen werden wir hier ganz sicher nicht.

Fakts: 71,6 km, 1214 Höhenmeter, 1 Pass, Topspeed 66,6 km/h (Ralf). Knapp 4000 kcal.

Die Tour. Start um 10 im malerischen Davos (1550 m NN) bei strahlend blauen Himmel und ca. 25 Grad. Langer, langer Anstieg auf Asphalt 15,6 km bis Dürrboden (2000 m NN). Dort gab es die erste Rast des Tages, leckeres Eis und Coke. Nicht zu vergessen Mathias, der sich für sagenhafte 5 Franken 0,5l Mineralwasser erworben hat und von der Bedienung auf seine Beschwerde über den Preis auf den nebenan fließenden Bach hingewiesen wurde.



Alpencross 2010 auf dem höchsten Punkt der Reise.

Anstieg zum Scalettapass. Von 2000 auf 2611 Höhenmeter in 4,5 km. Der Anfang fahrbar, danach schieben. Auf Geröll, durch Eis (!) und an Bergbächen vorbei. Traumhafte Kulisse, langsames Klettern und immer wieder ein Schnack mit vorbeikommenden Wanderern. Nicht die Hälfte der Schinderei von gestern.

Oben. Atemberaubend. Blauer Himmel, Postkartenpanorama. Lange Pause, sonnen, Sachen trocknen. Ich habe mir die Zeit genommen, kleine Kurzinterviews mit den Fahrern zu führen, diese erscheinen separat in einem extra Blogpost.

Waydown. Angeblich sollte da eine der schönsten Downhills der gesamten Alpen vor uns liegen (sagt die Bikerbravo). Die ersten 350 hm sind fahrbar, wenn man regelmäßig Weltcups im Downhill besucht, keine Nerven hat, aus Finnland kommt oder Nils und Michael heißt. Unten am Fuße kurzes Sammeln und Verluste erfassen. Henri ist einmal leicht gestürzt und hat seinen Radcomputer dem Berg geopfert. Ich habe meinen Trinkrucksackverschluss beim Refill verloren. Naja, es könnte schlimmer sein.

Weiter. Links und rechts immer am Bach entlang, endloses Downhillparadies mit Gier in den Augen und einem Grinsen im Gesicht wie die Katze aus "Alice im Wunderland". Kilometer Schotterpiste führen runter ins Tal. Der Sturz des Tages ließ nicht lang auf sich warten, auf der Hälfte der Strecke habe ich mich einmal lang hingelegt, zu steil in eine Schotterkurve, Vorderrad taucht weg, ich steig ab. Bein und Arm haben eine schöne Asphaltflechte, aber nix, was bis zur Hochzeit nicht wieder verheilt. Ralf hat sofort unser Erste Hilfe Pack zur Hand, reinigt, desinfiziert und Spray drauf getan.

Unten im Tal gib es keinen, der nicht grinst. 40 km bis Scoul. Auf der Straße. Michael will Trail fahren. Leider gibt's nur Bundesstraße. Nach 10 km fahren wir durch Zernez und füllen den Kohlehydratpegel wieder auf.

Die kommenden 30 km nach Scoul auf der Straße. Schon wieder so ein "niemals wieder vergessen" Erlebnis. Stefan, Nils, Michael und ich, 40 Minuten in einer Windschattenkette runter nach Scoul. Schon wieder downhill, schon wieder Gier in den Augen und ein wunderbares Gruppengefühl, mit den anderen 3 anzukommen.



Landschaft und Fahrrad.



Kommentare

Lisa:

Hallo, ihr Alpentourer!

Da habt ihr ja wieder abenteuerliche Ausflüge erlebt, wir sind fast (aber auch nur fast) neidisch auf euch.

Dafür haben wir heute Bellagio besichtigt. Zur Info: die Stadt ist für sein Glas, seine Schuhe, die Seide und das Leder bekannt. Und nun die große Frage – womit kamen die meisten zurück? Mit Taschen. Also Leder. Und Brigitte hat sich ganz und gar ausgestattet. Nur das Glas und die Schuhe hätten gefehlt. Ralf muss wohl erst mal am Hungertuch nagen bei DEN Preisen. Die billigsten Flip-Flops (welche, die ich in einem Budni ähnlichen Laden für 3€ – zuhause – gekauft habe) kosteten hier 22€. Nach oben war natürlich kein Limit gesetzt. Ist halt Italien.

Am Freitag werden die Kreditkarten wieder zum Glühen gebracht, da gibt's hier nämlich einen Wochenmarkt.

Eben waren wir noch ganz klischee-mäßig italienisch essen – in einer leckeren Pizzeria. Ich musste natürlich meinem Namen treu bleiben und die Pizza Lisa bestellen.

Gut. Jetzt ist es 22:00 Uhr. Die Mädels und ich werden gleich in den Pool springen und danach vielleicht noch eine Runde Steppen (naja, mal sehen). Die Seniorinnen (der Name kam übrigens von Brigitte, nicht von mir! Daggi nennt sie selbst immer, wie von irgendwo gelesen, die Frauen des 3. Alters) haben sich grade ein Eis geholt und werden sich gleich mit dem Wein begießen.

Apropos Schwimmen gehen – vermissen Ralf und Nils nicht etwas, fragt Brigitte!?

Zum Abschluss müssen wir euch noch sagen, dass wir euch gaaaaaaanz doll vermissen, deswegen gehen wir auch Frustshoppen!

Viel Spaß auf eurer Tour morgen, haltet uns auf dem Laufenden, wer als Nächster im Baum hängt!

Daniel:

Hey Lisa, danke für deine Nachricht. Ralf hat heute Morgen direkt die Kreditkarte sperren lassen.

Michael:

Da am Anfang des Blogs doch so detailliert auf Nahrungsaufnahme und Verdauung eingegangen wird, will ich kurz meine Erfahrungen schildern: Aufgrund des doch sehr hohen Anstrengungspegels ist die Nahrungsaufnahme während des Tages begrenzt, denn die Kraft wird nicht für Verdauung benötigt, sondern für Höhenmeter. Interessant fand ich jedoch, dass alles was ich an fester Nahrung oben rein gegeben habe, restlos irgendwo in den Körper gewandert ist und somit der Gang zur Toilette völlig überflüssig war.

Interview Time

20.7.2010, Daniel

It is day four and time for a short personal interview with both our boys on bike and the ground crew:

13 o'clock, Scalettapass:

Ralf.

“Wie geht's?”

“Insgesamt gut. Aber 2 dicke Fersen”
“Dein persönliches Highlight bisher?”
“Das schönste Stück kommt gleich.”

Henri:

“Henri, how are you?”
“I’m feeling quite good, some little pain on the leg and my butt.”
“What was your personal favorite until now?”
“Last day crossing the “Schlappiner Joch”, hard, dangerous, always on the edge but – all together – nice.”
“Some greetings for your friends and your Family?”
“Näitä maisemia ei voi ottaa kameralla mukaan, pitää tulla itse kokemaan ja näkemään... Kotiin terveisiä, kaikki on sujunut hyvin ;)”

Johan:

“hey Johan, how are you, how you feeling?”
“After a difficult start down from Davos up to Dürrboden it was really hard for me, but after our stop there I’m starting to feel very well.”
“So, looking back the days, what where your personal highlights?”
“I really liked the part climbing to the Freiburger Hütte....being overtaken by E-Bikes was à great laugh”
“Do you like to give some greetings for your loved one at home?”
“Riitta, Daniel ja Emile Korkeimmalla huipulla ollaan. Kaikki hyvin tahan asti Cube on toiminut loistavasti.”

Mathias:

“Na Mathias, wie geht’s?”
” Geht gut, Hintern schmerzt, Beine sind verbrannt, Sonne habe ich echt unterschätzt. Aber dafür habe ich gut geschlafen.*lacht*”
“Was war am schwersten für Dich bisher?”
“Am Schlappiner Joch tragen und schieben war für mich schon sehr anstrengend”
“Gedanken ans Durchkommen?”
“Alles super, solange das Fahrrad hält!”

Nils:

“Na Nils, wie gehts?”
“Spitze, ich habe mir grade das gelbes Trikot zurückerobert!”
“Was war für Dich am schlimmsten?”
“Stefan hat sich verfahren und die Gruppe mitgezogen *lacht laut* (Anmerkung der Redaktion: diese Episode haben wir bisher aus internen Gründen nicht verbloggt)
“Und, kommst Du ins Ziel?”
“Ich habe keine Zweifel am durchhalten, solange die Power Bars anhalten.”

Michael:

“Na, wie stehen die Dinge?”
“Alles okay, trotz des harten Tages gestern.”
Dein persönliches Highlight bis jetzt?”
“Ich zwinge mich zu genießen, die Landschaft anzuschauen und es als Erlebnis mitzunehmen. Die Gruppe harmoniert gut, Downhills machen Spaß!”

Stefan.

“Hey Stefan, wie geht’s?”

“Ziemlich kaputt und beschissen. 2 kaputte Knie, 2 Füße mit Blasen, dazu schlechtes Schuhwerk.”

Anmerkung der Redaktion. Stefan ist in ähnlicher Verfassung wie sein Bike. :)

“Highlight der Tour ist das Begleitfahrzeug mit dem direkten Biersupport bei der Ankunft! Außerdem bin ich heute das erste Mal ohne Unterhose gefahren und muss gestehen, dass sich das echt toll anfühlt!”

Thomas, im Begleitfahrzeug

“Hey Thomas, wird euch nicht die Zeit zu lang da auf unseren fahrenden Biervorräten?”

“Nein, wir vertun uns super. Zum einen ist die Anreise von Abfahrt zur Ankunft schon das eine oder andere Mal eine Tortur, ansonsten waren wir heute mit der Gondel auf dem Jakobshorn und waren bergwandern. Außerdem müssen ja die Vorräte immer wieder aufgefrischt werden, der Verbrauch an alkoholfreiem Bier ist immens”

“Geben euch die Jungs auch oft genug das Gefühl, das Eure Arbeit wichtig ist?”

“Lautes Hallo bei der Ankunft (wegen des (alkoholfreien) Biers und der Taschen!)”

“Habt ihr die nächsten Tage noch was vor, auf das ihr Euch freut?”

“Das Wetter soll so anhalten wie bisher, und die Jungs sollen heile ins Ziel kommen!”

Wolfgang, halb sportlich aktiv und natürlich im Begleitfahrzeug

“Wie geht’s Dir? Ihr wart ja heute wandern”

“Super, alles Toll. Der Kopf schmerzt ein wenig von der Sonne und dem Hut. Aber – die neuen Bergschuhe sind toll und die Füße fühlen sich toll an”

“Bist Du ein wenig traurig, nicht mitfahren zu können?”

“Teils teils. Eigentlich nicht. Wir haben uns bisher gut in der Zeit vertan und morgen fahre ich ja auch eine Etappe mit!”

“Berühmte letzte Worte vor der Tour morgen?”

“wir werden das Kind schon schieben.”

Da fehlt nur noch Ich:

“Hey Daniel. Tag 4, Halbzeit, was machen die Wehwehchen?”

“Dafür, das ich gestern Abend nur noch sterben wollte, geht es mir heut Abend echt blendend. Ich glaube, ich hatte, trotz des Sturzes, heute mein persönliches Hoch”

“Genau, der Sturz. Wie ist es passiert?”

“es ging bergab, leichte Rechtskurve, Schotter in der Außenkurve und weg war das Vorderrad. Ich bin zum Glück direkt flach abgetaucht und habe mir nur den rechten Unterarm und das rechte vordere Schienbein leicht abgeschürft. Nix, was bis zur Hochzeit nicht verheilt!”

“Hochzeit? Sollten wir davon wissen?”

“Nicht in den kommenden 4 Tagen. *lacht*”

Tag 5, Erholungstag. Von Scoul nach Sta. Maria

21.7.2010, Daniel

9:30 Uhr am Tag 5. Heute geht es gemächlich zur Sache. 1100 Höhenmeter, 1 Pass, 33 km. Nach den letzten 3 fordernden Tagen werde wir uns heute (und morgen) aktiv erholen.

Start ist um 10 ab Scoul, heute sind wir einer mehr, Wolfgang ist dabei. Ziel ist Sta. Maria, wo ein tolles Hotel, Halbpension und viel viel Erholung auf uns warten. Bis heute abend!

Update 18:30 Uhr.

Wir sind bereits kurz nach 3 in Sta. Maria angekommen. Ich habe bis eben geschlafen, was dringend nötig war. 2 Schnarcher in einem Raum halten sich fast die ganze Nacht wach...

Facts: 36,3 km, 1136 Hm, 2300 kcal, Topspeed der Tour 76,9 (Nils), 1 Pass fahrbar(!!) 2,52 hr auf dem Rad, 2,04 hr Pause.

Von Anfang an: heute morgen stand ein Besuch vom Bike-Laden in Scoul an, die Räder von Johan, Michael und Stefan mussten an einigen Stellen repariert werden. Naja, für Stefans Bike wurde die Notschlachtung empfohlen :)

Mit einer Viertelstunde Verspätung ging es rein ins Tal respektive rauf auf den Berg. Die üblichen 10 Prozent Steigung auf Asphalt ging es hoch in Richtung S-Charl. Ausgehend von 1400 m NN rauf auf 1800 m NN, wo ein Eis und eine Cola auf uns gewartet hat. Mathias hat sich völlig Kalorienbewusst eine Coke Zero bestellt :)

Weiter hoch zum Pass da Costainas (2250 m NN) war es, für mich zumindest, sehr hart. Der Körper schmerzt, der Geist treibt weiter, der Blick wird fokusartig zu einer Art Tunnelblick. Kopf unten, treten treten treten und den Rhythmus finden. In diesem Zustand bin ich dann auch direkt in einen Sperrdraht über die Strasse gefahren. Nix passiert, aber dafür wieder hellwach.

Oben auf dem Pass gab es eine ausgiebige Pause, gesäumt von Kühen.

Der Trail runter war echt toll und hat, zumindest streckenweise für die Anstrengung entschädigt.

Hotel in Sta. Maria ist ganz okay, mal sehen was das Abendessen so bietet.

Persönliches Fazit: heut ging es echt schwer. Für mich hat es sich heute schlimmer angefühlt als am Tag 3. Körperlich am Ende und nur mit dem Wunsch angekommen, direkt schlafen.

Kommentare

Rose-Marie Bjorkenheim:

Hello all tough guys! The Bjorkenheim family is every day reading your blogs, – nice pictures really. We hope that it is more downhill for the last days,- anyway, when you look at the globe it should be so?

Greatings to Daddy-Johann from Daniel and Mummy



Blick aus dem Fenster in Scoul.



Johan dealing his core business, cow Management

Lisa:

Ja, da bin ich wieder. Ich werde hier langsam zum Schreiber der Nation. Vielleicht sollte ich doch Journalismus studieren.

Heute ist aus unserer Sicht eigentlich nichts Spektakuläres zu berichten.

Doch, heute war unser Sporttag. Zumindest für einige.

Anne und Brigitte haben sich morgens um 7 Uhr aufgequält, um in der noch erträglichen Hitze laufen zu gehen.

Nach dem langen Liegen am Strand, wo Brigitte erfolgreich auf offener See von der Luftmatratze gekentert ist (eigentlich hat sie mir ja verboten, schon wieder was über sie zu schreiben), haben Emmy und ich meinen Computer angeschmissen, die Fitness Musik aufgedreht und eine Stunde lang (ehrlich wahr) Step Aerobic gemacht (gestern kamen wir nicht mehr dazu...). Und ich muss erwähnen, dass Kim und Merle im Pool Bahnen geschwommen sind und eine Art Aqua Fitness gemacht haben (?). Ich weiß nicht genau, was die zwei da veranstaltet haben, aber sie sahen danach nicht so ausgepowert aus wie Emmy und ich.

So, den obersten Teil hatte ich gespeichert, der Rest ist jetzt leider weg, weil das Internet gepackt hat. Naja, ich schreib das nicht noch mal. Es bestand eh nur aus dem Berichten von unserem Sport im See. Und was mit Löwen. Aber egal
Wir spielen jetzt Activity. Bis dann!

Marjo Karhu:

Greatings from Finland to all you, and mostly to Henri.

We are with you on our mind.

Oikein turvallisja nousuja ja laskuja!

Wolfgang:

Kleines Fazit von meiner Seite:

Ich bin sehr froh dabei gewesen zu sein. Lief auch ganz gut. Auf den ersten 10 km bis C-arl war ich vorne mit dabei. Nach der Cola und Eispause ging es bis 200hm unter dem Pass auch noch ganz gut und ohne Schieben. Die letzten 200hm bis zum Pass ging mir dann doch deutlich die Kraft aus, und ich bin dann doch ab und an vom Rad. Man merkt doch das ich einiges mehr an Gewicht nach oben transportieren muss, was sich dann auch in mehr verbrauchten Kalorien widerspiegelt, immerhin 3700 bei mir. Bei der Abfahrt hat sich das dann wieder ausgezahlt: Hatte am Ende ganze 0,09km niedrigeren Topspeed als Nils. Lange Rede kurzer Sinn: Bin morgen wieder dabei. Tut mir Leid, Thomas.

Daniel:

Hey Lisa, du kannst nix für deine Probleme mit dem Internet, das hast du von deinem alten Herrn geerbt. Wenn das so weitergeht, wirst du bestimmt in 2 Jahren auch anfangen zu schnarchen.

Danke für den Erlebnisbericht, wir haben ihn gerade beim Frühstück unter lautem Gelächter verlesen.

Warten aufs Essen

21.7.2010, Nils

So endlich sind wir am Hotel angekommen. Jetzt übernehme ich (Nils) den Blog, da unser Chefblogger im Koma liegt und Wolfgang leichte technische Schwierigkeiten hat.

Wir sitzen versammelt vor dem Hotel – nein, nicht versammelt, wo sind eigentlich die Finnen?!?

Mathias schreibt konzentriert SMS, Ralf schlürft nachdenklich Kaffee, Michael schreibt Tagebuch und Stefan entdeckt neue Welten auf Wolfgangs iPhone.

Fürs Essen ist Steak und Pommes geplant. Mal sehen was der verschwitzte italienische Koch so schönes für uns zaubert...

Kommentar

Wolfgang:

Das Essen war super. Echt was für hungrige Biker. Erst reichlich Suppe, dann Salat, zu Schweinesteak mit Pfeffer und Pommes gab es zusätzlich noch reichlich Nudeln. Und zum guten Schluss auch noch ein Pudding.

Den Abend haben wir dann noch ganz schön "prollig" vorm Bus sitzend und unsere Kühlbox plündern ausklingen lassen und zwar direkt vorm Hotel an der Straße.

Tag 6. Downhillers Paradise. Von Sta Maria nach Livignio

22.7.2010, Daniel

Guten Morgen, liebe Blogleser!

Es ist um 9, wir sitzen im fantastischen Alpenpanorama (schon wieder) beim Frühstück (schon wieder) im blauesten Himmel und Sonnenschein (immer noch).

Heute führt uns die Route an unserem 2ten "Ruhetag" von Sta.Maria über 2 Pässe mit 1300 hm und knapp 40 km rüber nach Italien zu unserem Zielort Livignio.

Update 18:30 Uhr.

Holy Batman, das heute war einfach nur "downhillers paradise" Atemberaubende Abfahrten, meist dicht am Abgrund / Fluss / Schotterpiste / Wehe-wenn-Du-Abstürzt, adrenalinfördernd und alles wieder gut machend, wofür wir bergauf gelitten haben.



Frühstück in Sta Maria

Von Anfang an. Die Fakts des Tages. 43 km, 1300 hm, 3200 Kcal, Nils und Mathias reihen sich in die Reihen der Leute mit Asphaltflechte ein. Nix ernsthaftes, nur Abschürfungen. Verluste: keine. Ein Tag zum immer wieder – durchleben.



Start war PUNKT 10 Uhr in Sta. Maria val Muenstaire. Direkt rein in die erste in Schotter und Waldweg gegrabene Schweinerei, so steil, das viele schieben mussten. Der Aufstieg ging auf den Pass da Cantatino auf 2300 m NN *keuch*

An dieser Stelle mal ganz dicken Respekt an Michael, der (fast) alles, was fahrbar ist, auch fährt.

Oben am Pass gab´s eine “Wunschstunde mit der Fee”. Dazu in einem seperaten Post mehr. Als nächstes ging es den “Valmora-Trail” runter. Ich habe immer noch Gänsehaut, wenn ich daran zurückdenke. Trailsurfen per excellence, stetig und immer wieder down down down.

Unten angekommen am Lago di s. Giacomo gab es eine lange, ausgedehnte Mittagspause. Die nächste in Serpentina gegessene Schweinerei ließ nicht lange auf sich warten. Schweineanstieg zum Passo di Freale auf 2300 m NN. Und schon wieder – Traumtrail den Weg runter zum Lago Livigno, schon wieder Gänsehaut, Grinsen im Gesicht festgefressen, Bremsen am Heiß laufen und Genuss im Quadrat. Das hat alles, alles wieder gut gemacht, wofür man hoch zu gekämpft hat.



Angekommen in Livigno. Tolle Unterkunft. Shopping ist hier soooooo billig, man glaubt es kaum. Mathias hat direkt eine Flasche Jack Daniels in den Transporter wandern lassen: Bei ca. 10 Euro oder so für den Liter muss man nicht lang nachdenken. Italien ist ein bisschen komisch. Für die Benutzung eines Internetzugangs muss man hier seinen Personalausweis vorlegen.



So, gleich gibt´s Abendessen. Wir freuen uns wie immer über Eure Comments!.

Persönliches Fazit. Gestern halb tot, 11 Stunden geschlafen, gegessen. Heute zu keinem Zeitpunkt mehr als 150 Puls, die Beine sind toll, der Hintern – naja. Gestern 1-2 mal der Gedanke, einen Tag Pause im Bulli einzulegen, heute ist die Welt wieder in Ordnung. Mein Körper spielt YoYo mit mir, noch 2 Tage bis an den Comer See!

Kommentare:

Lisa:

Ein Hallo an die Hochleistungssportler!

Für uns wird es jedes Mal schwieriger, über unseren Tag zu berichten. Wir erleben gar nicht mehr soo was Großes.

Ich mache auch mal ein Interview mit den Frauen hier, wie sie zu eurer Tour stehen.

Anne: Na, lass sie noch mal ´ne Woche fahren...

Kim: ... dann können wir Mädels die Wohnung behalten!

Daggi: Aber nur nach Entsperrung der Kreditkarten!

Brigitte: (sagt lieber gar nichts mehr, hat schon genug Blödsinn gemacht)

Ingrid: Ääh...

Kim und Emmy: Wir wollen auch so einen großen Nutella-Eimer!!

Dana: Papa, kuschel lieber mit mir, anstatt mit den Bäumen / dem Asphalt.

Das waren die großartigen Kommentare in der lustigen Runde hier!

Übrigens, falls euch das Ergebnis des 2. Kubb-Spiels interessiert – wir haben gewonnen!
Und das Activity auch!

Papa, du hättest Mama bei der Klapperschlangen-Pantomime sehen müssen oder wie sie versucht hat, einen Elefanten zu malen! (Wir dachten alle, es wäre eine Katze... mit einer langen Zunge)

Aber beide Begriffe wurden meisterhaft erraten! Nicht wie Brigittes Scheuermilch als Pantomime, dem gemalten Orientteppich oder Daggis dargestellter Sehenswürdigkeit.

So. Noch einmal die Highlights des Tages, auch in Interview-Form:

Anne: Das Nachmittagsschläfchen.

Dana: Das Zitronenbaiser! Leeeecker...

Kim: Mein verknackster Nacken (haha).

Brigitte: Mädels, die ohne zu Murren den Küchendienst übernehmen (jaa!).

Ingrid: Ääh, ääh... Unser Gewinn im Kubb-Spiel (der angeblich gleich passieren wird).

Daggi: Der Cappuccino an der Strandpromenade. Und die morgendlichen Runden im Pool ("Ja, Stefan, das hab ich wirklich gemacht!").

Ich: Die abendlichen Runden im Pool, wenn es schon dunkel ist und der "Pool-Service" uns rauschmeißen will.

Und nun, Fazit des Tages:

Die Downhills zum Strand werden immer besser, wenn nur die Tragepassagen (der Luftmatratzen) nicht wären.

Brigitte wünscht sich für morgen einen Tag auf der Luftmatratze, die nicht schlapp wird.

Übrigens, unsere ach so geliebten und vergötterten Mütter (und Brigitte) geben uns gleich ein Eis aus.

Brigitte hat immer gut reden, wenn die Mütter sich über ihre Kinder beschweren. Sie soll erst mal warten, wenn Nils da ist (sorry, Nils ;)).

Tschüss und viel Spaß morgen!

Nils:

Das hört sich ja ziemlich gechillt an!! Bei uns ist es alles andere als entspannt! Alles nass und kalt und ich und Papa haben nur ein Decke für heute nacht – ZU ZWEIT!!!

Ich hab da was von schlapper Luftmatratze gelesen!! Das ist MEINE!!!!

PS: naa Mama, hast Du schon mit dem Surfboard die fetten Wellen vom Comer See gecrashed?

Fairy Tales

22.7.2010, Daniel

It is 12 o'clock, we are on day 6, on 2300m above zero and laying in the grass at the Pass da Cantatino.

Question: If you would have one wish right now, what would it be?

Mathias: 1 Cheeseburger!

Michael: Whirlpool, please!

Nils: My Bed.

Johan: Cidre with piece of Ice



Henri: sommarsby

Stefan: happy, don't need anything

Ralf: Sören is missing right here ,)

Wolfgang: Please let this day end soon.

Daniel: a massage on very sensitive parts of my body.

Tag 7. Von Livignio nach Poschavio

23.7.2010, Daniel

Gestartet in Livignio, schon um 9. Heute geht es nach Poschiavo in der Schweiz. Der Track führte uns auf einem Trail parallel zur Straße. Anstrengend, aber schön.

Schon nach einer Stunde gab es die ersten Regentropfen, was sich innerhalb der nächsten Stunde zu einem waschechten Regenguss steigerte. Bei 10 Grad Außentemperatur, strömenden Regen und einem holperigen Trail war das einzige Ziel, was erreichbar und trocken war, der Passo Forcola auf 2350 m.

Bis auf die Knochen nass, das Wasser in den Augen, vor Dir der Berg... Das war eine echte Erfahrung.

Dieses Gefühl, wenn Du eigentlich tief in Gedanken versunken, trittst und die Welt um Dich herum



schrumpft zusammen auf Atmen, Treten und einfach nur Ankommen. Auf einmal schießt Dir ein Lied durch den Kopf und die Welt wird klar und deutlich und Dein Blick wird weit. Auf einmal nimmst Du alles um Dich herum wahr. Wolken. Regen. Deinen Atem. Das Klickern Deines Rades. Die Geräusche vom Regen, der die Strasse herunter strömt. Und dann ist er da, dieser kleiner, perfekte Moment, in dem einfach alles gut ist.

Diese Momente dauern nie lange, aber Du grinst noch 1 Stunde später, wenn Du Dich daran zurück erinnerst. Für mich war es heute, mitten im 10 Grad kalten Regen kurz vor dem Pass, genau dieses Gefühl.

Inzwischen sitzen wir schon 2 Stunden auf dem Pass. Der Plan, den Rest der Route zu fahren, haben wir verworfen. Wir wollen einfach nur noch ins Tal zum Hotel. Wir wärmen uns grade in der Gaststube auf, essen Mittag und warten darauf, dass das Wetter besser wird, um ins Tal zu kommen.

Ich freue mich einfach nur auf das Hotelzimmer und eine warme Dusche.

Update 16:00 Uhr. Im Hotel angekommen. Pitschnass. Wenigstens hat das viele Wasser die Räder vom Dreck der letzten Tage freigespült.

Wie wir morgen über den Pass kommen wollen, wenn das Wetter so bleibt, ist mir ein Rätsel. Der geneigte Blogleser möge seine besten Wetterwünsche in Richtung schweizerisch-italienischer Grenze schicken, morgen können wir das echt gut brauchen!

Update 18:00 Uhr. Ein paar Sachen, die noch unerwähnt blieben.

Die Fakts. 36 km (geplant waren 50), max Speed 82 km/h (Michael), 632 hm (von 1000 geplanten) und knapp 2000 kcal.

Die Servicecrew im Bus heute hat unglaublich gut antizipiert. Wir waren gerade pitschnass auf dem Pass angekommen, da tauchen aus dem Nichts Thomas und Wolfgang auf, mit einem Bus voller trockener Klamotten. Perfekt Männer! Das war Timing!

Die Entscheidung, die Tour für heute an der Stelle abzubrechen und ins Hotel zu fahren, empfinde ich als absolut richtig. Wir wollen morgen alle zusammen gesund und munter am Comer See ankommen!

Update 20:00 Uhr. Das Abendessen war landestypisch, schwamm im Butter und war superlecker. Die richtige Grundlage, um morgen ins Ziel zu kommen.

Wenn man sich den Wetterbericht von heute anschaut, hat es wohl im Süden der Schweiz heftig was an Gewitter gegeben heute.

PS: Das Lied, das ich heute im Kopf hatte, den Pass hinauf.

http://www.youtube.com/watch?v=BhuZaPckto8&feature=youtube_gdata (Hungriges Herz)

Kommentare

Lisa:

Die Zahnfee hat uns besucht!

Die kleine Kimi hat nun bald auch endlich ihre Milchzähne raus. Einer fehlt noch.

Aber die böse Zahnfee hat statt toller Geschenke nur ein paar Weintrauben gebracht. Was soll man damit nur anfangen? Gesund – bääh!

Heute war aber auch bei uns etwas mehr los.

Wir dachten, wir machen uns einen schönen Marktbummel in Colico, aber nix da! Eingeleitet wurde das Gewitter allerdings schon bei uns in Domaso. Urplötzlich blitzte es hell auf und ein

Donnerknall trieb sein Unwesen, geräuschlich klang es wie von direkt neben uns. Aber es blieb trocken.

Dann in Colico haben wir uns nach dem Einkaufen erst mal ein Eis gegönnt in einer Gelateria. Währenddessen fing das Unwetter an. Da unsere Fähre sowieso erst zwei Stunden später fahren würde, dachten wir uns munter, die Zeit einfach im Eiscafé zu überbrücken. Irgendwann wurde es aber langweilig und wir sind in die nächste Pizzeria für einen kleinen Mittagssnack geflüchtet. Der Regen würde schon mit der Zeit aufhören... Als dann aber unsere Fähre rief, mussten wir raus. Mit Rücksicht auf unsere tollen Schuhe, haben wir den Weg zum Fähranleger barfuß zurückgelegt. 8 sek. auf 100m! (Oder waren es 10m?) Dort wurden wir erst mal ein wenig schräg angeguckt und unsere Mütter planten einen Angriff auf die doofe Stöckelfrau hinter'm Ticketschalter ("Bulldogge", "Drossel", "doofe Kuh" – ratet, wer's gesagt hat). Das Wasser war doch bestimmt schön kalt. Aber daraus wurde natürlich nichts.

Im Boot angelangt war auch noch die Klimaanlage auf die höchste Stufe gestellt. Schön! Aber Daggi hat unten das Warme entdeckt. So waren wir dann "im Souterrain des Tragflächenbootes und konnten der Gi(s)cht ins Auge blicken".

Zu erwähnen sind auch noch die Fahrrad-/Autofahrer, die uns munter "Ciao!" zugerufen oder gehupt haben (ich erwähne aber nicht gewisse Kommentare).

Außerdem haben Kim, Emmy und ich uns im Perlentauchen versucht. Was musste Merle auch mitten im Pool ihr Armband reißen?

Interview-Time!

Brigitte: Ruhepuls wie ein Leguan.

