

**So war's...**



## **Prolog**

Bis zur Erstellung dieses Berichtes hat es etwas lange gedauert und es mag Menschen geben, die dies bemängeln – sorry! Ich denke die Sache ist es allemal wert, dass sie noch einmal zusammenfassend dargestellt wird. Das eigentlich Spektakuläre an der Geschichte ist für mich deren unspektakulärer Verlauf. Dies lässt den Bericht für den nicht unmittelbar Beteiligten vielleicht etwas fade erscheinen. Für alle unmittelbar Beteiligten ist es jedoch Beleg dafür, dass Planung, Vorbereitung und Durchführung sorgfältig und verantwortungsbewusst erfolgten.

## **Dankeschön**

Der Erfolg hat viele Väter und deshalb möchte allen herzlich danken, die in unterschiedlichster Art und Weise zum Gelingen des Projektes beigetragen haben. So geht der erste Dank an meine Familie, die mir ein weiteres Mal die Freiheiten eingeräumt und auf manches verzichtet hat, um das Projekt planen und durchführen zu können. Ein großes Dankeschön an mein Begleiteteam, das, obwohl sich einzelne Mitglieder zuvor noch nie gesehen hatten (!), bestens funktionierte. Ein großes Dankeschön an diejenigen, die mich auf dem Rad begleitet und nicht nur Windschatten geboten haben. Ein ganz besonderes Dankeschön an Volker Nesch von der Fa. Weiß & Nesch Busreisen aus Nagold-Vollmaringen. Die äußerst unkomplizierte und finanziell großzügige Unterstützung war für mich ein ganz wesentlicher Motivationsfaktor. Besonders motiviert haben mich auch das von der Fa. Maisch kurzfristig at-

traktiv und funktionell gestaltete Trikot sowie die dazu passende Hose. Ein großes Dankeschön gilt den zahlreichen Personen, die das Projekt finanziell und mit guten Gedanken spürbar unterstützt haben. Stellvertretend für alle seien hier besonders erwähnt: Die Fa. Speidel Lingerie, Bodelshausen, Zahnradfabrik Ott GmbH & Co KG, Bodelshausen, Metzgerei Rieker, Bodelshausen. In Robert Dorn, Zweiradtechnik Mössingen, stand mir ein weiteres Mal ein Experte in Sachen Radsport/-technik kompetent und großzügig zur Seite. Besonderer Dank gebührt auch den Kolleginnen/Kollegen der Polizeidirektionen Sigmaringen und Freudenstadt, dem Bereitschaftspolizeipräsidium und nicht zuletzt Herrn Polizeipräsident von Moser.

### **Vorbereitungsphase**

Nachdem für mich die Aktion „2005/2.500“ zugunsten der Stiftung Hänsel+Gretel in verschiedenerlei Hinsicht nicht so recht zufriedenstellend war, komme ich zu dem Entschluss mich ein weiteres Mal für die Stiftung Hänsel+Gretel für die Belange sexuell missbrauchter Kinder zu engagieren. Getreu dem Motto „warum in die Ferne schweifen“ soll es diesmal eher eine „Kirchturm-Runde“ werden. Mit dem „Alb-Extrem“, dem „Nordschwarzwald-Radmarathon“, dem „Schwobaman“, dem „Schwarzwald-Ultra-Radmarathon“ und dem „Grand Prix Triberg“ liegen 5 namhafte Radmarathons vor der Haustüre. Mein Ziel: Diese 5 Marathons unmittelbar nacheinander zu absolvieren. Die nackten Zahlen: Ca. 1.200 Kilometer und ca. 20.000 Höhenmeter in einem Zeitrahmen von 75 Stunden.

Das Training gestaltet sich, wie in den Vorjahren, im Wesentlichen durch Fahrten zur Arbeitsstelle mit dem Unterschied, dass diese zwischenzeitlich nicht mehr 20 Kilometer sondern nunmehr knapp 60 Kilometer von meinem Wohnort entfernt auf der „anderen Seite“ der Schwäbischen Alb in Sigmaringen liegt. So ergibt sich, wann immer es die Umstände zulassen, eine Tagesleistung von ca. 120 km bei ca. 1.000 Höhenmetern. Ende April fahre ich, mit hervorragender Grundlage im Gepäck, zusammen mit Eike ins Hotel „Stoblhof“ nach St. Leonhardt in Passeier / Südtirol um dort



unter der Regie von Udo Bölts und Stephan Wagner eine Trainingswoche zu absolvieren. Ein erstklassiges Hotel, eine erstklassige Betreuung, dazu Jaufenpass und Timmelsjoch direkt vor der Haustüre – Radlerherz was willst du mehr?

Doch ganz ohne Zwischenfälle verläuft die Vorbereitung nicht. Während einer Trainingsfahrt in den Schwarzwald – ich wollte mir den „Schwobaman“ nochmals aus nächster Nähe ansehen – habe ich einen irreparablen Felgendefekt und das ausgerechnet an einer Stelle an der auf einer Bank folgendes zu lesen ist:



Auf der Heimfahrt mit der Bahn habe ich ausreichend Zeit mich, mit diesem Satz gedanklich auseinander zusetzen. Ich finde über diesen Satz zu einer mentalen Lockerheit, die sich zunehmend verfestigt und entscheidend Anteil am Gelingen des Projektes hat.

Ein Highlight in der Vorbereitung ist das Zustandekommen der Kooperation mit der Fa. Weiss & Nesch, Bus- und Radreisen, aus Nagold Vollmaringen, die dem Projekt durch eine 4.000 Euro-Spende den finanziellen Grundstein und mir ein neues Outfit aus der Produktion der Fa. Maisch beschert. Beides kann sich sehen lassen!



Nachdem der finanzielle Grundstein gelegt ist und schnell weitere Steine, sprich Spenden, hinzukommen bin ich die große Sorge los, dass sich eine mangelnde Spendenbereitschaft negativ auf meine Leistungsbereitschaft auswirken könnte. Ich bekomme immer mehr die Gewissheit, dass ich mit dem Projekt auf dem richtigen Weg bin. An dieser Stelle sei die Unterstützung von Kollegenseite bei der Polizeidirektion Sigmaringen besonders erwähnt. Aus Gesprächen mit zahlreichen Kollegen vermittelt sich mir deren dringlicher Wunsch, möglichst bald über ein kindgerechtes Video-Anhörungszimmer verfügen zu können. Na dann los ...

Die letzten Tage vor dem Start gestalten sich, wie immer, etwas chaotisch. Das lässt sich wohl nicht vermeiden und sorgt zusätzlich für Nervenzitzel. So muss be-



züglich des Begleitfahrzeugs kurzfristig umdisponiert werden und ich kann nicht sagen, wie froh ich bin, als der von Timo Müller kurzfristig und unkompliziert zur Verfügung gestellte „AXA-Bus“ vor meiner Haustüre steht und beladen werden kann!

Verschiedene Versuche, das Begleitteam an einen Tisch zu bekommen sind gescheitert. So muss ich darauf vertrauen, dass sich Personen, die sich zuvor noch nie gesehen haben und von sehr unterschiedlicher Natur sind über 4 Tage/Nächte auf engstem Raum so gut miteinander vertragen, dass ich mich voll auf das Radfahren konzentrieren kann.

„Teamcaptain“ ist **Fritz Maier**, bereits zum drittem Mal mit dabei und ein „alter Hase“ auf den ich mich absolut verlassen kann. Kein Freund großer Worte sondern ein Mann der Tat, der sich durch nichts aus der Ruhe bringen lässt. Sein wesentlicher Part wird das sichere Steuern des Begleitfahrzeuges sein.





Zum zweiten Mal mit dabei und seit 2005 für mich eine feste Größe was die sporttherapeutische Betreuung und Beratung betrifft: **Matthias (b-sane) Besch**. Er wird in gewohnt bewährter Weise meinen gesamten Bewegungsapparat in Schuss halten. Außerdem will er sich vor Ort von der Qualität der Vorbereitung beim wöchentlichen Training in seiner Praxis in Gomadingen überzeugen.



Zum ersten Mal mit dabei: **Uwe Sailer**. Ihn habe ich in seiner Eigenschaft Trainer der B-Jugend des TV Dendingen kennen- und schätzen gelernt. Ein Mann klarer Worte, wenn es darum geht gesetzte Ziele in die Tat umzusetzen.

Ebenfalls zum ersten Mal mit dabei: **Jürgen Hoffmann**. Er soll dafür sorgen, dass die wesentlichen Daten/Fakten festgehalten und mit entsprechendem Bildmaterial dokumentiert werden können. Ohne seine Aufzeichnungen wäre es bedeutend schwieriger, die Fülle unterschiedlichster Eindrücke im Nachhinein auf die Reihe zu bringen.



