

Reise-Fahr-Bericht zum Radmarathon Canyon Night Ride 2017 im Mai

geplant ist in der Nacht, mit der letzten und langsamsten der Radgruppen vom Canyon - Firmengelände in Koblenz die Mosel rauf zu radeln... und wieder runter...

In der Nacht, weil da nichts los ist auf den Straßen, und es einfach klingt, wie ein herrliches Abenteuer, und etwas, das nicht jeder macht....

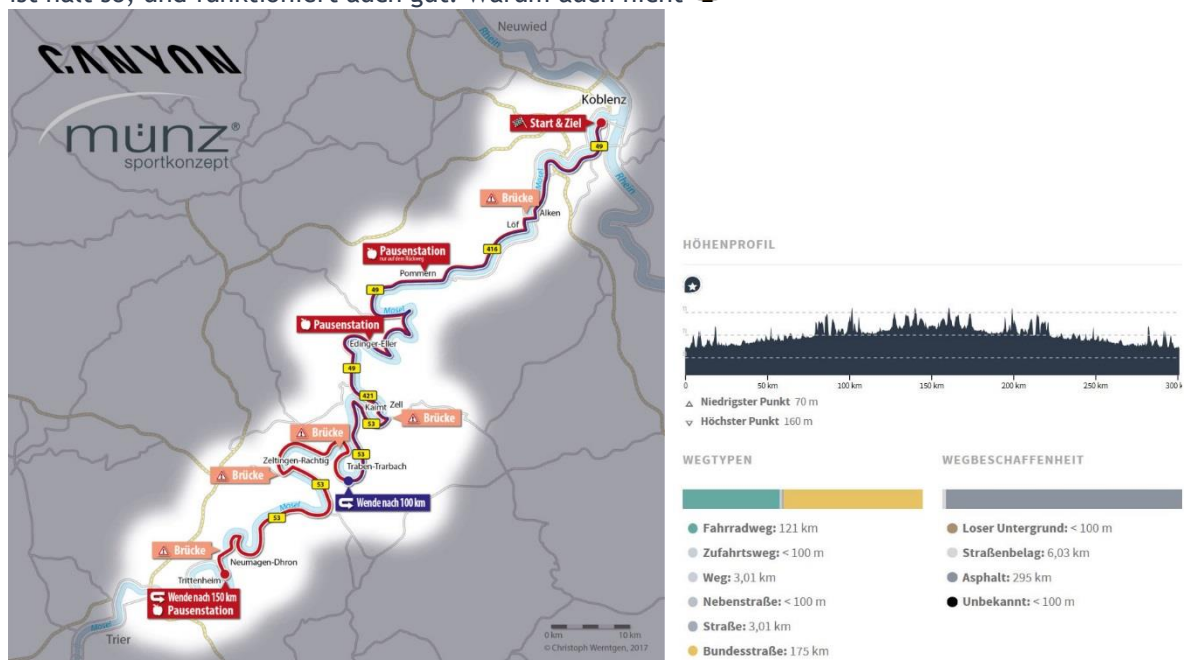
Ich bin dieses Jahr bereits 2500km geradelt, letztes Jahr "nur" 4500km (weil ich ja viel gelaufen war), in den Jahren davor oft 5 bis 6000km.... fühle mich eigentlich ganz gut trainiert und vorbereitet, wenn nicht das verdammte Gewicht wäre... *nerv* Aber diesmal gehts ja flach, da ist das Gewicht nicht gar so schlimm. Wenn erst mal Schwung da ist, rollt es ja meistens. Egal - keine Entschuldigungen vorher... es geht voran... 🤪 und heute ist es ja flach... 😊

Die Ausschreibung lautet eigentlich auf 300km *eek*... OK, ich bin bereits zweimal im Leben 300km am Stück geradelt.... eigentlich beide male auch durch die Nacht 😊 aber aktuell traue ich mir das vom Trainingsstand her nicht zu -

und sie bieten ja auch an, nicht bis Trittenheim, sondern "nur" bis Traben-Trarbach zu fahren..., was dann der Wendepunkt für eine 210-km-Strecke ist.

