



VERBANDSMITTEILUNGSBLATT

Betriebssportverband Hamburg e.V.

Der Verband für Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport

49. Jahrgang

Verbandsmitteilungsblatt Nr.5

07. Mai 2010

als pdf zum Download unter www.bsv-hamburg.de

MITTEILUNGEN DES VORSTANDES

Herbert Pordzik verstorben

Der langjährige Vorsitzende der BSG Elbe-Sport (vormals ESW&STN) Herbert Pordzik ist nach langer schwerer Krankheit am 29.04.2010 verstorben. Er war auch als Spielausschussmitglied Tischtennis tätig. Wir werden ihn als engagierten und fairen Sportskameraden in guter Erinnerung behalten. Unser Mitgefühl gehört seinen Angehörigen.

City Nord Sport vom 28. – 30. Mai 2010

Die City Nord Sport Tage sind wieder ein großes Sportereignis im BSV. Laufen im City Nord Park, Radrennen auf dem abgesperrten Überseering, der 2. Duathlon, Inlineskating-Wettbewerb, Sportabzeichenabnahme auch mit Schwimmen, Fußballturnier, Boule/Petanque-Wettbewerb, die Ausschreibungen auf www.bsv-hamburg.de. Infos auch bei U. Lengwenat-Hahnemann

Deutsche Betriebssportmeisterschaft Golf

Die Homepage <http://www.golf-2010.de> mit allen interessanten Infos rund um die DBM und die vielen Qualifikationsturniere steht online zur Verfügung.

Darts im BSV

Im BSV Hamburg gibt es verschiedene DARTS-Gruppen. Der Spartenleiter Darts der BSG Stadtwerke Norderstedt würde sich gern mit Dartsgruppen aus anderen BSGen austauschen. Bei den European Company Sport Games im nächsten Jahr in Hamburg wird es auch einen Darts-Wettkampf geben. Ansprechpartner: Marko Hannemann BSG-Dart@dart-welt.de

Boule/Petanque im BSV

Im BSV Hamburg betreiben der Lufthansa SV und der NDR die Sportart Boule. Es werden nun weitere interessierte BSGen oder Einzelpersonen gesucht. Kontakt, Tel. 040 23 37 77.

DBSV – Seminare 2010 (hier: Öffentlichkeitsarbeit)

Auch in diesem Jahr wird der Deutsche Betriebssportverband (DBSV) vom 19. bis 21.11.2010 ein Seminar anbieten. Aufgrund des großen Interesses für das Thema „Öffentlichkeitsarbeit“ haben wir erneut ein Seminar zu diesem Thema entwickelt. Nähere Informationen finden Sie demnächst auf unserer Homepage www.betriebssport.net. Für Fragen steht Ihnen unser Generalsekretär gern unter Patrick.Nessler@Betriebssport.net zur Verfügung. An diesem Seminar können alle Interessierten teilnehmen, die dem DBSV unmittelbar oder mittelbar angehören. Es ist unerheblich, ob Sie haupt-, neben- oder ehrenamtlich tätig sind.

Deutsche Betriebssportmeisterschaft im Bowling für Teams und Einzel:

Die Nachfrage an der DBM auf der größten Bowlinganlage Deutschlands in Unterföhring bei München ist äußerst erfreulich. Knapp 3 Monate vor Meldeschluss am 15. Juli 2010 liegen bereits 159 Einzelmeldungen vor. Die Starterliste ist u.a. unter www.betriebssport.net publiziert und wird wöchentlich aktualisiert.

97. Alsterstaffel

Die Traditionsveranstaltung am 30. Mai, 11 Uhr, hat ihren Laufmodus geändert. Vier Läufer egal welchen Alters und Geschlechts, laufen jeweils 2 Runden (= 4 X 3,6 km) um die Binnenalster. Jeder Finisher erhält eine Alsterstaffel-Medaille. Anmeldung für BSGen ohne Leichtathletiksparte unter anmeldung@bsvhh.de Siehe dazu auch VMB Nr. 4, Mitteilungen der Leichtathletiksparte. Anmeldegebühr für Betriebssportler EUR 30,- statt EUR 40,-, incl. acht Verpflegungsbons.

6. SportScheck Nachtlauf

Die Firma SportScheck ist Kooperationspartner des BSV Hamburg für die Europäischen Betriebs-sportspiele Hamburg 2011. SportScheck richtet in ganz Deutschland Stadtläufe aus, am 18. Juni 2010 findet der 6. SportScheck Nachtlauf Hamburg statt. Angeboten werden u.a. Laufstrecken von 7,5 sowie 15 Km um die Hamburger Außenalster. Hamburger Betriebssportler erhalten 3,-- € Ermäßigung auf das Startgeld.

Anmeldung und die ausführliche Ausschreibung unter www.sportscheck.com/event

meinverein.de

Deutschlands größte Internetplattform für Vereine, Clubs und Interessengruppen „meinverein.de“ ist Kooperationspartner des BSV. Ab sofort erscheint ein kostenloses Magazin, das sich alleine dem Vereinsleben widmet, zu beziehen unter www.bsvhh.meinverein.de

BSV Fitnesswochenende

Vom 1. bis 3. Oktober 2010 im Vier-Sterne-MARITIM-Seehotel Timmendorfer Strand organisiert der BSV in Kooperation mit dem VTF ein Fitnesswochenende. Walking oder Jogging am Ostsee-strand, Aqua-Training im Pool oder Cardiofit fördern die Ausdauer, die Muskeln straffen sich beim Body Workout und Rücken-Fitness. Stretch & Relax sowie Entspannungskurse runden das Pro-gramm ab und lassen Sie wieder tief durchatmen.

Grün-Weiß Eimsbüttel und TH Eilbek sind neue Kooperationspartner des BSV

Wir konnten im April zwei weitere große Sportvereine als Kooperationspartner gewinnen. Beide Vereine haben vielfältige Angebote im Bereich Gesundheitssport. Die Kurse können als 10er Karte einzeln gebucht werden und sind zum Teil als Präventionskurse mit einer Kostenrückerstattung der Krankenkassen anerkannt. Die Angebote können Sie in Kürze auf unserer Homepage im Bereich Gesundheit einsehen. Für Fragen steht Ihnen Melanie Gronau unter Tel. 23 85 79 62 oder melanie.gronau@bsv-hamburg.de gern zur Verfügung.

5. Internationaler Hamburger Sport-Kongress

Vom 5. – 7. November 2010 organisiert der VTF wieder diesen zweijährig stattfindenden Kongress in Hamburg mit vielen hochkarätigen Referenten und hoher Praxisrelevanz. