

Alpencross 2003

Oberstdorf-Riva 4.8. bis 10.8.2003

Vorbemerkung und Vorbereitung

Nach 2001 und 2002, jeweils ab Garmisch, stand der 3. Alpencross endlich von Oberstdorf aus auf dem Programm. Er wurde, wie bereits 2002 ins Auge gefasst, zu viert durchgeführt und führte genau durch die Gebiete, auf die sich Reinhold und ich aufgrund anderer Berichte und Erzählungen festgelegt hatten.

Es ist mehr als eine Höflichkeitsfloskel, dass wir uns an dieser Stelle ganz herzlich bei unseren Münsingern Radfreunden, insbesondere bei Claudi und Holger, bedanken. Haben wir doch die gesamte Routenplanung per CD-ROM übernommen und uns im Vorfeld, worüber zu berichten sein wird, mit herrlichen Aufnahmen auf das Unternehmen eingestimmt.

Reinhold hat mit der ihm eigenen Gründlichkeit sowohl die Karten eingescannt und laminiert als auch das Roadbook fertiggestellt. Da er zudem auch noch unzählige Mails und Faxe an Gasthäuser/Hotels an den Zielorten (meist ergebnislos) versandte - von allen ein dickes Lob an dieser Stelle.

Die Suche nach geeigneten Partnern verlief ganz problemlos. Hans Lutz wurde von mir auf dem Dorffest kurz von der Seite angesprochen und dann nochmals im April kontaktiert - damit war das Thema erledigt. Wir einigten uns darauf, gemeinsam mit Reinhold ein paar knackige Schönbuchausfahrten zu machen. Hierbei wurde dann ganz schnell klar, dass unser Weltmeister und Olympiasieger nicht nur fahrradtechnisch bockstark ist, sondern auch konditionell keinen Vergleich zu scheuen braucht.

Der 4. und letzte Mitfahrer war dann Dieter Mrozek, ein Kollege und guter Kumpel von Reinhold, leider nicht in Altdorf wohnend. Ein Sportler durch und durch, Marathonläufer, Langstreckenschwimmer, Rennradfahrer, mit dem Mountain-Bike nicht zu häufig unterwegs.

Die Probefahrt im Schönbuch war für unseren Dieter *Dooortmund* recht schmerzlich - war er doch recht beratungsresistent, wie man im steilen Gelände vom Bike steigt. Bei dieser Probefahrt war überhaupt das volle Programm angesagt: Stürze, Verletzungen, Schaltungsabbriss (Kettenkürzen), Reifenplatzer etc.

Wir waren uns alle aber sicher: wir passen zusammen, das Unternehmen kann beginnen.

Es würde den Umfang unnötig sprengen, wenn man alle Vorbereitungen an dieser Stelle aufzählen würde. Jeder hat sich auf seine Art körperlich fit gemacht und, was genau so wichtig ist, mental auf das eingestellt, was da kommt. Gemeinsame Ausfahrten mit den Münsingern standen da genauso auf dem Programm, wie individuelles Bolzen. Dass dabei zahlreiche Übungseinlagen in steilem Gelände notwendig waren, versteht sich von selbst. Reinhold und ich mussten die beiden anderen vor allem überzeugen, dass man auch bei einem Jahrtausendsommer in den Bergen u.U. warme und regenfeste Klamotten braucht (war nicht ganz einfach).

Die Planungen mit Hin- und Rückfahrt erwiesen sich schnell als gelöst. Hans organisierte die Hinfahrt mit seinem Bus, das kurzfristig aufgetretene Fahrerproblem konnte er schnell lösen, Dieter brachte quasi als Einstand den Rücktransport mit einem Sprinter auf die Reihe. Beides hat sich bewährt -vielen Dank-, auch wenn der besondere Charme einer Bahnfahrt ab Rovereto etwas fehlte.

Wenn ich an dieser Stelle ein kurzes Resümee ziehe, dann um Wiederholungen in den täglichen Berichten zu vermeiden und um vorher einige Grundgedanken einfließen zu lassen:

Man kann über den Sinn oder Unsinn, Mountain-Bikes über Berge zu schleppen, stundenlang steilste Schotterstraßen hoch zu hecheln oder mit diesen Vehikeln auf vielbefahrenen Staatsstraßen Kilometer zu vernichten, sicher kontrovers diskutieren.

Es ist aber nach meinem Kenntnisstand die einzige Möglichkeit für Naturliebhaber mit Hang zur ausgeprägten Selbstpeinigung, in kurzer Zeit so viele unglaublich intensive Eindrücke zu erleben, so unterschiedliche Gegenden zu „erfahren“.

Dass jeder von uns sich mehrmals täglich die Frage stellte, "warum tue ich mir das an", ist selbstverständlich. Ich kann für alle sprechen, wenn ich sage, dass am Abend die Pein stets vergessen war und die große Freude über das Geleistete und Erlebte weit überwog. Was mich angeht war es stets so, dass ich unglaublich glücklich und dankbar war, das alles erleben zu dürfen.

Die Kritikpunkte fallen im Vergleich mit den vielen positiven Geschehnissen sehr bescheiden aus.

Der Alpencross 2003 hat die bisherigen, sowohl von der Belastung als auch von den Eindrücken her, weit übertroffen. Er war teilweise extrem schwer, sehr belastend, stellenweise gefährlich, aber auch außerordentlich erlebnisreich.

Unsere Vierergemeinschaft hat trotz aller unterschiedlicher Charaktere wirklich gut funktioniert - so gut, dass wir zu viert losgefahren und zu siebt in Riva angekommen sind.

Das beste Zeugnis über die Zufriedenheit ist, dass wir alle einen „Bilderabend“ mit unseren Familien bereits beschlossen haben. Dies auch, um über viele große und kleine Highlights nochmals zu reden, zu lachen und sich auf den nächsten Event zu freuen.

So, genug der Vorrede, steigen wir ein in den heißesten Sommer, den es in Mitteleuropa je gab, in die heißeste Woche des Jahres 2003, in diese Woche, wo sich vier Unerschrockene von zusammen 205 Lebensjahren anschickten, fast 10.000 Höhenmeter und 400 Kilometer zu pulverisieren - mit Bikes, die teilweise weder eine Federgabel noch eine optimale Übersetzung hatten.

Tag 1: Oberstdorf- Konstanzer Hütte

Nach gut 2 $\frac{1}{2}$ Stunden Fahrt mit Hans' Bus nach Oberstdorf, ging es mit leichter Verzögerung um 09.20 h richtig los. Die nette Anfahrt durch das Rappental zum Schrofenspass dient dem Einrollen, die Anstiege waren bis zum eigentlichen Einstieg ziemlich easy.

Aber dann: wie erwartet, man hatte sich ja schlaue gemacht, der derbe, teilweise ausgesetzte Wanderweg mit allen Schikanen bergan. An der bekannten Leiter ein Stau, zum einen, weil eine nette Bikerin partout nicht mehr weiter wollte/konnte, zum anderen, weil natürlich jeder seine Bildchen in den Kasten bringen wollte.

Mir war die Rumsteherei nicht recht, weil der Blick in die Tiefe bekanntermaßen nicht zu meinen Lieblingsbeschäftigungen zählt. Alles in allem sehr beeindruckend, die Bilder belegen nur teilweise das Erlebte.

Wir haben dann fast nicht bemerkt, dass wir den Pass erreicht haben, lediglich zwei einsame Jungs und ein fotogenes Pärchen garnierten unseren ersten Gipfel.

Über die Jungs wird noch zu schreiben sein.

Der folgende Downhill war anfangs wegen großer Steine/Steile nicht, dann einigermaßen fahrbar. Was mir besonders gefiel, war der herrliche Ausblick in eine etwas andere Alpenwelt.

Die Fahrt über Warth, Lech, Zürs, Flexenpass war wegen der Hitze und zudem auf der Straße nicht besonders erwähnenswert, außer dass der Puls längere Zeit zwischen 160 und 170 pendelte, sicher nicht gesund am Anfang einer einwöchigen Tour.

Der Anstieg zum Arlbergpass war richtig ätzend. Eigentlich sind wir wieder zu schnell gefahren, aber das Ding wollte jeder schnell hinter sich bringen. Ich fragte mich nicht nur einmal auf den letzten 40 km, warum manche so scharf aufs Rennradfahren sind.

Was nun folgte, war der Vorgeschmack auf manch andere Abfahrt: Hans *Fahrbar* (Lutz) und Ernst *Antreiber* (Horlacher) fahren um die Wette - (Hans hat mit 73,4 km/h dieses Mal gewonnen) - und dafür an der Einfahrt ins Verwalltal vorbei.

Sch..... (erste Kehre Mooserkreuz!)

Also am Ortsende von St. Anton einen Engländer (!) befragt, ob der Wanderweg durch die Rosannaschlucht auf den Ursprungsweg

zurückführen würde. Er wusste und bejate es, es war landschaftlich wunderschön, leider zum Fahren teilweise zu steil.

Der weitere Weg zur Konstanzer Hütte war recht lang, aber sehr gut fahrbar und mit herrlichen Ausblicken gesegnet. Besonders der Verwallstausee mit seinem türkisfarbenen Wasser hat es uns angetan.

Von der Konstanzer Hütte waren wir angenehm überrascht: Herrlicher Gastraum, saubere Schlafräume mit viel Platz (zu zweit im 3-Mann-Zimmer), dazu den ganzen Abend noch Hüttenmusik.

Weil auch die Unterhaltung mit den bereits erwähnten zwei Jungs, es handelt sich um die Brüder Michael und Stefan aus Schwieberdingen bzw. Feuerbach, wirklich sehr nett war, kann man rückblickend von einem sehr schönen Auftakt sprechen.

Die erste große Hürde, der Schrofepass, war genommen und alle waren wohlauf und bester Laune.

Was zu bemängeln war, gilt auch für die kommenden Hütten:

Die Preise sind einfach zu hoch. Jede Selbstverständlichkeit kostet ein Heidengeld und ist mit den erschwerten Hüttenbedingungen nicht zu rechtfertigen.

Tour-Daten:

65,12 km, 1867Hm, Brutto-Fahrzeit: 8:50 Netto: 5:32 h

Durchschnitt: 12,04 V-max: 73,4 Puls: 141 (Durchschnitt)

Temp. max 39 Grad/Celsius

Tag 2: Konstanzer Hütte - Heidelberger Hütte

Nach ordentlicher Nacht in wirklich guten Betten und einem super Müsli-Frühstück ging es stetig aufwärts (Mit kurzer zeitlicher Verzögerung, weil ein Schlüssel zum Fahrradschloss nicht auffindbar war).

Anfangs zu fahren, dann, nach der Bachüberquerung, sehr steil tragender- und schiebender Weise. Auf dieser Etappe zeigte sich zum ersten Mal, warum Hans den Spitznamen *Fahrbar* erhielt.

Auch für einen geübten Biker ist es unfassbar, was dieser Mister Olympia an Bergen hochfährt: 25 % Steigung, dazu heftigster Schotter oder Holzbohlen -kein Problem. Das gleiche bergab: fast senkrechte Stiche, dazu Steine/Abgründe -kein Problem.

Sein Standardausdruck: „*Schmerzfrei musst du sein*“.

Dass er auch die Rampe zur neuen Heilbronner Hütte hochgestrampelt hat -passt ins Bild.

Hier hatten wir den wirklich erhebenden Ausblick aufs Silvrettamassiv, dazu die Vorfreude auf den flotten Downhill via Kops-Stausee. Den Abzweig haben wir, nicht zuletzt Dank des Hinweises von den Münsingern, nicht verpasst, auch wenn die Route in Mountain-Bike anders ausgewiesen ist.

Also kurz Getränke eingeworfen, ein Blick, ein paar Bildchen und weiter abseits der Straße nach Galltür.

Dieter *Dooortmund* kauft sich eine neue Brille für bescheidene 89 €, sieht jetzt aber auch noch schneller aus (die alte hat bestimmt einen neuen Besitzer gefunden).

Wir erinnern uns kurz an die Lawinenabgänge vor eineinhalb Jahren, auch weil unsere Freunde aus Altdorf - die Familien Zehnle und Kaltenbach - dort in der Sporthalle fest saßen. Man kann sich das bei der Weitläufigkeit des Tales gar nicht richtig vorstellen.

Die Weiterfahrt auf dem Radweg nach Ischgl ist erwartungsgemäß sehr schön, weg vom Straßenlärm, immer in schönster Natur.

