

## Vita Club Radmarathon, Salzburg

„...und täglich grüßt das Murmeltier“, oder in diesem Fall: „...und jährlich grüßt uns das Salzburger Wetter“, aber beginnen wir von vorn:

Der heurige Vita Club Radmarathon am 26.4.2015 bat wieder zwei Strecken zur Auswahl, à 118 km und à 69 km. Vier Sportler unseres Vereins, Alex Stadler, Martin Haas, Werner Jöbstl und auch meine Wenigkeit, versuchten sich wieder an der längeren Ausgabe dieses Frühjahresklassikers. Die kürzere Strecke nahmen Agnes Haas, Markus Eichinger, Gernot Flieher, Günther Fischer und Andreas Holzapfel in Angriff.

Wie erwartet bat Salzburg wieder einmal mit regnerischem Wetter auf. Zum Startschuss um 9:00 Uhr zeigten sich allerdings bereits die ersten Sonnenstrahlen und die Straßen begannen aufzutrocknen. Der Vita Club Radmarathon zeichnet sich dadurch aus, dass er schon nach ca 3 km mit einer Steigung am Fuße des Gaisbergs aufwartet, die als „Scharfrichter“ dieses Rennens bezeichnet werden kann. Dementsprechend haben hier grundsätzlich die Bergziegen unter den Wettkämpfern gleich zu Beginn die besseren Karten. Quasi frisch aus dem Trainingslager und mit gut 75kg belastet fuhr ich mit dem Hauptfeld in die erste Steigung, kurz danach war der Puls auf 195 und das Laktat begann fröhlich einzuschießen (ein paar härtere Intervalle im Vorfeld hätten mir wohl gut getan...). Am Ende des ersten Anstiegs (Durchschnittsleistung ca 300 Watt) fand ich mich in einer gut 10-köpfigen Gruppe wieder. Vorbei an der Schwaitlalm und hinunter in das Wiestal konnten wir an eine größere Gruppe anschließen. Trotz der nun ca 30 Personen gestaltete sich die Arbeit im Wind als zäh. Ich wechselte mich mit ca 7 anderen Kollegen an der Spitze ab. Die Gruppe fuhr in dieser Manier lange geschlossen, nach Hof, in die Faistenau, durch Fuschl, über den Scharfling und entlang des Mondsees bis zum nächsten längeren Anstieg nach Thalgau. Hier musste ich der Vernachlässigung des Intervalltrainings in der Vorbereitung Tribut zollen – das Laktat machte mir das Leben schwer. Ich musste mich zurückfallen lassen und fand mich in einer kleineren Gruppe wieder. Leider konnten oder wollten auch hier nicht alle den belgischen Kreisel vollziehen. Gemeinsam ging es das Wiestal bergab bis zur Seefeldmühle, hier bat ein kurzer Anstieg noch Chance für eine Tempoverschärfung. Wir konnten die Gruppe noch etwas ausdünnen und fuhren dann gemeinsam dem Ziel in der Alpenstraße entgegen. Für mich herausgekommen ist dabei ein Platz im Mittelfeld (43. meiner AK). Alexander Stadler hingegen konnte seine Qualitäten als guter Bergfahrer ausspielen und belegte den 5. Platz seiner AK. Leider musste Martin Haas schon am Ende des ersten Anstiegs aufgrund einer Reifenpanne aufgeben.

Alexander Kras

