

Formtest per Rad und zu Fuß



Mein erster „richtiger“ Wettkampf im Jahr 2012 soll ein Crossduathlon sein, genauer der X-Crossduathlon in Trier. Somit fuhren Felix Schneider und ich im März nach Trier, um uns den Herausforderungen zu stellen. Wir waren gemeldet für den Crosslauf der Asse, welcher 5km Laufen, dann 25km Mountainbiken und zu guter Letzt wieder 5km Laufen beinhaltete. Felix zeigte schon hervorragende Leistungen in der Rothaus-Poisonbikes-Cup Winterserie, insbesondere bei seinem Heimrennen in Kottenheim, wo er einen starken 3. Platz belegen konnte. Seine läuferischen Fähigkeiten sollten erst an diesem Sonntag hervortreten.

Das Wetter war warm-trocken und erlaubte es uns mit kurzem Trikot und kurzer Hose am Start zu stehen. Nun ging es auch schon los. Die ersten 5km gingen zügig und problemlos vorbei. Ich konnte mich im Mittelfeld platzieren und freute mich aufs Rad fahren, was ja meine Disziplin ist. Noch befand ich mich vor Felix, allerdings sah ich ihn in die Wechselzone einlaufen, kurz nachdem ich mich mit dem Mountainbike auf meine 4 Runden machte.

Die erste Hälfte der Runde war eine abwechslungsreiche Bergauffahrt. Kurz vor dem höchsten Punkt holte Felix mich auch schon mit beeindruckendem Tempo ein. Ich versuchte an seinem Hinterrad zu bleiben, musste allerdings nach der Abfahrt von diesem Vorhaben absehen, da er für mich einfach zu schnell war. In den nächsten Runden konnte ich circa 2 bis 4 Plätze nach vorne fahren und merkte gegen Ende, dass ich Krämpfe bekommen könnte. So ging es also zum letzten Wechsel und raus aus den Radschuhen, rein in die Laufschuhe. Ich versuchte auf Felix aufzuschließen, musste jedoch nach den ersten Kilometern von diesem Vorhaben ablassen, da mein rechtes Bein, wie bereits erahnt, krampfte. Wir begegneten uns am Wendepunkt und ich spornte ihn an, den nächsten Läufer zu „kassieren“. Er keuchte nur: „Ich kann einfach nicht mehr“.



Total erschöpft aber sehr zufrieden mit meiner Leistung traf ich Ihn dann im Ziel wieder. Wir waren beide gezeichnet von den Strapazen und stürzten uns auf das wohlverdiente, alkoholfreie Radler und viele Bananen. Felix kam als 18. mit einer Gesamtzeit von 1:45:35h ins Ziel, ich wurde in 1:47:39h am Ende 22er. Zusammenfassend kann ich sagen, dass ich mit meiner Form zufrieden bin und dem nächsten Rennen freudig entgesehe.