2015 sind wir sowohl bei der Mecklenburgischen Seenerunde, wie später bei Trondheim-Oslo abends losgefahren, wobei wir in Trondheim zur Sommersonnwende so weit nördlich waren, dass es in der Nacht nicht wirklich dunkel wurde 🤪

.... Daher, und von den Nürburgring-Nächten, wo wir auch nachts radelten - und von meinen Touren zuhause sowieso weiss ich, daß mir radeln im Dunklen eigentlich nichts ausmacht... es ist ungewohnt Tacho und Uhr nicht richtig sehen zu können und nur nach Gefühl zu schalten, aber es ist halt so, und funktioniert auch gut. Warum auch nicht 🤪



Wir sind Samstag nachmittag rechtzeitig hingefahren, ich im Auto 🤪 und ich lege mich nach dem Abholen der Startunterlagen noch ein bisschen hin, ... ich habe mir aus Matten und einem Schlafsack im Auto einen feinsten Schlafplatz gebaut, der grad so lang ist wie ich.

Mein Mann und sein Freund Claus sind gleichzeitig mit mir gestartet und die rund 100 km nach

Koblenz geradelt... flach am Rhein entlang in kaum 4 h waren sie da. ... Eigentlich wollen sie Sonntag mittag nach dem 300er dann wieder heim radeln, wenn Wetter und Fitness mitspielen 🤔... Nun. Die Hinfahrt klappt, und sich mal kurz hinlegen/hinsetzen klappt auch für die beiden. Pastaparty ist ab 21Uhr, und es ist wirklich lecker, unterschiedliche Nudeln und Soßen, zum Teil im Parmesanlaib gewälzt, ... feine Sachen...

Bei der Vorab-Gruppeneinteilung der Veranstalter - für diese ist es auch der erste Night-Ride - fiel mir so ein bisschen die Kinnlade herunter:

Zitat:

Startzeiten:

1. 23:00 Uhr Verband ohne Fahrzeug schneller 35 km/h
2. 23:05 Uhr Verband mit Fahrzeugbegleitung 35 km/h
3. 23:10 Uhr - 23:25 Uhr Verbände ohne Begleitung, Kleingruppen Einzelfahrer 29 km/h - 35 km/h
4. 23:15 Uhr Verband mit Fahrzeugbegleitung 32 km/h
5. 23:25 Uhr Verband mit Fahrzeugbegleitung 29 km/h
6. 23:30 Uhr Verbände ohne Begleitung, Kleingruppen und Einzelfahrer langsamer als 29 km/h

Achtung: Wechsel möglich. Wer überholt wird, lässt sich in den nächsten Verband (mit oder ohne Begleitung) zurückfallen.

Kennenlernen der Mitfahrer bei Pastaparty ab 21:00.

Zeitnahme: Check in und Check out bei Start u. Ankunft in Koblenz am münz Infozelt

Für 300 km: Stempel in Trittenheim!

Die genannten Geschwindigkeiten finde ich atemberaubend, das kann ich so nicht fahren, und was ist das mit den Fahrzeugen?! nun, wir werden sehen... Meine Männer und ich melden uns für die letzte Gruppe an.

Ich gehe davon aus, bald abgehängt zu werden, dann meine eigene Solotour zu fahren, und mein eigenes Abenteuer zu genießen. Ich freu mich auf eine sternenhelle Nacht (so ist es angesagt) und einen Sonnenaufgang... wann hat man das schon mal ohne Schlafen vorher.... 🤔- ich nicht mehr so oft, seit ich über ca. 23 bin... *hihihi*

Für normale trainierte Rennradler ist 29 ?! uijuijui... km/h möglicherweise eine normale leicht und locker erreichbare Geschwindigkeit.... für mich nicht 🤔... aber, es geht ja flach, vielleicht unterschätze ich mich auch... immerhin konnte ich vor 4 Wochen beim Griesheimer Radmarathon in der 25km/h Gruppe gut mitfahren, und war nach gut 9h unterwegs, davon 7:50h Radzeit noch ganz fluffig unterwegs.

Das ist eine von deren langsamsten angebotenen Radgruppen - und für mich wohl bei meinem aktuellen Fitnesslevel die Grenze des Machbaren.

Beim Gruppenfahren wird hier in enger und ordentlicher Zweierreihe im geschlossenen Verband gefahren. Man fährt dann mit mind. 16 Radlern - also 8 Paaren den Windschatten nutzend zusammen - und gilt im Straßenverkehr als "Ein Fahrzeug", d.h. man ist nicht verpflichtet, den Radweg zu benutzen und die Gruppe überquert Ampelkreuzungen bei grün am Stück, d.h. die hintere Hälfte hält nicht etwa bei Rot an - sondern es ist wie bei einem LKW - wenn das Führerhaus bei grün rüber gerollt ist, rollt der Anhänger mit, egal, ob die Ampel inzwischen umspringt oder nicht.

Dies irritiert manchmal die Autofahrer, die sich nicht mehr an dieses Detail ihrer Fahrschulung erinnern, funktioniert aber in der Realität sehr gut.

An der Mosel gibt es wenig Ampeln in der Nacht ... überhaupt ist fein wenig los...

Am Start bin ich erstaunt, was für Lichtschwerter 🤔... chinesische LED Hochleistungsbrenner ohne

Straßenzulassung 🤔? die anderen an ihren Rädern haben... ich hab meine Akkuleuchte angeklemt, die in der mittleren Stufe die Fahrbahn prima ausleuchtet, und wahrscheinlich die ganze Nacht durchhält (tut sie dann auch 🕒) .

Bei der kleinen Lichtkontrolle bekommen wir noch jeder ein breites Reflektor-Armband über den Oberarm: die Veranstalter wollen sichergehen, dass sie alle wieder erkennen können im Dunkeln 🤔

...

Die anderen riesigen Gruppen (insgesamt wohl 250 Teilnehmer, wenig Frauen) machen los, irgendwie find ich das mit den Autos irritierend..., das ist doch eine Radltour... in Gruppe 5 sind nur noch ganz wenige aufgestellt - und nur Detlef, Claus, ich und 2 Vollbärtige Rennradfahrer stehen noch an der Lichtkontrolle (wow, 245 Fahrer denken, sie können 29 km/h und schneller fahren... ?! *staun* ...) Die Veranstalter drängen: Fahrt doch da mit, ihr könnt die Gruppe nutzen... jedoch bei Detlef geht plötzlich der vordere Scheinwerfer nicht mehr: der Steckverbinder vorn (er hat neuerdings einen Nabendynamo am Rennrad) hat sich losgeschüttelt und wird schnell noch mit Klebeband gesichert. Das braucht einen Moment, so daß wir tatsächlich zu fünft mit der allerletzten Gruppe starten... Die anderen beiden haben gewartet....

Wir haben die Winterjacken und dicke Handschuhe an, denn in der Nacht soll es mit den Temperaturen vor allem am Fluss tief runter gehen.

Die Pfeile, die die Veranstalter aufgehängt haben reflektieren etwas, sind aber nicht besonders gut zu sehen... - gut, daß ich mir gemerkt habe, daß wir nach ca. 20 und nach weiteren 70 km die Flussseite wechseln, daß ca. bei km 70 die Verpflegung ist, und aufm Rückweg eine zusätzliche ca. 30 km vorm Ziel.... das ist gut für die Orientierung.

Ich fahre ohne Navi, denn meines hält bei diesen Temperaturen nur wenige Stunden durch, und ich habe das Gefühl, ich werde es nicht brauchen. Stimmt auch.

Detlef und Claus wechseln sich vorne ab, mit einem Tempo, das für mich knapp oberhalb von locker-fluffig ist, aber ich trete halt mit, und bekomme so die ersten 22km "geschenkt" ... Wenn Claus vorn ist es etwas härter, mit Detlef einen Tick lockerer, ... nun, ... nach etwa 40 min kommt die erste Brücke an der das Ufer gewechselt wird, die geht steil rauf, oben komme ich mit 11 km/h an, sehe ich im Laternenlicht... die bärtigen Männer sind irritiert, daß wir drei anderen offensichtlich zusammen gehören, aber dennoch nicht gewartet wird, nehmen dann aber den Windschatten und donnern hinter den anderen her... in der Brückenabfahrt überhole ich ein Canyon-Auto mit zwei winkenden Männern des Veranstalters und biege allein in die Uferstraße ein....

Wir hatten von vorne herein abgesprochen, daß Detlef und Claus ihr gemeinsames Trainingstempo fahren - und ich meins.... Das wussten die ja nicht 🤔... und zehn Stunden lang hätte ich so ohnehin nicht rasen können....

Wenig später - ich radle links auf dem perfekten Moselradweg flott voran und bin gut drauf... kommt hinter mir ein Auto auf... und bleibt hinter/schräg neben mir! ... Das gibts ja nicht 🤔... Der Typ ruft rüber, ob alles OK sei, und er wäre das Besenauto 🤔... und ich denk mir oh Gott... oh nein... der wird doch nicht 180km hinter mir herschleichen?! ... und mir mein Abenteuer kaputt machen, meine Solofahrt, aus eigener Kraft?! ,... alles ausleuchten, aufpassen... so ein *grmpf* ... 🤔...

Ich ruf ihm zu, daß alles gut sei, ... und daß er weiterfahren soll... Nein, er wäre das Besenauto... 🤔

ich ruf ihm zu, daß er mein Abenteuer kaputt macht, er solle sich irgendwo hinstellen... und er hat ein Einsehen, beschleunigt und fährt weg 🤔!

Wenig später überhole ich zwei Mountainbiker mit reflektierenden Armbinden... aha, die beiden waren wohl dem Tempo einer der schnellen Gruppen nicht ganz gewachsen.... Abwechselnd kommen nett erleuchtete kleine Orte und lange Zonen Radwege ohne Beleuchtung... manchmal ist das andere Ufer beleuchtet, manchmal ein Turm oder eine Burg... an der Seite sind manchmal die Signale der Bahnstrecke zu sehen... die Sternbilder sind zu erkennen. Es ist herrlich ruhig. Kaum Autos, keine Radfahrer, keine LKW, keine Busse... sehr schön so, eine gute Zeit zum Reisen.... gelegentlich in den Orten sind wacklige Fußgänger-Kleingruppen,... was die wohl getrunken haben ;-) ...

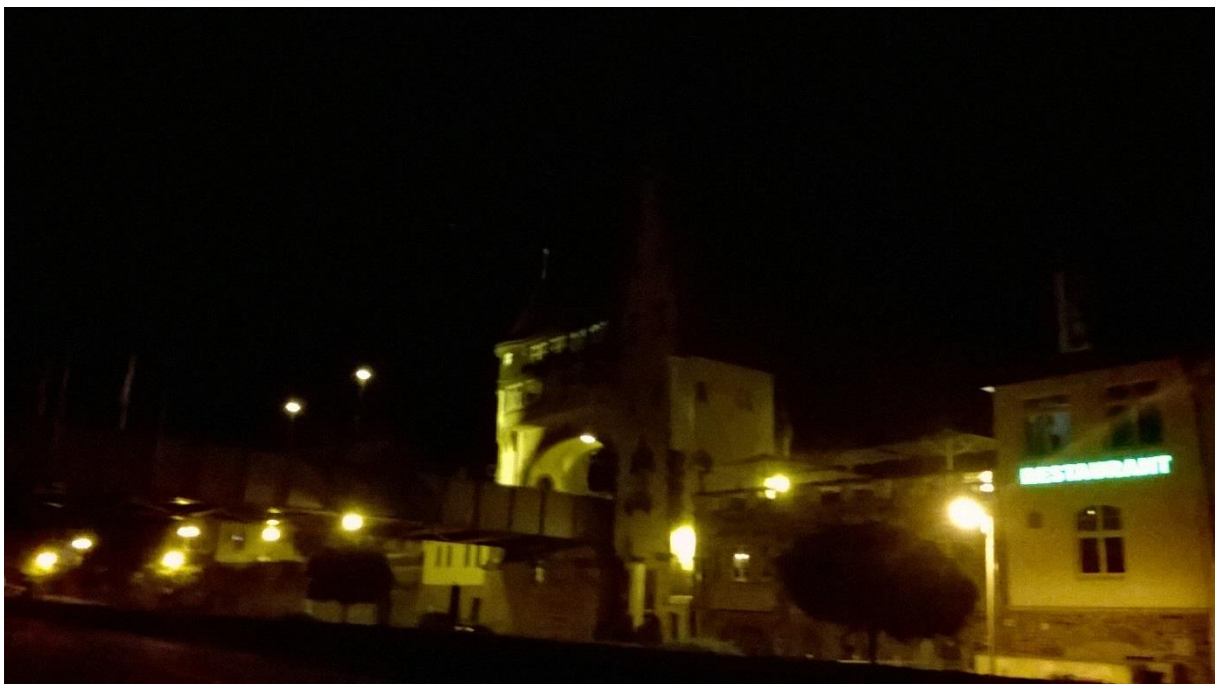
Dann steht in einem Ort an der Seite das Canyon -Auto... die Jungs winken freundlich und bleiben da stehen... erst als sie wohl auch die MTB-Radler vorbei gelassen haben überholen sie wieder... und so geht das einige Male... OK, so kann ich gut damit leben...

An der ersten Verpflegung, die ich fast verfehlt hätte, gut, daß da ein Mädels in Warnweste mit Taschenlampe am Wegesrand steht 😊... treffe ich die Herren vom Besenauto, und ein paar Nachtschwärmer von einem Moselfest...

Die Besenwagenfahrer sind ganz erleichtert, als sie hören, daß ich auf der 200er Strecke bin ;-) sie hatten wohl Angst, sie müssten nun statt 8 bis 10 Stunden über 12 h mein Tempo fahren bzw. schleichen *hihi* ... Die MTB-ler hätten unterwegs noch ein Bier getrunken, berichten sie... und tatsächlich, als ich meine Schokokeks- Pause beendet habe, erreichen diese grad den Verpflegungspunkt. Bisher hab ich noch einen 25er Schnitt aufm Tacho. Alles gut.

Seit ein Uhr in der Nacht zwitschern gelegentlich Vögel... wie aufregend... um diese Zeit! ... etwas Nebel zieht in der Flussmitte auf, es wird kälter... eigentlich hätte ich gerne, daß es auch heller wird... aber das dauert wohl noch... jedenfalls schwingt der Radweg nun zweimal vom Fluss weg auf kleine Hügel neben dem Fluss, was eine tolle Aussicht, aber auch jedesmal einen Anstieg bedeutet... irgendwann kommt hinter Zell oder ist es in Zell?! - die Schwarze Katz ist auf dem Kreisel zu sehen 😊 - eine weitere Brücke, die Seite wird erneut gewechselt und Trarben-Trarbach ist ausgeschildert, nun kommen gelegentlich Radler entgegen, die wohl bei 100 km gewendet haben müssen?!

.... fein... bei km 105 auf meinem Tacho ist jedenfalls am Kreisel in Trarben-Trarbach ein Wendepunkt -Schild und ich halte kurz an, um die sensationelle Brücke und das Brückenhaus im Zwielficht - denn es wird endlich hell - zu fotografieren... ich schick ein WA an Claus und Detlef, ... später sie mir eins als sie an deren Wendepunkt in Trittenheim sind.



Wieder die kleinen Anstiege, dann wird es endlich wieder flacher und ich reise - denn rasen kann man mein Reisetempo nicht mehr nennen - weiter... zwischendurch feuern die beiden Mountainbiker und ich uns gegenseitig an... sie haben es nicht mehr weit zur Wende. Der Nebel wabert immer mal, manchmal reißt es auf, und lässt mich kleine Dornröschen-Schlösser an den Seiten sehen, in den Ortschaften sieht man Kopfsteinpflaster und einladende Weinlokale, ... es zwitschert wie verrückt, ... noch sind keine Ausflügler zu sehen, es ist zu früh am Sonntagmorgen...