Das Mittagssmahl nehmen wir nach Empfehlung der Münsinger im „Trofana“ ein (es handelt sich um das Restaurant hinter dem 5-Sterne- Bunker).

Weil das Essen sehr gut und die Bedienung äußerst sympathisch ist, blüht der Flachs. Hans fällt wieder mit seiner galanten Art auf.

Nachdem der Versuch mit der Gondelmitfahrt beim Zeinisjoch nicht

ganz geklappt hat (der Partner der Dame stand wohl im Weg), versucht man es jetzt halt noch subtiler -erfolglos.

Es sollten für 3 Stunden die letzten Lacher sein!

Der avisierte „Anstieg wie am Dach“ aus Ischgl hinaus Richtung Fimbabahn ist wirklich so. Dazu 39° , sengende Sonne, heißer Teer, anfangs über 20% Steigung. Hans fährt (natürlich), wir schieben und fluchen.

Es ist mit der ödeste Teil des Alpengrosses auf dieser Route. Da tröstet es auch nicht, dass der Anstieg aufs Viderjoch noch steiler gewesen wäre (für die Route ins Samnaun).

Besser ist schon, dass nach einiger Zeit die Steigung in den fahrbaren Bereich zurückgeht und, noch besser, auf der Bodenalpe zwei einsame Alpengrosser beim Hefe sitzen: Michael und Stefan. Ein kurzer Plausch, eine Radlerhalbe und die ganze Pein ist vergessen. Wir radeln wieder besseren Mutes weiter den Berg hinan Richtung Heidelberger Hütte. Am Schluss hat es mir sogar richtig Spaß gemacht.

Reinhold hatte auf den letzten Metern noch einen Hungerast, etwas, was wir in dieser Form (Schüttelfrost, Schwäche, alles ohne jede Vorwarnung) nicht kannten.

Ankunft in der Hütte war um 16.45 Uhr.

Sei´s drum, auch dieser Tag ging gut vorbei. Haften bleibt sowohl der Anstieg zur Heilbronner Hütte, als auch die Abfahrt, wo man endlich mal so richtig die Sau rauslassen konnte.

Surfen auf dem Bike!

Das beste an der Hütte war das Duschen: 4 Männer - 5 Minuten, Dieter als Letzter hat offensichtlich zu wenig Zeit abbekommen und ist beinahe erfroren (jetzt weiß er, was Schwaben sind, 3 € müssen für alle reichen!).

Das enge Zimmer mit 2 Stockbetten, die kurz vor dem Zusammenbrechen waren, - vergessen wir es!

Tour-Daten:

48,75 km 1560 Hm Brutto-Fahrzeit: 9:30 h Netto: 5:08h
Vmax 67,10 km/h 128 Puls Steigung max. 31% Temp. max. 39°

Tag 3: Heidelberger Hütte- Sesvenna Hütte

Es sollte der Tag der Superlative werden.

Endlich die Val d' Uina-Schlucht live!

Dazu den bekannten Downhill vom Fimberpass!

Wow - Herz was willst Du mehr?

Doch der Reihe nach. Alle haben ein bisschen Bammel (wahrscheinlich ich am meisten, kannte ich doch die Bilder, sowohl vom Fimber, als auch vom Val d' Uina). Nach dem Preisschock für die Übernachtung mit Essen (habe für 4 Personen 185 € gelöhnt) und dem üblichen Bildchen auf dem Holzsteg ging es recht steil aufs Dach der Tour (Fimberpass 2608 m). Während des Aufstiegs ging ganz langsam die Sonne auf, es war noch erträglich kühl, dazu ein herrlicher Ausblick - einfach top.

Die Abfahrt nach dem üblichen Fototermin auf dem Gipfel geriet für Hans zum Flickenteppich. Gleich in der ersten scharfen Kurve platzte der Schlauch am Ventil.

Ein Vorgang, der sich noch mehrmals wiederholen sollte. Die Kombi Felge/Schlauch/Reifen in seinem Hardtail war der Kombi Hans *Fahrbar/Gewicht/ Gefälle/ Geschwindigkeit* einfach nicht gewachsen.

Insgesamt war die Abfahrt teilweise eine Abschiebe, dennoch wunderschön, steil und stellenweise auch „schön“ ausgesetzt. Ich für meinen Teil bin gefahren, wo ich normalerweise nicht mal zu Fuß gehe. Aber - man muss halt runter kommen.