Ingrid: Ääh, oh nee, ääh... es wird mir bewusst, dass heute die letzte schnarchfreie Nacht ist!

Daggi: Ääh... (hahaha) ... "A propos Regen, Stefan, unser Auto steht in der Tiefgarage. Erinnerst du dich, wie die Autos in Calpe aussahen?"

Dana: (hatte uns einen Roman zum Aufschreiben gesagt, woran sich jetzt keiner mehr erinnert)

Anne: Ääh... Mathias, sag uns drei Stunden vor Ankunft Bescheid, damit wir die Wohnung wieder herrichten können. Übrigens, Fußmatten im Auto ausschütteln musst du verschieben, die sind morgen noch nicht trocken (siehe Daggis Kommentar...).

Emmy: Ich freue mich, dass Papa kommt, aber eigentlich war es mit den Mädels auch ganz nett...

Merle: Eine Mädels-WG ist schon was Schönes!

Kommentar des Schreibers: Was mach ich denn morgen Abend, wenn ich nichts mehr zu kommentieren habe?!

Kim: (trauert ihrem Zahn hinterher, während sie ganz gegensätzlich dazu ihr "I love my beer" – T-Shirt trägt) – Ich lege meinen Zahn heute Nacht unter's Kopfkissen, damit die Zahnfee (männlich, muskulös, braungebrannt, reich) kommt.

Mütter: Wir ziehen uns auch einen Zahn aus!!!

Kim: Legt doch einfach euer Gebiss unter's Kopfkissen!

2. Kommentar des Schreibers: Und die sind alle nüchtern...

Zum Abschied noch einmal Brigittes Wort: Schön, dass uns immer wieder was einfällt!

Wolfgang:

Ich kann Mama beruhigen, es wird noch schlimmer. Neben dem Schnarchen kommt auch noch ein kräftiger Husten dazu. Daniel fürchtet sich schon vor der kommenden Nacht.

Rainer:

Haut rein Jungs,
viele Grüße an alle, besonders an Nils und Ralf.

Schaue fast täglich rein.

Bei uns geht es gemütlicher zu – siehe <http://www.nakultouren.jimdo.com> und <http://www.kelder.de>

Bis bald
Rainer

Tag 8. Letzte Ausfahrt Comer See

24.7.2010, Daniel

Es ist 6:30. Ich liege ausgeschlafen im Bett (ein Wunder, Wolfgangs Schnarch- und Hustorgie überlebt!), das Gewitter ist abgezogen, draußen toller blauer Himmel.

Frühstück um 7 (eine Erfindung von Ralf) und dann geht's um 8 los zu den letzten 100 km an den Comer See!

Update 8.45 Uhr (Wolfgang):

Die Jungs sind jetzt seit gut einer halben Stunde unterwegs und trotz empfindlicher Kühle und starkem Wind fließen sicher bereits wieder die ersten Schweißtropfen. Auch die Service-Crew hat seine Sachen gepackt und fährt dann mal mit dem Bus um den Berg. Apropos Bus: Der läuft motormäßig super die Serpentinauf- und abwärts und das nervige Radkastengeräusch bei Geschwindigkeiten über 130km/h haben wir - warum wohl - nicht mehr gehört. An dieser Stelle schon mal einen schönen Gruß an Wolfgang Francke: Der Bus ist auf jeden Fall für einen Garantieservice fällig, denn auch die Stahlfeder im Hintern auf dem Fahrersitz ist nicht wirklich angenehm.

So wir machen und jetzt auf zum vereinbarten Treffpunkt, wo ich dann für die letzte Ausfahrt mit einsteigen werde. Schließlich geht das ja gar nicht, ein Finisher-Shirt einsacken und mit dem Auto einfahren. Wir freuen uns schon auf unsere Familien und hoffen auf viele Kommentare aus der Heimat, schließlich haben so durchschnittlich 200 Leser unsere Tour verfolgt, die nun heute zu Ende geht.

Update 20 Uhr.

Wir sind da. Über den Routenverlauf äußere ich mich später ;)

Update 26.07.2010, 1003 km weiter nördlich, 2 Tage später. Ich habe mir mit Absicht etwas Zeit gelassen, um den Bericht fertig zu schreiben. Mit einer Tasse Kaffee, 2 Tagen Abstand und vernünftigem Internet-Zugang wird der Bericht bestimmt etwas objektiver.

Um die heutige Route irgendwie greifbar zu machen, gibt's ein Bild des "Passes der Überquerung" aus Google Earth:



Start kurz nach acht. Es war frisch, aber wenigstens schien die Sonne und es war trocken. Nach knapp 150m Fahrt ging es rechts auf den Berg. 1500 Höhenmeter liegen vor uns, wir wissen so richtig nicht, was vor uns liegt. Die erste Stunde bergauf ist für mich wie Spinning. Kleiner Gang, iPod an, treten. Die Gruppe verliert sich allmählich in den Serpentin. Nils sitzt am Straßenrand und futtert kiloweise Powerbars. Daniel und Stefan navigieren nur mit der Karte über die Via Alpina (Da hat jemand sehr viel Humor gehabt und das ganze "Via" getauft.) Nach einer Stunde wird der Pfad so steil, das wir schieben. Streckenweise ist der Anstieg so steil, dass ich 5 Schritte mache und verschnaufe.

Irgendwann entdecken wir eine [kleine Berghütte](#) mit phantastischem Blick auf die gegenüberliegende Bergseite und gönnen uns knappe 15 Minuten Rast. Nils, schon ein paar Meter vorausgefahren, zeigt uns den "Weg Ziegenpfad" in den Berg hinein. Ein Pfad, so schmal, dass man ihn kaum erkennt, geschweige denn mit einem Fahrrad darauf laufen kann. Irgendein Optimist hat alle paar 100 Meter auf Steinen ein Rot-Weißes Symbol hinterlassen, um uns mitzuteilen, dass wir uns auf dem richtigen Pfad befinden. Im Ernst, der Typ, der diese Route in Wanderkarten und im Internet verbreitet hat, dieser Typ kann Abends vor Lachen nicht einschlafen, wenn er daran denkt, dass heute bestimmt wieder 5



Leute diesem Weg gefolgt sind und verzweifelt in der Steinwüste nach dem Weg gesucht haben.



Wir sind noch zu 4t, Nils, Ralf, Stefan und ich und tragen, schieben und fluchen den Berg hinauf. Stefans Ventil am Hinterrad entschließt sich zu explodieren und gönnt uns damit eine weitere Viertelstunde Reparaturpause. Nils zieht weiter.

Ralf und ich bleiben bei Stefan und unterstützen den Wechsel des Schlauches mit klugen Ratschlägen, defektem Material und einer Miniaturluftpumpe. Der Schlauch, den ich letzte Woche frisch gekauft hatte und in meiner Satteltasche durch die Alpen gefahren hatte, hatte direkt 2 Löcher und war unbenutzbar.

Stefan flucht, Ersatzschlauch wird ausgepackt, irgendwann ist das Hinterrad geflickt.



Wir tragen und schieben weiter. O-Ton Ralf: "Das hier ist das Schlappiner Joch und der Scaletta-Pass zusammen". Irgendwie ist der erste Teil unserer Gruppe mit Mathias, Michael und den 2 Finnen abhanden gekommen. Oben am Pass wartet niemand auf uns. Nils ist auch weg. Wir suchen den GPS-Track, wir suchen die Gruppe, aus dem Nichts erscheint Nils, der sich bereits einen weiteren Pass nach oben gekämpft hatte (auch auf der Suche nach den anderen Mitgliedern unserer Gruppe). Nils schimpft, flucht und hadert mit der Welt. Wir diskutieren die Lage und entschließen uns, weiter ins Tal abzustiegen.

Ja. Absteigen. An Fahren war nicht zu denken. Tragen. Schieben. Weitere 2 Stunden vergehen. Es ist um 2, wir haben knappe 6 Stunden Zeit verbraten und gerade mal 15 km geschafft (von 110, die es werden sollen). Ich habe Hunger, meine Beine sind wie Pudding, ich hätte gern eine Rast, etwas zu essen, das warm ist und nicht aus gepressten Kohlenhydraten besteht und ich sehe mich noch lange nicht am Comer See. Wo ist nur die andere Gruppe?

