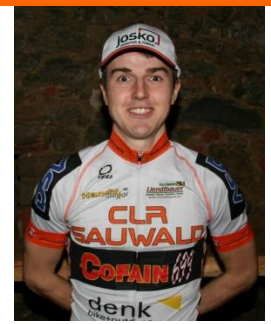


Österreichische Meisterschaft Einzelzeitfahren in Zeltweg

Powerman Duathlon Staffel in Weyer

19km / Brettleben bzw. 28km / 330Hm



Rennbericht von Peter Mayr

Am Samstag, den 23.07.16 fand am Fliegerhorst in Zeltweg, wo normalerweise die Eurofighter des Bundesheeres zu ihren Einsätzen aufbrechen, die Österreichische Meisterschaft der Amateure im Einzelzeitfahren statt. Auf komplett gesperrter Strecke, quer durchs Flugplatzgelände, streng bewacht von den Soldaten unserer Armee, wurde mit den Zeitfahrgeschossen um die Wette gebolzt. Nach einer Streckenbesichtigung, bei der sich doch die eine oder andere Kurve als potentieller Abflugpunkt ins Gemüse entpuppte, stand ich nach meinem Aufwärmprogramm um 13:47 hochmotiviert im Startzelt und machte mich auf den Weg in einen 19km langen Kampf gegen sich selbst. 330Watt war der Plan, doch nach ca. 5min Fahrzeit, meldete sich der Körper und sagte mir: „330Watt gehen heute sicher nicht!“ Ich hatte einfach keinen richtigen Druck am Pedal. Der Puls immer über 175 aber die Watt eben nicht dort wo sie sein sollten. Aber nachdem man sich von den Watt-Werten nicht verrückt machen lassen sollte, versuchte ich einfach das Ding durchzuziehen. Die elendslangen Geraden eines Flugplatzes waren nicht gerade fördernd der Motivation gegenüber, aber ich gab einfach alles was ich hatte. Leider war das an diesem Tag einfach zu wenig um auch nur annähernd eine Chance auf eine gute Platzierung zu haben. Am Ende stand dann eine Zeit von 25:37,92 und ein Schnitt von 44,5km/h in der Ergebnisliste, was für Rang 20 reichte. Leider fehlten auf den Sieger über 2 Minuten und fast 4km/h. Das ist einfach zu viel!

Zeitfahren, ohnehin nicht meine Stärke, vor allem wenns komplett flach ist, und einfach kein guter Tag (313Watt Durchschnittsleistung) ergeben in Summe einfach ein Rennen zum vergessen.

Aber das Einzelzeitfahren in Zeltweg war nicht das einzige Rennen an diesem Wochenende. Beinahe schon traditionell standen am Sonntag mein Bruder, Thomas Mayr, und ich in der Staffel des Kurzstanz-Bewerbs beim Powerman Duathlon in Weyer am Start. Im Prinzip wieder ein Einzelzeitfahren für mich, aber diesmal eher mit einem für mich besser geeigneten Höhenprofil und insgesamt 330 Höhenmeter auf 28km. Den ersten Laufsplit absolviert mein Bruder souverän und ich ging zeitgleich mit der führenden Staffel, dem Vorjahressieger Bike Team Ginner, auf die Radstrecke. Leider hatte ich Probleme in die Pedale zu finden und riss da gleich mal ca. 10 Sekunden Rückstand auf. Diesen versuchte ich sofort wieder zu verringern, doch es wollte einfach wieder nicht laufen. Bis ca. 10km war der Rückstand immer bei ca. 10 Sekunden, doch dann verlor ich kontinuierlich an Zeit. Selbst am Berg, wo ich normalerweise der Konkurrenz ziemlich weh tun kann, lief es einfach nicht nach Wunsch. Scheiss drauf dachte ich mir, einfach weiter draufhalten, schließlich kämpfen wir immer noch um einen Stockerlplatz und zu viel Rückstand kann und will ich dem Tom auf die Laufstrecke auch nicht mitgeben. Schließlich rettete ich mich irgendwie in die Wechselzone und übergab wieder den Transponder, welchen dann Tom sehr souverän auf Rang 2 durchs Ziel brachte. Wieder 2., wie schon 2015, geschlagen von derselben Truppe. Die Durchschnittswatt traue ich mir hier gar nicht hinschreiben, so unterirdisch waren die, aber eines ist gewiss: Diese Woche wird im Training an Intensität und Umfang ein wenig reduziert, weil anscheinend haben mir die hohen Intensitäten und Umfänge, inklusive 2 24h Teamrennen (Kelheim und Grieskirchen), ziemlich viel Substanz gekostet. Schließlich gibt es da noch einige Rennen wo ich ganz vorne mitfahren will.