



RC-Michelin Bad Kreuznach e.V.

RC-Michelin Bad Kreuznach e.V.
55543 Bad Kreuznach Michelinstr. 1

Rockenhausen Radmarathon 238 km am Samstag, den 26.5.2012

Bei schönstem Wetter bin ich um 6 Uhr 33 in Rockenhausen gestartet.
Ich hatte wenig Verkehr, so dass ich meinen Vorsatz "langsam" zu fahren recht gut einhalten konnte.

8 Uhr 45 habe ich von unterwegs meinen Kumpel angerufen (der wollte mit Anderen um 9 Uhr zur Sternfahrt aufbrechen).
Ich hatte zu dieser Zeit bereits die Auffahrt zum Schneeweiderhof hinter mich gebracht (im aeroben Bereich - 138).

Das Telefon aufgelegt zog mich jemand an meinem Sattel nach hinten.
Es waren 2 Bekannte die mich in der Folge versuchten zu motivieren doch gleich die 300 km zu fahren.
Ich lehnte dankbar ab weil bei den 2 (lange zurück liegenden) Rockenhausen-Marahton-Fahrversuchen jeweils bereits nach knapp 100 km im "Überlebensmodus" gefahren bin.

Wir erreichten gemeinsam die 2t Kontrolle von welcher ich mich aber kurz vor den Beiden wieder aufmachte um mit gesenktem Kopf davon zu stürmen (damit ich den nächsten Berg gemeinsam mit den Beiden schaffe würde).

2 Orte weiter übersah ich dabei geflissentlich das (nicht so gut angebrachte) Hinweisschild und bog NICHT nach Schweinschied ab.

Nach einigen km Fahrt berauf wunderte ich mich warum mich niemand einholt.

Bei der nächsten Kreuzung (ohne Schilder) wusste ich warum.

Die Beiden habe ich dadurch nicht mehr gesehen und konnte somit wieder mein Tempo fahren was (auch in fast ausgeruhtem Zustand) leicht unter dem der Beiden lag.

Bei der Auffahrt zu Verpflegung in Entenpfuhl drehte ich dann doch nochmal ein bisschen auf was sich dann später (leider - wieder) rächen sollte.

Immerhin brannten meine Füße noch nicht und ich fühlte mich noch recht fit - erstmalig bei 3 Touren auf dieser Strecke.

Bei der Überfahrt von Kreershäuschen nach Tiefenbach machte sich jedoch die "Abnutzung" bemerkbar. Der Eine oder Andere überholte mich am Berg und ich sah bis zur Verpflegung in Kastelaun nur noch einen Einzigen Radfahrer.

Die Verpflegung in Kastellaun war beschattet und hatte Rasen was meinen (ja sie hatten angefangen etwas zu brennen) geschundenen Füßen sehr gut tat.

Frisch gestärkt und ohne Socken machte ich mich auf die selbigen als mich kurz nach der Verpflegung der Anruf des Sternfahrers erreichte - der lag schon wieder zu Hause auf der Couch.

"Hilft alles nichts!"

Weiter ging es über Ellern zur Kontrollstelle - ROBERT.

Das ging einigermaßen gut.

Auf der Abfahrt an der Opelwiese vorbei musste ich einer "Schlange!" auf der Straße ausweichen.

Die schlängelte sich halb seitlich schräg zur Fahrtrichtung über die Straße.

Die Schlange war ca. 140 cm lang und teilweise so dick wie mein Handgelenk.

Ein Mitfahrer meinte später: "War wohl eine Ringelnatter, weil ... die hat sich so geringelt".

"Ähem" - sie war auf jeden Fall ganz schön groß.

Geschäftsstelle

Michelinstr. 1
55543 Bad Kreuznach

Internet-Adresse:

www.rc-michelin.de



RC-Michelin Bad Kreuznach e.V.

RC-Michelin Bad Kreuznach e.V.
55543 Bad Kreuznach Michelinstr. 1

Immer wieder entmutigend dann - die Auffahrt nach Mandel.

Die Idee mich von einem vorbei fahrenden Auto (durch Eingriff in den Fensterrahmen) ziehen zu lassen (hatten die Insassen angeboten) beendete ich aber nach knapp 50 m weil: "links kein Platz, rechts kein Platz, 80 kg am linken Arm bergauf....."

Ich bin also brav hoch "gerudert", weil Rockenhausen mit Rennradübersetzung ist einfach zu stramm.

Ich habe ab und an neidisch auf die 3 Kettenblätter von Mitradlern geschaut.

Bei der letzten Verpflegung habe ich mir eine halb volle Wasserflasche geschnappt und mich erst einmal auf eine Bank gesetzt. Knappe 20!!! Minuten saß ich so da.
Einige Andere an der Verpflegung sahen nicht besser aus.

Dann, "Rauf auf die Möhre und ruhig pedalieren"; die 18 Schlusskilometer ziehen sich immer noch einmal ordentlich hin.

Technik hat gehalten.

Ich ein wenig länger als sonst durchgehalten.

Durch die Verfahrerrei hatte ich am Schluss 245 km, 3578 hm, 3859 cal und einen gefahrenen Schnitt von 23,5 km/h.

Bei der Gurrerei gegen Ende fast noch erstaunlich hoch.

Vermutlich bin ich jetzt wieder für die nächsten 5 Jahre vom Rockenhauser Marathon "geheilt".

Schwank am Rande:

Unterwegs bin ich auf einen - schrecklich knarrenden - Prinzipiafahrer aufgefahren.

Er meinte das er sich gerade auf den "Drei-Länder-Giro" in den Alpen vorbereitet..... der hätte aber 1000 hm weniger als Rockenhausen !!!

Wie sagte die Profi-Triathletin an der ROBERT-Kontrolle ? "Das soll ja auch keinen Spass machen !".

Ich fand es teilweise sehr schön unterwegs auf oft sehr autoarmen Straßen.

Die 150 km Strecke reicht aber schon vollkommen aus um sich "aus den Socken zu fahren".

Am Montag geht es gemeinsam mit - hoffentlich vielen - Vereinskameraden zur Sternfahrt nach Rheindürkheim; da kann ich "meine Wunden lecken".

Ach so; habe es heute zum ersten Mal unter 12 Stunden geschafft.

Gruß Leo

Geschäftsstelle

Michelinstr. 1
55543 Bad Kreuznach

Internet-Adresse:

www.rc-michelin.de