### **Mittwoch, 04.07.2007**

Das Bereitschaftspolizeipräsidium Göppingen hatte im Vorfeld der Planungen seine Unterstützung bei der Durchführung des Starts zugesagt und in Göppingen und Umgebung entsprechende Öffentlichkeitsarbeit betrieben. So starte ich zusammen mit Fritz gegen 17 Uhr in Richtung Göppingen. In Tübingen wird Uwe zusteigen. Es ist für mich ein komisches Gefühl in dieser Phase gerade mal die Hälfte des Begleiteams um mich zu haben. Jürgen und Matthias werden in Göppingen zu uns stoßen. Der Wetterbericht für die kommenden Tage klingt nicht besonders gut und drückt etwas auf die Stimmung. Was soll's – es geht endgültig los. In Göppingen treffen wir, wie vereinbart auf Jürgen, der mit Peter „Pitt“ Mayer und Hermann Kramer, beides Kollegen der Polizeidirektion Sigmaringen, nach Göppingen angereist ist. Pitt und Hermann werden mich als leistungsstarke Radsportler auf der ersten Etappe

begleiten. Roland Fleischer vom Bereitschaftspolizeipräsidium weist uns kurz ein und zeigt uns unsere Zimmer. Wir dürfen feststellen, dass man sich von Seiten des Bereitschaftspolizeipräsidiums sehr viel Mühe gegeben hat, uns optimale Startvoraussetzungen zu bieten. In einer Göppinger Pizzeria stärken wir uns für die



anstehende Herausforderung. Den erstaunten Blick des Kellners, als ich nach einer ordentlichen Portion Spaghetti auch noch eine Pizza Hawaii bestelle, kenne ich. Er ist mir bei meinen Extremradtouren schon häufiger begegnet. Trotz eines vollen Magens schlafe ich ausgezeichnet – beste Voraussetzungen also für den Start!

### **Donnerstag, 05. Juli 2007 – „ALB-EXTREM“**

Dann hat der Wetterbericht also doch recht gehabt: Regen und empfindlich kühle Temperaturen. Nachdem die Prognosen im Grunde nichts anderes haben erwarten lassen, hält sich meine Enttäuschung in Grenzen. Morgentoilette, Gymnastik und dann ein Frühstücksbüffet in der Kantine der Bepo, das besser nicht hätte sein können. Liegt es vielleicht daran, dass der Direktor der Bereitschaftspolizei gleichzeitig der Landesbeauftragte für den Sport in der Polizei und selbst ein leistungsstarker Radsportler ist?



Wir lassen uns verwöhnen und vermeiden es aus dem Fenster zu schauen. Roland



Fleischer kommt und macht uns mit dem weiteren „Programm“ vertraut. Der Direktor der Bereitschaftspolizei und der Polizeipräsident des Regierungspräsidiums Tübingen haben ihr Kommen zugesagt und werden mich, zusammen mit meinen Begleitern verabschieden. Es hilft alles nichts – wir

müssen raus.

Matthias Besch und Frank Rapp treffen ein. Damit ist das Begleitteam komplett. Eike



kommt ebenfalls nach Göppingen um mir noch einmal persönlich alles Gute zu wünschen. Auch der Polizeipräsident des Regierungs-

präsidiums Tübingen, Herr von Moser und Volker Nesch haben früh-

morgens weite Wege auf sich genommen, um uns persönlichen verabschieden und uns alles Gute wünschen zu können. So langsam bekomme ich Gänsehautfeeling. Vertreter der Bereitschafts-

polizeidirektion, allen voran der Direktor der Bereitschaftspolizei, Herr Mürder, lassen es sich ebenfalls nicht nehmen uns persönlich zu verabschieden. Ich freue mich über das Interesse und den großen Bahnhof. Besonders freue ich mich, dass die Mienen, dem schlechten Wetter zum Trotz, allesamt freundlich sind und Zuversicht ausstrahlen.



Lobende und aufmunternde, aber auch zur Vorsicht mahnende Worte des Polizeipräsidenten, Herrn von Moser, des Direktors der Bereitschaftspolizei, Herrn Mürder (der den „Alb-Extrem“ aus eigener Erfahrung kennt!) und Volker Nesch, der als Busunternehmer und Veranstalter von Radreisen eine realistische Vorstellung von dem hat, was auf uns in den nächsten Tagen erwartet.



08.20 Uhr. Wir (Pitt Mayer, Hermann Kramer, Frank Rapp und ich) starten. Die ersten Meter im morgendlichen Berufsverkehr, dann der Anstieg Richtung Hohenstaufen. Wir rollen uns langsam ein. Auf der Fahrt Richtung Schwäbisch Gmünd eine erste Begegnung mit einem Autofahrer, der uns durch sein Verhalten deutlich signalisiert, wie wenig er von Radfahrern auf öffentlichen Straßen hält. Gut für ihn, dass wir (immerhin waren fünf Polizeibeamte - drei im Peleton und zwei im Begleitfahrzeug - Zeuge) so früh am Morgen noch niemanden nachhaltig ärgern wollten. Trotz Regen, Wind und Durchschnittstemperaturen von 12°C kommen wir gut voran. Meine drei Begleiter „schonen“ mich so gut es geht und das Begleitteam versorgt uns in professioneller Manier.



