



Ulla Atzert
hr1 Reporterin

Warum regnet es eigentlich immer, wenn ich etwas Besonderes vorhaben? So wie heute – war mit Thorben verabredet: einem Coach aus Babenhausen, Personal Trainer und auf alle möglichen Fragen rund ums Radfahren spezialisiert.

Er sollte meinen (Fahr-)Stil überprüfen. Nachdem ich ihm erklärt habe, wie groß und wie schwer ich bin und in welchem Pulsbereich ich trainiere, fahren wir los. Aus dem leichten Nieselregen: „Der hört bestimmt gleich auf“, wurde schwerer Regen: „Jetzt kommt sicher die Sonne durch“...

Erwähnte ich bereits den Seitenwind? Die Temperatur (10°)? Optimale Bedingungen für eine Fahrstilanalyse! Zum Glück fährt Thorben sein Mountainbike, da ist der Windschatten größer, in den ich mich ganz schnell verkrümelt habe. Bis zu 30% Energie spart das Fahren im Windschatten.

10 km weiter fange ich an zu meckern – ich will nicht durch Pfützen fahren, ich will keine k...braunen Streifen auf dem Rücken vom Spritzwasser. Thorben! Achtung! Kundenwunsch! Umkehren! Sofa! Woldecke! Thorben fährt unbeirrt durch den Regen, fragt regelmäßig Pulsfrequenz und Wasserstand in meinen Schuhen ab...

Irgendwo zwischen Spargelfeld links (nass) und Acker rechts (neblig) hat er ein Einsehen, es geht zurück. Endlich. Das war vor 6 Stunden. Seitdem habe ich zweimal heiß geduscht, zweimal heiße Brühe getrunken, jetzt einen dicken Rollkragenpulli an und null Bock auf Radfahren. Schwacher Trost: Mein Fahrstil sei sehr gut, nur zu vorsichtig.

Bremsen in den Kurven heißt meine Hausaufgabe. Nicht so abrupt, sonst verliere ich viel zuviel Zeit. Und gefährde andere Radfahrer (im Wettkampf). Auch das noch. Aber dann hat es doch ein Gutes, wenn ich letzte bin – da kann ich bremsen wie blöd.

Quelle: <http://www.hr-online.de>