Reinhold hat sich auch noch seinen Spitznamen abgeholt - *Flieger*. Hat er es doch perfekt fertiggebracht, einen sauberen Abgang über das rutschende Bike so zu gestalten, dass er für die Flugeinlage eine glatte 6,0 einfuhr und dazu das Bike nach perfekt am Abhang zu platzieren. Wenn es da runter wäre

Nach der Steile dann der Auslauf. Traumhafte Waldwege, einsame Höfe, über Vna runter bis Ramosch, immer mit tollen Ausblicken. Auch hier wieder die Möglichkeit, das Fully richtig rennen zu lassen. Kein Druck auf den Lenker, alles über die Oberschenkel, richtig surfen, über Rinnen und Hügel springen, extra scharf.....

Beim kurzen Halt dann immer die Möglichkeit, die Landschaft näher zu betrachten - Engadin, welch schöne Welt du doch bist!

In Ramosch gleich am Ortsbeginn scharf rechts in den Supermarkt zum Obst-Weck-und Getränke-fassen. Dazu noch, seht her, Michael und Stefan. Wir haben in der Hitze ordentlich gevespert und gelacht und zuletzt die beiden überzeugt, dass das Val d' Uina ein absolutes Muss ist.

Also runter ins Tal, kurz auf die Staatsstraße, dann links weg zum Campingplatz und hinein ins Vergnügen.

Doch hoppla.

Vom ersten Meter an steil aufwärts. Bereits nach wenigen Metern verlagere ich aufs Schieben, Reinhold folgt bald, Dieter klemmt sich lange an Hans und dieser fährt (unglaublich!) bis zur

Bauerngaststätte, wo die Flasche Mineralwasser 12 Franken kostet! Schon der ewig lange Anstieg, wo es ein überraschendes Treffen mit dem Ludwigsburger Landrat Dr. Rainer Haas samt Gemahlin gibt (die können nicht glauben, dass ein sonst so seriöser Polizist mit seinen verrückten Begleitern mit dem Radl da hoch bzw. durch will), wird durch die grandiose Landschaft versüßt.

Weil das Wasser zu teuer war, trinken wir eine Radler, dann kommt das große Abenteuer.

Von hinten naht ein Gewitter, vor uns türmt sich eine Geröllhalde und ein fieser Anstieg ohne Sicherung. Der Versuch von Hans, eine Kuh zur Seite zu schieben, scheitert kläglich.

Bis man am Seil ist, kann ruhig von alpinem Einsatz gesprochen werden.

Ich schnaufe halt zügig den Berg hoch, damit ich ja nicht nach unten oder hinten schauen muss und schließe mich der Meinung von Hans an, der sagt, dass dies das zweitschärfste in seinem Leben sei. Das erste war ein Bungeesprung (ich habe noch keinen, also...).

Trotz unerwartet viel Gegenverkehrs (nicht ganz ungefährlich, ich bleib immer innen am Seil), kommen wir nicht zuletzt wegen des langsam aufziehenden Gewitters recht schnell voran auf die Hochebene.

Die ist leider auch nicht durchgehend befahrbar, zu viele blöde Steine.

Egal, das Val d` Uina allein war den Alpencross wert, selbst eine Anfahrt für eine Tagestour würde sich rentieren. Schade ist nur, dass wegen des nicht optimalen Wetters der Ausblick auf den Ortler etwas erschwert wurde.

Das Einchecken auf der Sesvenna Hütte geht schnell vonstatten, die wenigen fetten Regentropfen haben niemanden geschadet.

Nach dem Begrüßungsschnaps beginnt ein richtig lustiger Abend. Es wird in großer Runde geredet, gelacht und manches Bierchen getrunken.

Unsere Gruppe ist auf 7 angewachsen. Außer den Brüdern hat sich auch noch Jens aus Bempflingen durch vorbildliches Sport- und Freizeitverhalten empfohlen. Er sollte als VollblutSPORTLER für Hans eine richtige Herausforderung sein.

Wir waren uns einig, dass das Finale in großer Besetzung stattfinden würde.