Gegen 13.30 Uhr erreichen wir Amstetten. Frank wird uns hier verlassen und Richtung Heimat (Blaubeuren) radeln. Erinnerungen werden wach: 2005 hat Frank mich auf der 1. Etappe meiner Deutschland-Tour von München bis genau zu diesem Punkt nach Amstetten begleitet und auch damals hatten wir richtiges „Sauwetter“. Zu dritt geht es weiter. Mit dem Essen (belegte Brote/Brötchen und kleinere Leckereien zwischendurch) und dem Trinken (Maltodextrose + Natron + Frubias Sport + Wasser) gibt es keinerlei Probleme und ich fühle mich gut. Ein Blick in die Marschtablette verrät, dass die schlechten äußeren Bedingungen zeitlich ihren Tribut fordern. Wir sind in Verzug und sehen keine Möglichkeit Zeit aufzuholen, es sei denn, wir kürzen die Strecke. Wie war das mit dem „Biegen und Brechen“? Noch sind uns die Worte beim Abschied im Gedächtnis und wir entschließen uns Kilo- und Höhenmeter zu opfern. Gegen 17.45 Uhr erreichen wir so nach **220 Kilometern und 3.222 Höhenmetern** die Bereitschaftspolizei in Göppingen. Eine warme Dusche, die an-

schließende Massage und eine Tasse Kaffee lassen die Strapazen schnell vergessen. In einem ersten kurzen Fazit komme ich zu dem Schluss, dass ich ohne Begleiter bei diesen schlechten Bedingungen schon auf der ersten Etappe an Grenzen gestoßen wäre. Kälte und Nässe führten zu Schmerzen im linken Knie. Durch das Fahren im Windschatten konnte ich das Knie etwas schonen. Wie wird es in der kommenden Nacht werden? Wir verabschieden uns von Pitt und Hermann und fahren Richtung Magstadt.

### **Donnerstag, 05. Juli 2007 – „Nordschwarzwald-Radmarathon“**

Ankunft in Magstadt gg. 21.00 Uhr. Es ist immer noch kalt und regnerisch. Noch haben wir 1 Stunde Zeit um uns in aller Ruhe auf den Start zur zweiten Etappe vorzubereiten. Die Beleuchtung muss montiert werden. Akkus und Wechselkleidung müssen in den nächsten Stunden griffbereit sein. Ohne jegliche Hektik können wir



pünktlich um 22.00 Uhr zur zweiten Etappe starten. Wie im Schwarzwald zur Nachtzeit nicht anders zu erwarten, tauchen am Straßenrand vereinzelt Füchse auf, die ich aber rechtzeitig erkenne. Brenzlige Situationen bleiben aus. Der Regen lässt stetig nach. Gegen 02.00 Uhr verliere ich während einer flotten Abfahrt den Akku und bin schlagartig von Dunkelheit umgeben. Es gelingt mir sturzfrei zu halten und im



Scheinwerferlicht des nachfolgenden Begleitfahrzeugs finden wir auch den Akku wieder, der nichts abbekommen hat und weiter funktioniert. Wir sind jedoch gewarnt! 02.40 Uhr. Wir erreichen Bad Herrenalb. Ein Ampelhalt wird in der menschenleeren Stadt genutzt um menschlichen Bedürfnissen nachzugehen. Es hat wieder angefangen zu regnen und der Wetterbericht verheißt weiter Regen! Körperlich fühle ich mich ganz gut, wäre aber froh, wenn die Nacht vorbei wäre.

03.20 Uhr. Wir sind in Hilpertsau und die „Kaltenbronner Wand“ liegt vor uns. Gegen 04.00 Uhr begegnet uns eine Polizeistreife. Ich könnte mir gut vorstellen, dass die Kollegen gegen Ende ihres Nachtdienstes Angst davor hatten, ihren Augen zu trauen. Meine Begleiter konnten sie aber beruhigen. Wäre aber schon interessant gewesen zu erfahren, was anschließend im Streifenwagen gesprochen wurde .... Der Anstieg schlaucht mich etwas mehr als mir lieb ist. Beide Knie schmerzen und ich muss versuchen mit möglichst wenig Kraft den bis zu 15%-steilen Berg zu fahren. 05.00 Uhr: Wir erreichen Enzklösterle und ich meinen ersten Tiefpunkt. Pause ist angesagt. Während ich zum ersten Mal schlafe vertreibt sich mein Begleiteteam die Zeit (1 Stunde) außerhalb des Fahrzeuges in Regen und Kälte – sorry! Die Pause hat mir gut getan und der sofortige, bis zu 13%-steile Anstieg weckt mich vollends auf und bringt mich in die Gegenwart zurück. Um 08.00 Uhr wird in Oberreichenbach gefrühstückt. Die erste Nacht ist überstanden und die Welt sieht insgesamt etwas freundlicher aus, auch wenn die Straßen immer noch feucht und die Temperaturen mit durchschnittlich 11° C alles andere als sommerlich sind. Um 10.45 Uhr erreichen wir planmäßig nach nun insgesamt **454 Kilometern und 6.356 Höhenmetern** Darmsheim.



