

Newsletter 04/2010

2. Rang am Powerman Falkenstein Germany (Deutsche Meisterschaft) 16/64/8km

Am Freitag, 28. Mai machten wir uns auf die lange Reise nach Falkenstein/Vogtland. Es waren rund 680 Kilometer zu fahren. Um 23.30 Uhr kamen wir dann im Hotel an. Mitten im Naturschutz Gebiet wunderschön ländlich, einfach und vor allem ruhig. Das Wetter war schon eher herbstlich, es hatte Nebel und war kalt.

Am nächsten Tag fuhr ich mit meinem Rad und mit ein paar anderen Schweizern die Radstrecke ab – ganz schön hügelig, bis zu 16% Steigung, aber genau nach meinem Geschmack! Die Strassen gut bis auf ein kurzes Stück am Anfang...

Sonntag, 30. Mai war Race Day. Um 10.10 fiel der Startschuss für Frauen und Männer. Das Wetter kalt und nass und zum Start fing es dann so richtig zu regnen an.

Der 16 Kilometer lange Vorlauf – war schon fast ein Berglauf im Schlamm und Dreck, die ersten zwei Frauen waren deutlich vor mir. Ich lief als dritte Frau in die Wechselzone ein, wechselte aufs Rad und nahm die 64 Radkilometer in Angriff. Am Anfang der Radstrecke waren meine Beine schon verbraucht, so hatte ich das Gefühl, doch mit jedem Kilometer fühlte ich mich besser und ich kam so richtig in Fahrt. Bei Kilometer 20 konnte ich schon die Zweitplatzierte Frau überholen, das motivierte natürlich und ich gab nochmals so richtig Gas, wobei ich das Gefühl hatte, mein neues Rad fährt ganz von alleine :o)

Das Wetter wurde auf der zweiten Radrunde sogar besser und die Sonne zeigte sich kurz. Ich fuhr bis 1.30min. an die erste Frau heran und wechselte dann auf den 8 Kilometer langen Schlusslauf. Ich machte Tempo, denn ich wusste hinter mir war eine schnelle Läuferin, vor mir – lag aber auch noch einiges drin. Inzwischen goss es wieder wie aus Kübeln, aber mir war das egal, ich hatte nur noch ein Ziel: finishen!

Schliesslich kam ich doch als zweite ins Ziel und verlor auf die Siegerin und Profiathletin nur 2min. Ich war happy und sehr zufrieden mit dem Rennverlauf. Meine Form hat sich bestätigt und wenn ich mich erhole starte ich nächsten Sonntag in Belgien, wieder ein Powerman über die Distanzen 10/30/5/30/5km

News folgen...

Resultate/Berichte:

<http://www.powerman.org>

http://www.swisstriathlon.ch/desktopdefault.aspx/tabid-73/89_read-10951/pdate-30.05.2010

Das Städtchen Auenbach, hier gab es gutes Radler ;o)



swisscastello.

Revi-LEASING.CH

PERONIN®

DER HAARSCHNITT
MARTIN ALLEMAN 
TELEFON 062 391 04 44

max
Fitness & Gesundheit

sporteria
www.sporteria.ch

GÜDEL

nationale
suisse

Auto-Center H.R. Flückiger



SERVICETECHNIK
HOFMANN



Vor dem Start...



Wechselzone einrichten im Regen :-)



und los...



Podest Frauen overall...



auf zum Schlusslauf...



Zieleinlauf...



Auto-Center H.R. Flückiger