Die letzten Übernächter kamen (mit Kindern!) um 22.15 Uhr in der Hütte an, nachdem sie 14 Stunden gewandert waren.

Nach Einheitsmahl (Knödel) und ordentlich Bier geht es in die Heia, nur Hans kann es lange nicht richten. Er wird dann von der versammelten Mannschaft (sechs aufrechte Teutoburger) richtig herzlich begrüßt.

Während der langen Wachphasen war ich immer erstaunt, wie leise doch 14 Männer sein können. Nur einer hat gelegentlich kurz etwas gesagt. Beruhigend war auch zu wissen, dass der folgende Tag ein „Rolltag“ sein würde, nur abwärts durch´s schöne Vinschgau nach Lana.

Tour-Daten:

36,11km, 1822 Hm, Brutto-Fahrzeit 9:15 h, Netto-Fahrzeit 4:43h
Durchschnitt 7,85 km/h Vmax 65,34 km/h Puls: 125

Tag 4: Sesvenna Hütte - Lana

Der 4. Tag begann wie jeder andere: Sonnenschein, noch etwas frisch.

Wir machten uns zu siebt an die Abfahrt in Etschtal.

Bereits nach wenigen 100 Metern musste Hans wieder mal flicken, was soll's, hatten wir doch noch einige Ersatzschläuche in Reserve.

Der Downhill war zunächst recht steil, dann schön flott.

Leider sind wir aus den bekannten Gründen in Schlinig an der Abzweigung nach rechts geradeaus vorbeigeschossen und somit in Burgeis gelandet.

Die restliche Fahrt nach Lana ist nicht weiter erwähnenswert (zumindest, wenn man sie schon zweimal gefahren hat). Das Vinschgau ist schön, wir wurden wiederholt von den Bewässerungsmaschinen nass gemacht, ein gutes Gespräch mit dem Nachbarn war stets möglich.

Ein Highlight gab's dann in Laas, wo wir neben der Kirche in luftiger Höhe unter einem herrlichen Baum Brotzeit machten. Nicht genug, Dieter gab wegen des 17. Geburtstags seines Sohnes noch einen aus, Prosecco mit Dosenbier - Hups.

Bereits um 14.30 Uhr liefen wir im bekannten Quartier in Lana ein, die Unterbringung der zusätzlichen Mitradler verlief problemlos, so konnte sich jeder auf seine Art noch entspannen (Schlafen, Pool, Hefe...)

Wir waren alle recht froh, dass dieser Tag recht einfach war.

Entsprechend locker wurde der Abend im letztjährig bewährten Lokal bestritten. Gut, viel, nicht zu teuer, darauf hinterher noch ein tolles Eis - passt.

Dass durch die Integration der drei „Jungen“ teilweise ein flotteres Tempo angeschlagen wurde sei am Rande erwähnt, es soll noch einmal zur Sprache kommen.

Tour-Daten:

84,23 km 251 Hm Brutto-Fahrzeit: 06:35h Netto: 3:52 h
Vmax 59,70 Durchschnitt 21,74 108 Puls, max. 38 °C

Tag 5: Lana - Dimaro

Nachdem alle zum ersten Mal richtig gut geschlafen hatten - und wir mit einem wirklich ordentlichen Frühstück und frisch gewaschenen Klamotten verwöhnt wurden - war der Rest fast Formsache.

Der Buserweg wie immer: manche schieben und schonen sich, andere fahren jeden Meter. Nach dem technischen Halt an der Tanke und kurzer Orientierung scharf rechts ab und dann den Berg links hoch. Dieses Jahr finden wir zum ersten Mal den richtigen Weg: Es ist der 4er, der für Verrückte fast durchgehend fahrbar ist. Gott sei Dank fällt Hans schon bei 27% vom Rad, während Jens 29% schafft.

Tiere auf freier Wildbahn...

Der Einkehrschwung beim Gasthaus Rinnerhof nach 1000 Hm - je nach Geschmack ein Hefe-Radler oder einen selbstgemachten Wachholdersirup - dazu der herrliche Ausblick Richtung Meran - really good feelings!

Alles weitere wie gehabt: Anstieg zum Gampenpass, dort eine Pasta und ein Apfelsaftschorle, die Abfahrt über Castelfondo - Cloz bis nach Cagno. Hier, nach dem üblichen Bild wegen der Aussicht auf den Lago di Cles, die Abweichung von der bisherigen Route:

Wir fahren nicht nach Cles, sondern über Male nach Dimaro.