## Freitag, 06. Juli 2007 – „SchwobaMan“

Ich bin ziemlich müde, fühle mich aber ansonsten ganz gut. Matthias verwöhnt meine Beine mit einer Massage und ich schlafe sofort tief und fest ein. Pünktlich um 12.05 Uhr starten wir zur 3. Etappe. Das Wetter scheint besser zu werden. Wenn auch die Temperaturen immer noch nicht so richtig sommerlich sind – jetzt



scheint wenigstens die Sonne. Allerdings kommt jetzt ein unangenehmer Westwind auf. Unangenehm deshalb, weil unsere Fahrt die nächsten Stunden ziemlich direkt gen Westen gehen wird. Zunächst jedoch freue ich mich auf den Zwischenhalt bei unserem „Hauptsponsor“ der Fa. Weiss & Nesch in Nagold-Vollmaringen. Die Route des „SchwobaMan“ wurde, dem

Wunsch von Volker Nesch entsprechend, etwas abgeändert und so fahren wir Richtung Vollmaringen, wo wir kurz vor 14.00 Uhr ankommen. Eine kleine aber feine Runde von Freunden bereitet uns einen herzlichen Empfang und die Fa. Weiss & Nesch verwöhnt uns mit „Donau-



wellen“ und „Zwetschkuchen“. Leider ist dies nur ein Zwischenstopp und je länger wir uns verwöhnen lassen umso schwerer fällt uns die Weiterfahrt. Um 14.55 Uhr verabschieden wir uns Richtung Nagold. Nachdem es noch einmal kurz geregnet hat, wechseln sich jetzt Sonne und Wolken ab. Der Wind ist unangenehm kühl und ich brauche immer noch Arm- und Beinlinge. Meinen Knien hat die Pause gut getan und bei der Fahrt durchs Nagoldtal finde ich auch schnell wieder meinen Rhythmus. Um 19.45 Uhr stehe ich zum zweiten Mal vor der „Kaltenbronner Wand“.



Gar nicht lange darüber nachdenken und einfach nur fahren, fahren, fahren. Es läuft auch ganz ordentlich und kurz vor 21.00 Uhr sind wir zum zweiten Mal hoch über dem Rheintal und genießen die Abendstimmung.

Durch die etwas längere Pause in Vollmaringen und den Gegenwind ist der Zeitplan ein wenig durcheinander geraten. So muss wieder eine taktische Entscheidung getroffen werden. Um die von mir geplante und von Kollegen der Polizeidirektion Freudenstadt organisierte Erholungsphase in der Pension „Sonne“ nicht zur Farce wer-



den zu lassen opfern wir zum zweiten Mal Kilo- und Höhenmeter. Nach 185 Kilometern und 2.665 Höhenmetern steige ich ins Auto und wir fahren zügig nach Freudenstadt. Ich genieße die Dusche, die Massage und ein tolles Essen (Steak mit Spätzle und ein dunkles Weizenbier). Matthias hat einen wichtigen

privaten Termin und wird von seinem Bruder abgeholt. Schweren Herzens werde ich auf ihn bei der nächsten Etappe verzichten müssen, bin aber guter Hoffnung, dass er mich auf der Schlussetappe wieder betreuen kann. Gegen 00.30 Uhr lege ich mich völlig erschöpft ins Bett und schlafe sofort ein. Insgesamt liegen jetzt **639 Kilometer und 9.021 Höhenmeter** hinter uns.

### **Samstag, 07. Juli 2007 – „Schwarzwald-Ultra-Radmarathon“ (SURM)**

Meine „innere Uhr“ tickt noch völlig richtig und so werde ich um 05.00 Uhr ohne Wecker wach. Ich freue mich, dass ich noch nicht aufzustehen brauche und genieße den zusätzlichen Schlaf. Um 06.00 Uhr stehe ich auf und mache eine leichte Gymnastik. Bei der Morgentoilette stelle ich erfreut fest, dass die Feinmotorik in den Händen/Fingern noch nicht gelitten hat. Das Zähneputzen geht einwandfrei und auch beim Rasieren verletze ich mich nicht. Um 06.30 Uhr gibt es ein tolles Frühstück. Das Wetter sieht ganz freundlich aus, allerdings ist es recht kühl. Guter Dinge fahren wir anschließend nach Freudenstadt. Ich freue mich auf die Begleitung durch Davide Licht, einem leistungsstarken Nachwuchsfahrer. Wir kennen uns vom Pacemakers-Radmarathon und sind auch den SURM schon einmal gemeinsam gefahren. Bei der Ankunft auf dem Marktplatz in Freudenstadt dann die Überraschung:



Neben Martin Zerrinius, dem Vertreter der Polizeidirektion Freudenstadt und Davide haben sich mit Jürgen und Peter überraschenderweise noch zwei Radsportler eingefunden die uns begleiten wollen. Jürgen, ebenfalls ein „alter“ Bekannter vom „Pacemakers- Radmarathon“ wurde über das Internet auf die Aktion aufmerksam und hat sich kurzerhand entschlossen uns zusammen mit Peter zu unterstützen. Das



sind so Momente, wo man die ganze Welt umarmen könnte! Der Tag fängt richtig gut an. Michael Maute, ein Kollege aus Sigmaringen, hat sich frühmorgens mit dem Motorrad aus Sigmaringendorf auf den Weg gemacht. Er wird uns in den nächsten Stunden begleiten und mit seiner Kamera versuchen ein paar bewegte Bilder einzufangen.

Tja, und dann sind zu morgendlicher Stunde auch Pressevertreter anwesend. Eine runde Sache also und kein Wunder, dass sich die Abfahrt zeitlich etwas verzögert. Um 08.20 Uhr ist es dann soweit und wir können starten. Ein herrlicher Morgen, 3 frische Begleiter, ein Kameramann und – nicht zu vergessen – das Begleitteam in Top-Form lassen mich Richtung Kinzigtal „fliegen“. Doch die Geschwindigkeit hat ihren Preis. Bei der Auffahrt zum „Zwieselberg“ vermischen wir „Mikel“ unseren Kameramann auf dem Motorrad. Kann es tatsächlich sein, dass wir ihn mit seiner Honda abgehängt haben? Ich vertraue darauf, dass das Begleitteam den Kontakt zu ihm wieder herstellen kann, bin aber auch etwas in Sorge und hoffe, dass nichts passiert ist. Die Gruppe harmonisiert super und so sind wir gegen 11.00 Uhr auf dem Kniebis. Die Freude ist groß, als wir dort unseren „Vermissen“ wiedertreffen. So lang-



sam wird es wärmer. Knapp eine Stunde später, beim Anstieg zum „Löcherberg“ fahre ich erstmals „kurz“. Lange hat es gedauert und so genieße ich es umso mehr. Trotz dieser Erleichterung machen mir die langen Anstiege kräftemäßig zunehmend zu schaffen. Die Leichtigkeit ist dahin und ich muss mit möglichst wenig Kraft gleichmäßig und einigermaßen zügig („schnell“ wäre an dieser Stelle maßlos übertrieben) fahren. Respektvoll gehe ich den „Kandel“ an und wage nicht daran zu denken, dass ich ihn in ein paar Stunden nochmals fahren darf.



Das Meneweger-Zitat „und bewege ich mich, so komme ich weiter“ treibt mich voran. Gegen 15:40 Uhr sind wir auf dem „Kandel“ (Anm.: Als ich mit Davide den regulären

„SURM“ gefahren bin waren wir zu dieser Zeit bereits wieder in Alpirsbach ...).



„Mikel“ verabschiedet sich und ich bin gespannt auf sein Video. Die Abfahrt vom Kandel erfordert höchste Konzentration und ich weiß nicht so recht, was mir im Moment mehr Anstrengungen bereitet, das Körperliche oder das Mentale. Die Weiterfahrt Richtung „Thurner“ zieht sich, wie immer. Das Fahren in der Gruppe klappt, aber bei relativ niedriger Geschwindigkeit fehlt das berauschende Element. Das ändert sich auf der Fahrt Richtung St. Georgen. Da ist es wieder, das „geile“ Gefühl in der Gruppe mit über 40 km/h auf der Ebene dahinzubrettern. So überraschend, wie der Tag begonnen hat, so überraschend scheint er auch zu enden. Kurz nach der Abzweigung Peterzell erwartet uns Wolfgang, ein Kollege von der Fachhochschule, mit seiner Partnerin Simone. Simone überreicht mir ein Sträußchen Lavendel und erinnert mich daran, dass wir in ein paar Wochen in Südfrankreich sein werden. Das bringt mentale Lockerung. Die beiden werden uns noch bis Alpirsbach begleiten, was mich zusätzlich motiviert. Kurz vor 20.00 Uhr sind wir in Alpirsbach. 4 von 5 Marathons sind geschafft und ich fühle mich noch ganz ordentlich. In großer Runde beratschlagen wir