Beim wieder Erreichen der Verpflegung (km-stand ca. fast 150) gibts wieder ein paar Schokokekse und ich benütze die Toilette - das Waschbecken reicht mir gefühlt bis zum Knie - eine Grundschule *grins* ... kann man ja sonntags mal benützen... meine erste Trinkflasche ist inzwischen leer, ich habe viel zu wenig getrunken in der Nacht... es fühlt sich aber nicht schlimm an, ich trinke rasch einen Kaffee....

Zuletzt habe ich meine Gels genommen unterwegs, merke aber, daß ich nicht mehr perfekt Spur halte. Also, vorsichtig ;-) ...

Weiter gehts, nun werde ich öfter überholt, die schnellen Radler auf dem 300er-Kurs kommen tatsächlich bereits zurück... *staun* ... zweimal versuche ich dran zu bleiben, aber keine Chance, deren Tempo geht für mich gar nicht... Weiter aus eigener Kraft... ob die das wohl auch alleine könnten, die Gruppenfahrer?! ... ;-) ...

An der letzten Verpflegung trinke ich ein Redbull, esse wieder so einen tollen Schokokeks... und weiter... die blöde steile Brücke, kurz darauf kommt Koblenz in Sicht, und die Radwege werden weniger, dafür nimmt der Ausflugsverkehr zu ... Bei Licht sind die Hinweispfeile besser zu sehen 🚶🏻 ... alles gut... Bald bin ich da...

Im Ziel werde ich auch fotografiert...



der Sprecher ist gut drauf, viele Radler sitzen beim Frühstück es gibt Brötchen, und deren Kaffeemaschine liefert grad keinen Kaffee... glücklicherweise habe ich noch ein paar Schluck Iso, denn ein Käse-Brötchen essen ohne trinken geht für mich gar nicht... Die MTB-ler kommen auch an ;-)

Nach dem Umziehen und Rad verpacken lege ich mich kurz hin, ... kaum zwei Stunden später kommen Detlef und Claus ins Ziel... während ich einen 22,4er Durchschnitt geradelt bin (ich war gut 10h unterwegs) , haben die beiden tatsächlich einen 27er Schnitt hingezimmert! .. sie sind hier gut 11h geradelt mit gut 12h Reisedauer ... 🤔 und fahren später mit mir mit dem Auto zurück... sie wollen die 500km doch heute nicht mehr voll machen 😞

Am Tag danach meine Knie sind beide zutiefst beleidigt 😞... sie tut richtig weh.... aber irgendwie liegt es an der Hose habe ich das Gefühl, es ist keine Überlastung... die Winterhose mit ihren Windstopper-Oberschenkeln und dem geformten Knie, ... sie scheint bei 10h Tragedauer Probleme zu machen... Das hat sich auf den Maximal 3 h langen Winter-Trainingsfahrten (mit ein paar Kilogramm weniger) nicht bemerkbar gemacht...

Der Po ist völlig in Ordnung, nicht aufgeschweuert, nur ein leichtes "benutzt"-Gefühl

ah, ich liebe Radfahren, und muss unbedingt mal bei Tageslicht an die Mosel, um z.b. die kleinen Weinorte, und Zell und Traben-Trarbach richtig anzusehen....

Die nächsten Tage sind meine Knie empfindlich und geschwollen und haben gut Flüssigkeit angelagert 😞... nicht gut...

War schon irre, diese Nacht... 😞

Es tut mir so gut, mich mal für eine Zeit nur mit mir selber zu beschäftigen, nur Radeln, gucken, zum Teil ja meditativ 😊 radeln, .. nur essen, trinken, navigieren, orientieren, radeln, radeln radeln... Es ist so fern aller Sorgen, so herrlich vielfältig einseitig...

Irgendwie Besessenheit, Sport, was auch immer...

Ah, es gibt noch soviel zu unternehmen, so viel zu entdecken... 🤔🤔