Was nach der Karte und den Beschreibungen recht anstrengend sein könnte, war (zumindest für mich) nicht so tragisch.

Man spürt den Hintern, die Oberschenkel u.a., aber es geht auch langsam aber stetig den Berg hinauf zum Etappenziel.

Dass wir neben einem Verfahrer (mit Abstieg von Dieter) auch noch Rafting beobachten können, umso schöner.

Es ist der Einstieg in eine grandiose Bergwelt, weg vom Touristress, rein in langsam wieder anstrengendes Mountainbiking.

Die Italo-Connection hat im Touri-Büro ganz flott ein wirklich schönes Hotel gefunden, das außer seinem Standort an der Hauptstraße Richtung Madonna di Campiglio wirklich zu empfehlen ist: (Garni Rosatti). Tolle Zimmer, gutes Frühstück, fairer Preis. Der Abend nach Eis, Pizza, Heimatfest und Absacker - gelungen.

Zum ersten Mal erleben Reinhold und ich auch den Vorteil einer Großgruppe außerhalb der Berghütten so richtig bewusst.

Zu siebt hat immer einer einen Joke drauf, es gibt immer einen, der stichelt.

Weil sich das Ganze gleichmäßig verteilt gibt es keine Loser, sondern nur Lacher.

Es ist so, wie es sein soll: nach der Anstrengung alles sehr locker und kameradschaftlich.

An dieser Stelle sei die Anmerkung gestattet:

Die Hitze war, zwar nicht überall, aber doch in weiten Bereichen, unerträglich. Es gab Temperaturanstiege von über 10° auf wenigen Metern.

Sträflinge hätten bei diesen Temperaturen sicherlich keine Steine klopfen, sondern ein kühles Fußbad nehmen dürfen!

Es ist umso bewundernswerter, mit welcher Gelassenheit die Anstrengungen weggesteckt wurden, wie wir mit einem lockeren Gespräch über die vielen positiven Eindrücke die körperlichen Strapazen einfach verdrängen konnten.

Tour-Daten:

72,64 km 1805 Hm Brutto-Fahrzeit: 9:12h Netto: 5:38 h

Vmax 61,38 km/h 113 Puls Steigg. 6%, max. 29 % max. 43 °

6. Tag: Dimaro -Riva

Zum Abschluss eine richtige Königsetappe, sowohl von der körperlichen Belastung, als auch von den Eindrücken her.

Der Tag begann äußerst angenehm: kühle, teilweise fast zu kühle, Temperaturen, so um die 11°. Gleich nach Dimaro der Einstieg in einen schönen, gut fahrbaren Wanderweg, der in herrlicher Landschaft stets ordentlich steil Richtung MdC führt. Dazwischen eine tolle Schlucht, ein ordentlicher Verfahrer, der einige Höhenmeter kostet, egal: Alle sind gut drauf, wohl wissend, was noch alles kommen wird.

Dass Jens als Lotse wegen des Verfahrers in MdC gleich ein zweites Frühstück in der Fußgängerzone ausgibt, Hut ab!

Das alles in mondäner Umgebung, zwischen noblen Vielsternebunkern und reichlich Schickeria.

Die aufgenommene Energie sollten wir brauchen.

Zuerst noch gezügelt bei der Orientierung (immer links halten), dann beim knackigen Downhill ab dem Naturpark (scharf rechts den Schotterweg runter) und dann vor allem auf dem nicht enden wollenden Anstieg im Val d' Agola zum dortigen Lago. Immer steil bergauf, man muss aufpassen, dass einen nicht die Fußgänger überholen!

Nach der kurzen Rast am See mit Bildern, Getränken und Vesper rechts am See vorbei und die Wiese hoch.

So steil, dass es einem die Socken in den Schuhen verzieht!

Der Wanderweg oben raus ist etwas schöner, nicht ganz so steil und führt direkt ins Paradies, zum Passo Bregn de l' Ors.

Eine Naturschützerin (oder was ähnliches) will uns vom Fahren abhalten - ein paar Bayern lenken sie ab, wir flitzen vorbei.