die Möglichkeiten, das „Finale“ noch medienwirksam unterzubringen. Wolfgang telefoniert mit diversen Radiosendern, doch das Ergebnis ist ernüchternd: Keiner sieht sich in der Lage kurzfristig über die Aktion zu berichten. Letzte Rettung war eine „Geheimnummer“ von Hitradio Antenne 1, die Jürgen (Hoffmann) zu kennen glaubte. Als sich dann aber die „Leerdamer-Hotline“ gemeldet hat, war's endgültig „Käse“. Lachen ist gesund und entspannt. Zur Ehrenrettung von Jürgen muss gesagt werden, dass wohl keiner von uns nach den Strapazen der vergangenen Tage noch Telefonnummern aus dem Kopf hätte wählen können. Den Versuch war's wert! Jürgens Eltern sind nach Alpirsbach gekommen und haben einen Krautkopf mitgebracht. Noch ist kein Bedarf für die „Weißkraut-Therapie“ nach Matthias Besch doch ich habe noch anstrengende Kilometer vor mir und wer weiß, ob wir ihn nicht doch noch benötigen. Bei meiner Tour „2005/2.500“ hat diese Therapie Wunder geleistet und kann dort nachgelesen werden. Den Transfer von Alpirsbach nach Triberg verbringe ich schlafend im Auto. Schade, dass Triberg nur ein paar Kilometer von Alpirsbach entfernt liegt. Ich hätte gerne noch etwas länger geschlafen.

Mit dem 4. Radmarathon liegen nun **882 Kilometer und 12.633 Höhenmeter** hinter



uns.

### **Samstag, 07. Juli 2007 – „Grand-Prix-Triberg / Schwarzwald“**

Was für ein Unterschied zum 10. Juni, dem offiziellen Termin des „Grand-Prix-Triberg, als die Stadt fest in der Hand des Radsports war! Als wir gegen 22.00 Uhr ankommen herrscht total tote Hose. Wir haben noch etwas Zeit und wollen einen Kaffee trinken - ein schwieriges Unterfangen. Nach längerer Suche finden wir ein Hotel, wo die Kaffeemaschine noch in Betrieb ist. Als einzige Gäste sitzen wir etwas

verlassen in der Gaststube, kommen mit der Bedienung ins Gespräch und ernten, als sie von unseren Plänen erfährt nur ihren mitleidigen Blick – geglaubt hat sie uns unsere Geschichte bestimmt nicht. Gegen 23.30 Uhr starte ich im Zentrum von Triberg in die kühle klare Schwarzwaldnacht. Der Anstieg gleich zu Beginn hat den Vorteil, dass ich schnell warm werde. Es ist ein komisches Gefühl - nur noch diese eine Nacht! Ich wage gar nicht so recht daran zu denken, was mich alles an Höhenmeter erwartet. Einerseits ist es gut, dass ich die Strecke kenne, so bleiben mir größere Überraschungen erspart. Andererseits sieht bei Nacht alles etwas anders aus und ich habe Schwierigkeiten mich zu orientieren. Einigermaßen zügig geht es über Schonach ins Elztal. Mit gemischten Gefühlen nähere ich mich dem Kandel. Einerseits freue ich mich auf die Gelegenheit ihn nachts, ganz alleine zu fahren. Andererseits weiß ich auch, dass er mir alles abverlangen wird und ich hoffe, dass ich nicht auf den letzten Kilometern noch einbreche. Ich finde meinen Rhythmus und klettere Meter für Meter Richtung Gipfel. Eine Maus überquert die Straße und ich kann ihr gerade noch ausweichen. Was die sich wohl gedacht hat? Ich habe genügend Zeit über diese Frage nachzudenken und bin dadurch etwas abgelenkt. Zeitweise mache ich das Licht aus. Meine Begleiter halten immer ausreichend Distanz, sodass mir das monotone Geräusch des Diesels auch nicht ständig in den Ohren dröhnt. Es ist ein unbeschreibliches Gefühl!. Um 02.30 Uhr erreichen wir die Passhöhe. Die Abfahrt kenne ich nun ja recht gut und so lasse ich es trotz der Dunkelheit ordentlich laufen. Über St. Peter und St. Märgen geht es relativ flott Richtung Kirchzarten und Schauinsland. Jetzt muss ich richtig auf die Zähne beißen. Jeder Tritt verlangt mir körperlich und mental alles ab. Jetzt nur nicht aufgeben. Für das Begleitteam sicherlich eine schwierige Situation. Ich bin so gut wie nicht mehr ansprechbar und reagiere nur noch widerwillig auf Ansprache. Um 05.40 Uhr dann der Sonnenaufgang an der Passhöhe des Schauinsland. Ich nehme ihn wahr, ohne mich richtig daran erfreuen oder erwärmen zu können. Die Abfahrt ins Münstertal ist gesperrt. Sollen wir dennoch oder sollen wir nicht? Was, wenn ich mit dem Rad durchkomme, das Begleitfahrzeug aber umkehren muss? Die Diskussionen sind zäh zu dieser frühen Stunde. Dann die Entscheidung: Den Umweg über Freiburg im Auto und dann im Münstertal Richtung Belchen wieder aufs Rad. Es hat schon etwas Brutales als ich um 7.45 Uhr, quasi aus dem Tiefschlaf, wieder aufs Rad steige um den Belchen in Angriff zu nehmen. Erstaunlich schnell finde ich an der vergleichsweise moderaten Steigung wieder meinen Tritt und bin auch mental wieder orden-