2 Stauseen kommen in Sicht. Mein Hinterreifen verliert immer wieder an Luft. Die Route wird fahrbar, Betonplatten säumen den Weg. Unser Tempo erhöht sich, die Stimmung in der Gruppe ist nicht gut, wir machen uns Gedanken, wo die anderen sind und warum sie nicht gewartet haben. Ralf erreicht endlich telefonisch Wolfgang, der zur ersten Gruppe gestoßen ist. Alle sind okay, bei den anderen 4 ist die Stimmung aber auch angespannt. Die unfahrbare unfassbare Passüberquerung liegt allen auf dem Gemüt.

Bergab geht es zügig. Es wird wärmer. Für mich kommt so recht kein Genuss auf, bei der letzten Abfahrt durch endlose Serpentinaen und Tunnel. In Torre di Santa Maria treffen wir auf Thomas im Bulli, der geduldig auf uns gewartet hat. Wir frischen Wasservorräte auf, erkundigen uns nach der anderen Gruppe (die inzwischen eine Stunde Vorsprung hat) und geben Gas, runter ins Tal. Sondrino kommt in Sicht, rechts gehts zum Comer See. Die letzten 50 km.

An einem Radweg, direkt an einem Golfplatz entdecken wir die andere Gruppe. Wir sind wieder zusammen! Wolfgang hatte interveniert und die anderen dazu gebracht, auf uns zu warten. Mein Hinterreifen gibt seinen Geist auf und wird geflickt. Die letzten Kilometer rasen an uns vorbei. Der Wille, anzukommen, ist größer als Hunger oder die Beine, die langsam schwer werden. Der Wind bläst uns heftigst ins Gesicht.

Der See kommt in Sicht. Nils ist kurz davor, 4 km vor dem Ziel schon in den See zu springen :). Dann liegt Domaso vor uns. Die Frauen und Mädels (und Tommy) erwarten uns, wir düsen runter zum Strand, rein ins Wasser. Alle liegen sich in den Armen.

[Es ist geschafft. Alpencross 2010!](#)



Müde. Stolz. Geschafft. Glücklich.

Es war die Anstrengung wert!

Kommentare:

Wolfgang:

Jungs das schieben auf den Berg überlass ich Euch gern allein. Aber auf dem 50km Zielsprint nach Domaso bin ich dabei.

Michael:

Die letzte Etappe hat es anscheinend immer in sich. Ist wohl ein Klassiker. Das ganze war definitiv grenzwertig und wie man liest, sind der eine oder andere an seine Grenzen gekommen. Die Kommunikation war definitiv mangelhaft – von beiden Seiten. Keiner hat Gruppe 1 über die technischen Probleme informiert. Und wir Gruppe 1 haben nur ein paar Versuche der Kommunikationsaufnahme gestartet, die aufgrund der fehlenden Netzabdeckung von uns oder den anderen gescheitert ist. Warum haben wir keine SMS geschrieben? Warum die anderen nicht? Ich habe mich geärgert, über mich, über die Situation und den Planung. Ich hatte zumindest den Vorteil, dass ich nicht an meinen Grenzen war.

Wir haben zwei Mal nach einem netten Rastplätzchen gesucht in Verbindung mit etwas Essbarem. Aber das war Fehlanzeige. Und auch beim Versorgungsbus gab es weder Nahrung (wenn man mal von der Flüssigen absieht) noch eine nette Wartemöglichkeit. So kam es zustande, wie es war. Aber ich denke, dass wir uns zurück genommen und auf den letzten 50 km wieder zusammen gerauft haben, um mit dem Wir-Gefühl anzukommen, mit dem wir losgefahren sind. Vielleicht wird das Ganze hier jetzt auch ein bisschen zu hoch gespielt.

Der Tag danach

25.7.2010, Daniel

Guten Morgen!

im Alpenpanorama aufgewacht, strahlend blauer Himmel und dazu gab es lecker Frühstück.

Michael ist bereits mit Ralf auf dem Weg Lugano zur Bahn, Thomas und mein Flieger geht halb 5 ab Bergamo, Wolfgang wird uns nachher dann zusammen mit Ingrid zum Flughafen bringen.

Denen, die die kommende Woche noch am Comer See verbringen, viel Spass im Urlaub. Den Frauen nochmals ein dickes Dankeschön für die Riesenladung Essen gestern Abend, es war sehr sehr lecker!



Interview - nach dem Trip

25.07.2010 - Dana interviewt die Fahrer, die noch am Comer See sind:

Ralf: " Ich habe auf jeden Fall KEIN Muskelkater, nur mein einer Fuß tut noch ein bisschen weh. Ich habe so eine Alpentour schon einmal gemacht, und fand es genau so anstrengend, wie das 1. Mal. Nur schade das Sören nicht dabei war 😊"

Stefan: Ich habe auch überhaupt keinen Muskelkater und mir geht es sehr gut. Leider zog ich mir gleich am 1. Tag am Comer See eine schöne Erkältung zu. Aber sonst: "Alles cool soweit 😊" Und nochmal möchte ich erwähnen, ich kannte alle nur oberflächlich, aber trotzdem, haben wir uns alle sehr gut verstanden, und es lief wirklich alles sehr gut!

Mathias: Es tut gut, mal einen Tag kein Fahrrad zu fahren (er lacht), aber trotzdem war es sehr schön.

Johann, wie fühlst du dich?: "Ich fühle mich momentan echt sehr gut. Leider habe ich mich am rechten Fuß leicht verletzt, aber ich hoffe der Schmerz wird in den nächsten 2 Tagen weggehen." Und, würdest du so eine Tour noch einmal machen?:" Ja, aber nicht in der nächsten Woche. 😊😊"

Henri: "Ich fühle mich sehr gut, wenn man denkt was ich gemacht habe. Ich hoffe das ich zusammen mit der gleichen Gruppe kan ein neuen Tour machen. Vielleicht in Finnland oder woanders. Jetzt bin ich glücklich wenn kann ich hier in Comer See mit Schnucki und den anderen chillen. Aber am Morgen müss ich nach Hause Fahren also alles gut gegangen müssen."

(Henri hat das alles alleine geschrieben!!)

Fazit eines Teilzeitfahrers

26.7.2010, Wolfgang

Der Alpencross 2010 liegt nun schon einen Tag hinter uns. Wir sind gerade von Bergamo Airport zurückgekehrt, nachdem wir Tommy und Daniel zu ihrem Flieger gebracht haben und

nach Altstadtbesichtigung von Bergamo unsere Anne abgeholt haben, die quasi mit dem Rückflug von Lübeck für die restlichen Tage Urlaub eingeschwebt ist.

Wir konnten uns gerade noch von unseren beiden finnischen Gastfahrern verabschieden, die morgen sehr früh von Ralf in den Nachbarort gefahren werden und von da den Zug nach Mailand nehmen, um von dort zurück nach Finnland zu fliegen. Insofern beginne ich einmal mein Fazit mit unseren beiden "Exoten": Henri (eigentlich Henkka, ich weiß nicht was daran so schwer sein soll, dass wir ihn alle Henri genannt haben) und Johann (typisch finnischer Name, na ja eigentlich ein halber Schwede) haben ein internationales Flair in unsere Tour gebracht und unser Englisch trainiert. Einige von uns hatten vielleicht vorher eine gewisse Unsicherheit, nachdem Motto: Wie verhalte ich mich denen gegenüber, wenn mein Englisch nicht so toll ist. Ich denke aber, wir haben uns wacker geschlagen und den Beiden nie das Gefühl gegeben, Außenseiter zu sein. Henri und Johann: Ihr seid feine Kerle, es hat Spaß gemacht, die Woche - nicht nur auf dem Rad - mit Euch zu verbringen. Die Pläne für eine Finnlandtour liegen schon in der Schublade (na ja, das ist vielleicht etwas zu dick aufgetragen, aber diskutiert haben wir da schon das eine oder andere).