Zuvor haben alle den grandiosen Ausblick auf die Berg- und Gletscherwelt rund um MdC genossen, reichlich Fotos geschossen und sich auf den folgenden fast 1800 Hm währenden Downhill nach Riva eingestellt.

Es war wieder typisch: das Gelände fördert die Raserei, manch einen sticht der Hafer. Es ist einfach zu schön, ins Tal zu brettern.

Die Anbremspunkte werden immer weiter nach unten verlegt, die Bremsspuren länger.

Alles geht gut, außer einem Platten wegen eines wandernden Schlauches (dieses Mal bei mir) und einer unkonventionellen Begegnung von Reinhold mit einem bergaufwärts fahrenden Auto. Nach einem Einkehrschwung in einem wirklich empfehlenswerten Restaurant auf halber Höhe (mit einem halbwüchsigen Boxer), reichlich Pasta und Getränken, geht es an die letzten Kilometer. Zunächst noch stetig bergab, dann auf der Staatsstraße nach Stenico.

Ich will eigentlich nicht mehr. Alles, aber auch alles, tut weh. Ich rette mich nach Stenico, wo die anderen am Brunnen warten. Bis Ponte Arche geht es noch (weil bergab), dann ein leichter, aber sehr langer Anstieg auf einer vielbefahrenen Straße, dazu noch die erwähnten Tempobolzer - eigentlich reicht es.

Der Puls auf 150, die Laune auf Null, einfach nur noch durch! Gott sei Dank geht es zumindest Reinhold genauso.

Das Ergebnis ist klar: wir fahren in Ballino statt links weg weiter auf der Staatsstraße und am Ende des Lago di Tenno statt rechts weg auch wieder auf der Hauptstraße weiter.

Sei's drum. Ein paar nette Fotos gibt's noch, dann die triumphale Einfahrt in Riva, direkt auf die Piazza.

Die Verrückten versenken ihre Drahtesel doch nicht (wie unterwegs vorgeschlagen) im Lago di Garda, alle stellen sich für das finale Bild in Pose - das war der Alpencross 2003.

Ein schöner Ausklang noch in Torbole mit den Familien von Michael und Stefan, der gute Schlaf im ordentlichen Hotel und die problemlose Rückfahrt mit dem Sprintershuttle.

Tour-Daten:

90,85 km 2149 Hm Brutto-Fahrzeit: 10:21 h Netto: 6:45 h
Vmax 56,60 km/h 115 Puls Steigung 7% max. 30 % max. 38

Resumee:

Wenn man von dem Virus befallen ist.... so könnte man alles zusammenfassen.

Sinnkrise hin oder her, Etappenproblemchen oder auch andere, nächstes Jahr wird - zumindest was mich angeht - wieder ein Alpencross auf dem Programm stehen.

Offen ist noch die Route, ebenso die Zusammensetzung der Gruppe. Manche der diesjährigen Teilnehmer haben Terminprobleme, andere fragen sich sicher noch, ob das nochmals sein muss.

Die Folgeveranstaltungen - Bericht lesen, Bilder angucken, einfach nur darüber klönen- werden sicher noch die eine oder andere Sinnesänderung bewirken.

Fakt ist: Es war sehr schön, sehr schwer, für Naturliebhaber ein Stück Lebenselixier.

Jeder zieht seine eigenen Erkenntnisse.

Unser größter Feind war die Hitze - nicht die Berge und schon gar nicht der innere Schweinehund. Das zeugt von einer guten Vorbereitung und von der richtigen Einstellung, die ein solches Vorhaben voraussetzen.

Es bleibt mir als Ernst *Antreiber* die Bitte an meine etwas ruhigeren Radelgenossen: Verzeiht mir, es war immer nur im Interesse der Sache. Berge wollen genommen, nicht verwaltet werden, und das am besten gleich unmittelbar nach dem Frühstück, ohne vorherige Besprechungspause.

Dass es auch lockerer geht - ihr habt es bewiesen!

Zusammen waren wir unschlagbar - es war eine super Woche -

DANKE!

Gesamt-Tour-Daten:

397,70 km (zusätzlich die „Getragenen“) 9454 Hm Brutto-Zeit 53:43 h Netto 31:38h
höchste Temp. 43 ° Vmax 73,4 km/h