

Velofondo 2018 – der schmale Grat zwischen purer Freude und Verzweiflung

Vor rund drei Wochen kam ich durch eine Bekannte beim Training auf die Idee, beim Velofondo 24h Rennen als Einzelstarter anzutreten. Also gesagt getan. Wir sind dann auch zusammen nach Oschersleben gefahren, damit wir uns auf der Rückfahrt abwechseln können um nicht zu viel Zeit zu verlieren, weil man anhalten muss um zu schlafen. Etwa eine Woche vor dem Rennen habe ich mich dann mit meinem Trainer zusammengesetzt, um zu überlegen, welches Ziel ich anstreben soll bzw. was realistisch ist. Da ich dieses Jahr einen sehr späten Trainingseinstieg und keine optimale Vorbereitung hatte, fand wir beide, dass 16h im Sattel realistisch ist. Somit stand das Ziel fest, 16h bei einem 24h Rennen im Sattel zu sitzen und Kilometer abzuspuhlen.

Am Freitagnachmittag ging es dann los, Sachen ins Auto und Abfahrt. Obwohl wir „nur“ eine Strecke von etwa 460km fahren mussten, haben wir knapp 8h gebraucht, wodurch wir erst gegen 23:30 Uhr in der Motorsport Arena Oschersleben angekommen sind. Wir haben schnell unsere Parzelle bezogen und sind dann schlafen gegangen. Schließlich war die nächste Nacht nicht zum Schlafen.

Nachdem ich dann Samstagmorgen wach geworden bin, habe ich mich zunächst einmal umgesehen, bevor es Frühstück gab. Es gab, wie immer bei vor solchen Rennen, Nudelsalat, um den Kohlenhydratspeicher weiter aufzufüllen. Im Anschluss an das Frühstück wurde das Rad und die Klamotten soweit fertiggemacht, bedeutet Startnummer an die Sattelstütze, das Trikot und den Helm und den Transponder an die Gabel. Da ich mit einer Oberrohrtasche starten wollte, wurde diese auch noch befestigt. Da standen wir nun um 11 Uhr morgens und waren bereit zu fahren, jedoch mussten wir noch drei Stunden rumbekommen. Ich habe die Zeit genutzt um unsere Parzellennachbarn kennenzulernen und mich noch



ein wenig ausgeruht. Um 12:30 Uhr ging es dann so langsam los. Ich habe mich umgezogen und die Flaschen die ich mit hatte fertiggemacht. So konnte ich diese schnell wechseln (zumindest bis alle sechs Flaschen leer sind), da ich ohne Support unterwegs war. Um



13 Uhr war dann die Fahrerbesprechung, wo nochmal alles erklärt und geklärt wurde. Anschließend hatten wir nochmal 20 Minuten Zeit, bevor es zur Startaufstellung ging. Viertel vor zwei war es endlich soweit und wir durften auf die Strecke zur Startaufstellung. Um Punkt 14 Uhr ging es dann los. Die erste Runde war jedoch nur eine Einführungsrunde um die Transponder zu aktivieren. Anschließend wurde das Rennen als fliegender Start gestartet. Ab jetzt hieß es Kilometer abspulen und so viele Runden bzw. Stunden wie möglich fahren. Das hatte anfangs auch wunderbar funktioniert, da ich nach kurzer Zeit in das Hauptfeld reinspringen konnte um mitzurollen und somit für meine ersten 90 Kilometer nur etwa 2,5h brauchte. Irgendwann bin ich jedoch aus dem Feld rausgefallen, da immer wieder Attacken der Vierer- und Achter-Teams gefahren wurden, welche ich nicht mehr mitgehen wollte. Nachdem ich aus dem Feld rausgefallen bin, habe ich einen Bekannten angerufen, um mich über den aktuellen Stand zu informieren. Dabei wurde mir gesagt, dass ich zu diesem Zeitpunkt auf Platz 22 in der Gesamtwertung liege und auf Platz 3 meiner Altersklasse mit einer Runde Vorsprung auf Platz 4. Das war eine nicht sehr passende Situation, denn ich musste etwa eine Stunde später raus gehen um das Licht zu montieren, wodurch die eine Runde Vorsprung vermutlich verlieren würde. Deshalb hieß es noch einmal Tempo machen, um den Abstand eventuell weiter ausbauen zu können. Nachdem das Licht montiert war und ich zwei neue Flaschen hatte, ging es direkt wieder auf die Strecke. Ohne zu wissen auf welchen Platz ich nun abgerutscht bin, habe ich versucht mit genug Tempo weiter zu fahren, da das Podium vermutlich noch reichbarer Nähe war. Und bekanntlich trennt sich erst in der Nacht die Spreu vom Weizen. Kurz vor 23 Uhr kam dann jedoch ein Rückschlag. Mir ging es überhaupt nicht gut. Ich hatte Kopfschmerzen und mir war schwindelig und schlecht. Aufgrund dessen musste ich eine Pause einlegen und was essen. Da der Veranstalter jedem Teilnehmer drei Gutscheine für je eine Portion Nu-