Ich möchte an dieser Stelle nicht in Einzelkritik übergehen, aber ein Wort sei an unser Dreamteam gerichtet: Die Haupttroutenplanung kam dieses mal von Ralf und nicht von unserem Chefstrategen Michael. Ich meine, aber vielleicht täusche ich mich auch, ab und an eine gewisse Spannung zwischen den beiden hinsichtlich der Routen verspürt zu haben. Das zeichnete sich ab schon in der Vorplanung, wo auf den letzten Drücker noch das 2. Etappenziel geändert wurde und endete nach meiner Wahrnehmung auf der letzten Etappe mit einem unfahrbaren Pass, was zu einer Spaltung der Gruppe geführt hat, die erst sehr spät mit Einsicht auf eine gemeinsame Zielankunft wieder gekittet werden konnte.

Zur Route selber kann ich - das meiste eher aus Hörensagen und weniger aus persönlich gemachter Erfahrung - feststellen, dass Sie im Vergleich zu 2008 wohl etwas kürzer und mit weniger Höhenmetern gepflastert war, insgesamt aber aufgrund eines wesentlich höheren Anteils an Tragepassagen schwerer gewesen ist. Auf jeden Fall hat sie uns in Orte geführt, in denen wir am Wegesrand alte Freunde, Bekannte und zum Schluss unsere Familien getroffen haben. So haben Tommy und ich eine alte Jugendbekanntschaft von mir im Montafon besucht. Das 2. Frühstück vorm Anstieg aufs Schlappiner Joch kam sicher den meisten gerade recht. Und am Ende der Etappe hat dann Uta auf uns gewartet und uns gnadenlos gut bekocht. Uta das war super. Vergessen möchte ich natürlich nicht die Familienzusammenführung am Ende der Tour, die für die meisten doch eine starke Motivation fürs Ankommen geboten hat.

Ein Lob an Matthias: Die von Dir ausgesuchten Hotels haben gepasst. Ich war ursprünglich der Meinung, dass die wohl etwas "oversized" für einen Alpencross wären, aber nein, ich denke, das war der Gruppe durchaus angemessen. Und insbesondere die Kombibuchungen mit Abendessen haben sich bewährt.

Dass die Tour dieses Mal mit einem Fahrzeug begleitet wurde, fand ursprünglich nicht die uneingeschränkte Zustimmung. Im Nachhinein denke ich aber, dass sich das bewährt hat und der doch recht großen Gruppe von 8 bzw. teilweise 9 Fahrern eine zusätzliche Sicherheit gegeben hat, die sich ja auch auf der Regenetappe am vorletzten Tag ausgezahlt hat. Mir hat jedenfalls die Begleitfahrt im Bus auch dank der Gesellschaft von Thomas sehr viel Freude gemacht. Und Jungs denkt daran: Ich bekomme noch 25€ Servicepauschale von jedem. Das ist super günstig und nur möglich, weil der SCK uns den Bus kostenfrei zur Verfügung (dafür unseren Dank an den Verein) stellt und wir nur den Sprit bezahlen müssen.

Zum Wetter: ich denke das war trotz des Regens am vorletzten Tag (und das muss man immer einplanen) unvergleichlich. Wohl selten wird man eine Alpencross fahren, wo man auf Pass oder Joch ankommt und statt sich anzuziehen erst einmal die Klamotten vom Leibe reißt.

Mein sportliches Fazit fällt so aus: Ich war ja immerhin auf 2,5 Etappen dabei und ich denke ich war ganz gut drauf und nicht der totale Hemmschuh der Gruppe. Im Soloprogramm bin ich die 4000 Stufen der Europatreppe in 54min gestiegen, und war da mit meinem konditionellen Zustand ganz zu frieden.

Noch ein Wort zu dieser Form des Tagebuchschreibens: In der Tat hat sich da eine Eigendynamik entwickelt nicht zuletzt durch den Schlagabtausch mit Lisa, die uns über alles auf dem Laufenden hielt, was sich so bei den Frauen am Comer See getan hat. Ich habe noch gut vor Augen, wie Michael vor zwei Jahren sein Tagebuch auf Papier geführt hat - und das hat er dieses Mal parallel auch wieder getan - und damals wie heute meine ich von ihm gehört zu haben, dass er das nochmal online stellen möchte. Nichts für ungut Michael, aber ich denke, da können wir lange warten. Insofern waren wir mit dem Blog unseres Internet-Junkies dann doch deutlich aktueller. Und wenn es nur dazu führt, dass meine Tochter auf den rechten Berufsweg geführt wird.

So das soll es jetzt erst einmal gewesen sein. Wenn mir noch was einfällt ergänz ich das noch. Aber jetzt wird erst einmal Urlaub gemacht und der Berg ruft nur noch zum Wandern. In diesem Sinne wünsche ich uns eine schöne Woche. Wir sind ja immerhin noch 15 SCKler vor Ort. (und jetzt wirklich alles Vereinsmitglieder)

Wolfgang

Kommentar

Michael:

Hallo Blogger,

ein Fazit habe ich für mich auch schon gezogen – immerhin hatte ich rund 14h Zugfahrt in der letzten 2 Tagen dazu Zeit. Aber hier nur ein paar Kommentare:

Habe nie mitbekommen, dass Henkka schwer auszusprechen gewesen sein soll. Der Grund für den, nennen wir's mal Spitznamen, der sich ja wohl schon zu Zeiten des Schüler austausches bei Lübbings eingebürgert hat ist einfach die deutsche Aussprache. Hier die Lautschrift: [Henker]. Henri – ach, [Henker] hätte es nicht gestört, denn er kennt ja die deutsche Bedeutung des Wortes nicht. Aber die Mehrheit hätte sicher immer eine komische Assoziation mit diesem Wort verknüpft. Obwohl – am Berg hat er sich ja nun wirklich als Henker in Sachen Kondition entpuppt.

“Dreamteam”, “Chefstrategie” – da fühl ich mich ja echt geehrt. Eine Wahrnehmung will ich von meiner Seite gerne bestätigen: das eine oder andere hat da nicht gepasst. Die zwei erwähnten Themen sind jedoch völlig unterschiedlich. Das erste Thema der kurzfristigen Planänderung beruhte auf meiner Initiative unterstützt durch Ralf. Bei einer solchen Tour ist es einfach nicht sinnvoll, sich durch äußere Zwänge leiten zu lassen. Weder der Übernachtungsort St. Gallenkirch noch Davos waren m.A. für die Tour sinnvoll. Durch die Änderung wurden die Etappen wenigstens ein wenig angeglichen, wenn auch die Etappe nach Davos mit den Höhenmetern und dem Schwierigkeitsinhalt deutlich zu viel war. Zum letzten Tag stimmt dein Eindruck Wolfgang, denn der basiert ja auch auf meinen Äußerungen Und soweit ich gehört habe, gab's noch ähnliche Meinungen. In den Alpen kann man nicht einfach einen Bike-Track über einen Wanderweg legen. Dasselbe gilt übrigens

auch für Bundesstraßen. Eine Routenplanung ist einfach, wenn man auf erprobte Vorschläge und Beschreibungen im Internet zurückgreifen kann. Sie wird aber ungleich schwieriger, wenn man anfängt das selber machen zu müssen, ohne die Gegebenheiten vorher zu kennen. Und das hat man eben hie und da gemerkt und hat die Tour an manchen Stellen etwas unausgewogen gemacht. Aber so war's und wir alle haben es durchgezogen und nehmen das positive mit und vergessen das negative sehr schnell.

Meine Meinung zu deinem sportlichen Fazit: Respekt vor deiner Leistung, vor allem am zweiten Tag, denn der zweite Anstieg war nicht ohne.

Aber ich zolle allen Respekt, die das durchgezogen haben, die die mentale Stärke aufgebracht haben, das Fahrrad am Schlappiner Joch über 1 1/2 h den Berg hoch zu schieben, zu tragen, zu zerrren, die die Kondition hatten, die heftig steilen Anstiege hochzukurbeln und vor allem heil von den Bergen wieder herunter gekommen sind, obwohl sie sich vielleicht noch nie in hochalpinem Gelände bewegt haben, schon gar nicht mit einem Fahrrad.