tlich beieinander. Was so 1 ½ Stunden Schlaf ausmachen! Um 08.30 Uhr, Ankunft auf dem Belchen. Das Ziel rückt fast schon in greifbare Nähe und das schlägt sich positiv auf die Stimmung des gesamten Teams nieder. Jetzt nur keine Fehler mehr machen! Die rasante Abfahrt Richtung Todtnau und dann der Anstieg zum Feldberg. Erste Überlegungen, welche Strecke wir nehmen um den Zeitplan einhalten zu können. Mir ist das alles so ziemlich egal. Ich möchte nur noch möglichst bald vom Rad steigen. Der Feldberg fordert mich noch einmal voll und ich quäle mich die letzten Meter bis zur Passhöhe, die ich kurz vor 10 Uhr erreiche. Der Ausflugsverkehr nimmt von Minute zu Minute ständig zu und ich verspüre keine große Lust mich, am Ende meiner Kräfte, noch einmal in den Verkehr zu stürzen. Es bedarf keiner großen Überredungskünste die Tour hier, an ihrem höchsten Punkt, nach **1.024 Kilometern und 16.509 Höhenmetern**, zu beenden. Das Begleiteteam organisiert telefonisch die Ankunft in Villingen-Schwenningen, während ich mir einen Capuccino gönne und es irgendwie nicht glauben kann, dass jetzt alles vorbei ist.

(Zu meinem großen Bedauern finde nirgendwo Bildmaterial zu dieser Etappe....)

### **Sonntag, 08. Juli 2007 – „Finale“ , Villingen-Schwenningen**

Nachdem wir uns entschieden haben, die Tour am Feldberg zu beenden ist der Zeitdruck gewichen und wir können ohne Hektik Richtung Villingen-Schwenningen fahren. Ich registriere, dass mit Wolfgang Mallach, der die Ankunft an der Fachhochschule mit der Feier seines 50-igsten Geburtstages gekoppelt und arrangiert hat, telefonisch die letzten Absprachen getroffen werden. Am Ortseingang von



Villingen-Schwenningen bekomme ich die Order mich noch einmal aufs Rad zu schwingen um die letzten Kilometer, wie es sich gehört, im Sattel zurückzulegen. Das Begleiteteam fährt schon mal vor. Ich nutzte die Gelegenheit mich gedanklich von den „TOP FIVE“ zu verabschieden. Ich bin erleichtert, müde und stolz auf das, was wir zu-

sammen geleistet haben. Die letzte Kurve Richtung Fachhochschule und



dann stehen sie da: die Familie, das Begleiteam, Herr Falk und Herr Vogel als Vertreter der Polizeidirektion Sigmaringen, Frau Schäfer-Wiegand von der Stiftung Hänssel+Gretel, Volker Nesch, Wolfgang Mallach inmitten der Schar seiner Geburtstagsgäste, weitere Freunde und Bekannte – Wahnsinn! Es folgen Lobes- und Dankesreden, die gut tun!



Die Übergabe des Schecks in Höhe von 8.000 Euro an die Stiftung Hänssel+Gretel rundet das Ganze ab. Zwischenzeitlich hat sich diese Summe, nicht zuletzt auch aufgrund von Spenden, die Wolfgang Mallach in Verbindung mit seinem Geburtstag gesammelt hat, auf 9.738 Euro erhöht. Studierende der Fachhochschule bewirten uns. Optimale Voraussetzungen für einen gemütlichen Ausklang, wenn da nicht aus

nahezu heiterem Himmel ein heftiges Gewitter niedergegangen wäre. So geht die Tour zwar nicht mit „Pauken und Trompeten“, wohl aber mit „Donner und Blitz“ zu Ende. Ich hoffe, dass ich nichts Wesentliches vergessen habe, es täte mir unendlich leid. Ich hoffe auch, dass allen Lesern klar wird, dass dieses Unternehmen nur deshalb gelingen konnte, weil mir von unterschiedlichster Seite in vielfältigster Weise Unterstützung zuteil wurde.

**Allen, die zum Gelingen beigetragen haben, nochmals ein ganz herzliches**

**DANKESCHÖN!**



**... der Weg war und ist das Ziel...**