deln oder Kartoffelsuppe mit in den Startbeutel getan hat, habe ich das Angebot wahrgenommen und mir eine Portion Nudeln geholt. Während des Essens habe ich mir dann auch neue Infos zu meiner aktuellen Position im Rennen geholt. Diese waren ziemlich überraschend, denn ich war nun auf Platz 2 in meiner Altersklasse und hatte sogar 4 Runden Vorsprung auf Platz 3. Nachdem ich diese Information bekommen habe, ging die Motivation weiter zu fahren wieder steil bergauf. Also habe ich noch zu ende gegessen und bin anschließend sofort wieder aufs Rad. Etwa halb 2 am Morgen kam dann der nächste Rückschlag, ich war komplett übermüdet, sodass mir beim Fahren mehrmals beinahe die Augen zugefallen sind. Somit blieb mir keine andere Wahl als eine Pause einzulegen und etwas zu schlafen. Die Pause wurde jedoch etwas länger als geplant und aus etwas schlafen wurden knapp 2h. Meinen Konkurrenten schien es jedoch ähnlich zu gehen. Beim Vergleich der Runden von vor der Pause und als ich wieder fahren wollte, stellte ich fest, dass die Rundenzahlen unverändert waren und ich weiterhin auf Platz 2 meiner Altersklasse war. Also ging es weiter und ich versuchte den Abstand zu Platz 3 so gut es ging auszubauen. Irgendwann fing es dann an zu dämmern und ich war froh, dass die Nacht fast vorbei war. Als ich am Morgen halb 7 das Licht demontierte, kontrollierte ich nochmal die Ergebnisse und war sehr zufrieden. Denn der Abstand zu Platz 3 betrug nun 30 Runden. Wodurch ich ein Polster von etwa 2,5h hatte. Da meine Konkurrenz zu dem Zeitpunkt vermutlich auch wieder auf dem Rad saß, habe ich mir noch zwei neue Flaschen geschnappt und bin wieder



19. Platz

Einzelstarter Männer (Rennrad)

2. Platz
AK Männer

Philipp Kienle
RRC Düren-Merken

Gesamtrunden: 151*
schnellste Runde: 05:13,3 min
Durchschnittsrunde: 09:30,8 min

WWW.VELOFONDO.DE

*Einführungsrunde

aufs Rad. Gegen 10 Uhr musste ich mich jedoch noch einmal für 15 Minuten hinlegen, da mir alles weh getan hat. Anschließend lief es sehr gut weiter. Gegen 12 Uhr wurde ich noch einmal telefonisch über die Ergebnisse informiert und ich lag weiterhin auf Platz 2 in meiner Altersklasse, auch wenn ich 4 Runden verloren hatte. Kurz darauf bin ich nochmal zu meinem Zelt um eine neue Flasche zu holen, da ich den Rest der Zeit durchzufahren wollte, was auch funktioniert hat. Um 14 Uhr war es endlich soweit, das 24h Rennen war zu Ende und ich stand auf dem Treppchen.

Ergebnis: Platz 2 in meiner Altersklasse und Platz 19 in der Gesamtwertung Einzelstarter Männer Rennrad. Zudem habe ich mein Ziel von 16h auf dem Rad um knapp 3h übertroffen und 18:47:37 Stunden im Sattel verbracht. Somit war ich mit dem Ergebnis mehr als zufrieden, da es zuvor nicht vorstellbar aufs Podium zu fahren.

