

Die Tour – ausgebrannt aber glücklich..

„Drei Wochen ungedopt die Tour de France fahren, ...dass ist ungesund!“

Ich will dieses, von einem deutschen Radprofi geäußerte Zitat nicht unterstützen, kann aber seit heute einmal mehr nachvollziehen, wie es den wenigen ungedopten bei der Tour ergeht, wenn sie versuchen mitzuhalten... mit dem Rest des (gedopten) Feldes.



Reinhold hatte mir, wie so oft, am Samstagabend ganz unverbindlich die Radtour geschickt, die er mit Andreas am Sonntagmorgen 8 Uhr machen würde. Meine Leistenbruch-OP liegt 2 Wochen zurück und Frau Dr. hatte gemeint, dass ich nach Wochen wieder leichte Bewegung vertragen kann. Vor wenigen Tagen durfte ich, Simone sei Dank, den Film **"Sein letztes Rennen"** sehen. Dabei hatte ich mich seit Wochen schon geärgert, dass ich die Kinovorführung verpasst hatte. Jedenfalls für mich ein tolles Kinoerlebnis und ein Motivationsfilm (Wer aufgibt, hat verloren – Das Leben ist ein Marathon). Mit Frau Dr.'s Aussage und diesem Film im Hinterkopf, war die Entscheidung schnell gefällt: Wecker auf 5:55 Uhr gestellt, Lampe ans Rad geschraubt und ab ins Bett (23:15 Uhr).



Am nächsten Morgen ohne Wecker wach geworden. Eine Kanne Tee, Frühstück für den Rest der Familie, eine Thermokanne Kaffee für die Radtasche und eine kleine Flasche Molke mit halber Banane gemixt. Das sollte reichen für die rd. 80 km-Tour. Essen kann ich morgens nicht gut. Ob ich die ganze Strecke mitradeln würde, wollte ich nach der Fahrtstrecke Hausen-Mengerskirchen entscheiden. In Mengerskirchen angekommen spürte ich, dass ich 3 Wochen keine Bewegung mehr hatte. Stattdessen eine OP vor 2 Wochen, ein paar Tage Bettzwang und in der Weihnachtszeit mehr essen als gut war. Aber im Tross der netten Gefährten Reinhold und Andreas war auch diese Entscheidung schnell gefallen, ich wollte versuchen die Reise ganz und gar mitzumachen. Halbheit Hasse ich nunmal.

Schon beim Verlassen des Marktflecken Mengerskirchen, äugte die Sonne verstohlen über den Horizont. Nicht zu kalt, nicht zu warm, kein Regen kein Schnee, was will man auf dem Rad mehr?

Nun hatte mein Freund Erik mir dereinst ein echtes Garmin-Radnavi (eTrex-30) geschenkt. Nachdem mein Körper sich in den letzten Tagen beharrlich geweigert hatte diese Technik an sich zu lassen, wollte ich heute noch einen letzten Versuch starten, um Freundschaft mit dem Ding zu schließen. Ich mach es kurz. Andreas, selbst in Besitz eines Radnavi erster Generation, nahm sich während unserer Rast mein eTrex-30 mal zur Brust. Nachdem er den ganzen überflüssigen Schnickschnack der Voreinstellungen (so was zahlt man im Kaufpreis mit!?) ausgeschaltet hatte, machte das Ding tatsächlich nicht mehr was „Es“ wollte, sondern was „Ich“. Also ein echter Streif am Horizont ! ... und damit sind wir auch schon beim ersten Highlight. Das Handybild von Reinhold lässt erahnen, dass an diesem Morgen auch das Auge auf seine Kosten kam:



Foto 1: Hinterm Horizont gehts weiter © RS

Um die Reibung an meiner OP-Narbe zu reduzieren habe ich sie mit einer Paste einmassiert, die ich noch in der Ironman.Hawaii-2007-Restbeständekiste fand. ...Stelle mir gerade die Frage ob das Zeug ein Verfallsdatum hat????

Von einem leichten ziehen im Wiegetritt und einem kleinen, reibungsbedingtem „Aua“ in der Sitzposition, hatte ich keine größeren Beschwerden im Bereich der OP-Wunde und konnte recht gut an Reinhold und Andreas dran bleiben.

Aber dann: Kurz vor Winkels, an den Teichen wo Lothar einst sein Auto versenkte, also nicht mehr allzu weit von unserem Ziel Mengerskirchen. Das Gefühl völliger Energieleere in Kombi mit überwältigender Mündigkeit von einem auf den anderen Augenblick. Nur gut, dass mein Körper diese Erfahrung das ein oder andere Mal schon erfahren hatte und ich somit wusste was es bedeutet. Wenn man Glück hat dann reicht es, wenn man einen gehörigen Gang raus nimmt und irgendwo ein Getränk und ein paar Bissen zum Kauen findet. Ich schaffte es gerade noch zu Reinhold aufzuschließen.



Ich bat ihn um seine letzte Banane und einen Schluck aus seinem Zaubertrank (Pfefferminz-tee+Apfelsaft) und sagte ihm:

„Fahrt ihr alleine weiter, ihr seid noch zu jung um ins Gras zu beißen, ich komme alleine zu-recht“

So schob ich mein Rad, achtsam und dankbar eine Banane einspeichelnd, weil nur der feine Brei den Weg in den Muskel schnell findet. Dann den kleinsten aller Gänge rein den Blick auf den Boden ging es weiter, oder besser gesagt höher und höher. So unwirklich es klingen mag, als ich spürte, dass es langsam wieder geht, war ich den Engeln sowas von Dankbar, dass ich dieses Sche.. Gefühl das alle Energiespeicher leer sind, wieder einmal spüren durfte. In diesem Zustand lief mir das Wasser im Munde zusammen, wenn ich am Wegrand die letzten angefaulten Äpfel unter den Bäumen liegen sah. In diesem Zustand spürte ich einmal mehr jedes Aromamolekül dass Reinholds Banane innewohnte – Gigantisch gut!!!

Ob der Rest des Feldes (Reinhold Strieder, Andreas Thau) gedopt war will ich hier nicht behaupten. Das Zeug was sie aßen sah nach guten westerwälder Salamibrötchen, Selbstgemachten Keksen (nicht aus Holland) und Graubrotstullen aus.



Foto 2: Andreas spricht ein ernstes Wort mit Pauls Navi..

Weil es für mich die erste (gelungene) Radnavi-Tour war und nach der OP einen hoffentlich sportlichen Neuanfang darstellt, soll Sie einen unverkennbaren Namen in meiner Tourenliste bekommen. Nun habe ich noch nicht viele Touren, aber ich sehe schon, dass die vorhandenen alle einen längeren Namen haben. So bin ich zu dem Schluss gekommen, dass diese Tour nur ihr Alleinstellungsmerkmal für mich behalten und schnell in der Liste wieder zu finden sein wird, wenn ich sie nenne, wie sie der Planer (Andreas Thau) bei ihrer Geburt taufte: **Tour**