Gruß an alle – Michael

Comersee ade

30.7.2010, Wolfgang

Ach wie ist die Zeit der Erholung schnell vergangen. Es ist nun schon eine Woche her seit unserer Ankunft am Comer See und nach dieser Woche kann man klar feststellen: Das Ziel war gut ausgesucht. Hier kann man prima Urlaub machen. Was sich aus dem Kommentaren von Lisa während der Tour bereits vermuten ließ, hat sich bestätigt. Hier ist es großartig und wir 15 Klecker/innen haben einen harmonischen Erholungsurlaub verbracht und die Strapazen mehr als verarbeitet.

Ganz untätig sind wir dann doch nicht geblieben. So haben Brigitte, Ralf, Stefan und ich den Hausberg mit immerhin ca. 2600 m auf einer 6 Stundentour bestiegen nachdem wir bereits am Vortag mit den Mädels einen benachbarten Aussichtspunkt mit atemberaubendem Blick über den See auf ca. 1650m erklommen haben.





Das Wetter hat die ganze Woche super mitgespielt und wir konnten bei lauschigen Abenden zu Genüge grillen oder in der benachbarten Pizzeria oder Gelateria den Abend ausklingen lassen.

So morgen zerstreuen wir uns dann wieder mit unterschiedlichen Zwischenstopps auf dem Weg zurück nach Hause. Wir sehen uns dann nächste Woche Freitag auf der Einweihungsfeier der neuen Sporthalle und dem Richtfest von Familie Lübbling in Eckel.

Bis dahin allen eine gute Fahrt
Wolfgang

Transalp 2010 - Persönliches Fazit

4.8.2010, Daniel

Fast 2 Wochen sind schon ins Land gegangen. Wir sind alle wieder gesund und munter daheim angekommen, die Einen noch im wohlverdienten Urlaub, die Anderen schon wieder im Arbeitsleben.

Ich habe mir lange Zeit gelassen mit diesem Artikel, da sich viele Eindrücke erst noch setzen müssen. Von Nils gab es gestern die CD mit den kompletten 1700 Bildern, von denen Wolfgang ja ein "best of" auf unseren Blog hochgeladen hat.

Zeit, für mich persönlich ein Fazit zu ziehen. Eine Alpenüberquerung, mit dem Mountainbike. Mit 9 Leuten, die ich aus meiner Freizeit kenne und mit denen ich (unsere Finnen mal ausgeschlossen) alle paar Wochen mal ein paar Stunden bike. Eine sportliche Herausforderung, knappe 450 km und 10 Pässe zu überwinden.

Ich habe mich gut vorbereitet gefühlt, sowohl mental als auch von meinem Trainingsaufwand her. Dieses Gefühl ist in den ersten paar Tagen sehr schnell verschwunden. Allein am zweiten Tag den Schrofenpass hochzutragen, in Wolken gehüllt - darauf war ich einfach nicht gefasst. Die Trage- und Schiebepassagen der folgenden Tage waren für mich mit Abstand auch der schwerste Teil der ganzen Tour. Egal, ob gemeinsam mit Nils am Schlappiner Joch oder am darauf folgenden Tag mit Stefan am Scaletta-Pass oder final an

Tag 8 mit Ralf und Stefan und Nils am (Pass, dessen Namen sich aus meinem Gedächtnis geschlichen hat).

Auch der Gedanke, sich einen Tag in den Bully zu setzen und eine Auszeit zu nehmen, auch dieser Gedanke war vorhanden. Mein persönlich schlimmster Tag war Tag 5, bis an die Erschöpfungsgrenze und darüber hinaus. Aber es gab auch gute Tage, voller toller Anstiege, Alpenpanorama und Downhills vom Feinsten. Selbst der vorletzte Tag, mit seinem Regen und dem langen Anstieg, hatte für mich einen kleinen, perfekten Moment parat.

Die Truppe hat, für meinen Geschmack, echt gut zusammengehalten. Selbst am letzten Tag, als die Nerven bei einigen schon etwas strapaziert waren, haben wir uns wieder zusammengerottet und sind gemeinsam ins Ziel gefahren.

Die Gruppe - das ist auch mein Stichwort. Ich glaube, aus den Gesprächen, die immer wieder entstanden sind, habe ich für mich sehr viel Antrieb und Motivation gefunden, weiterzufahren. Ralf - an der Stelle an Dich mein Dank - Du warst immer für einem aufmunternden Kommentar gut.

Das abendliche Aufschreiben hier im Blog war auch etwas, was bei langen Anstiegen ein toller Zeitvertreib zum Nachdenken war. Oft war der abendliche Beitrag inhaltlich bereits grob im Kopf fertig, wenn ich mich abends an mein iPhone oder den PC gesetzt habe, um die Zeilen hier zu füllen. Ich glaube außerdem ganz fest, dass das Erinnern an die Anstrengungen und streckenweise auch an Qualen leichter fallen wird, wenn wir irgendwann Weihnachten 2010 oder im Frühjahr 2011 hier wieder mal nachlesen. Wie so oft im Leben glorifiziert man in seiner Erinnerung und verdrängt die unangenehmen Seiten.

Am Ende - das Danke sagen. Danke an die Truppe. Danke an Ralf und Michael für das Anführen und das "auf uns Aufpassen". Danke an Mathias, Nils und Stefan für den Spass und die kleinen Schnacks am Wegesrand. Thanks - finnish guys, it was a great pleasure to meet and bike with you! Wolfgang und Thommy, die Nummer mit dem Bus war großartig. Der Moment, in dem ihr an Tag 7 bei strömenden Regen in dieser Hütte aufgetaucht seid, mit dem Bus und trockenen Sachen, einfach toll.

Danke auch an die, die hier mitgelesen und fleißig kommentiert haben. Die Fahrerfrauen und deren Töchter haben vom Comer See aus mit gefiebert und uns fast jeden Tag mit Aufregenden aus dem Urlaub versorgt. Danke an meine Familie für die Kommentare und den Zuspruch hier im Blog. Es war toll und hat mich motiviert, weiterzufahren.

Danke auch an die, die hier einfach nur reingeschaut und mitgelesen haben. Ich hoffe, ihr hattet Spaß und habt mit uns mit gefiebert. Immerhin 1700 Besucher in 14 Tagen waren dabei.

Das Blog fällt nach diesem Beitrag in einen passiven Status, der eigentliche Sinn und Zweck ist erfüllt. Ich lasse die Seiten noch eine Weile online, keine Angst, niemand muss sich das hier ausdrucken und ins Album kleben.

Es war mir ein Vergnügen.

Daniel

Kommentar

Mathias:

Ich kann mich dem Vorredner nur anschließen! Auch mir hat die Alpentour trotz der meiner Meinung nach zu vielen Schiebe- und Tragepassagen mit Euch viel Spaß und Freude

gemacht. Dass die Gruppe menschlich so gut zusammengepasst hat, dass wir unsere treuen Begleiter mit dem Bus dabei hatten (die abendlichen Sit-ins beim Bus mit den passenden Getränken aus der großen Kühlbox werde ich vermissen!) und dass wir alle ohne große Verletzungen oder Pannen das Ziel erreicht haben, ist schon eine tolle Sache.

Der schöne Abschluss der Tour war dann auch der tolle Empfang der Frauen und Mädels mit gemeinsamen Baden im Comer See und der anschließenden Pasta-Party in Lübbings Appartement.

Meiner Meinung nach hast du, Daniel, in deinem persönlichen Fazit zwei Danksagungen vergessen:

Danke an Nils für die gelungenen Finisher-T-Shirts (trotz des kleinen Druckfehlers) !

Und ein großes Dankeschön an dich, Daniel, dass du diesen Blog ins virtuelle Leben gerufen hast und dich abendlich nach den harten Etappen immer wieder unermüdlich auf die Suche nach W-LAN, Handy-Netz oder Internet-Cafe gemacht hast. Von den Mitlesern aus meinem persönlichen Umfeld kam nur Lob, da sie alle unsere Tour „live“ verfolgen konnten.

Mathias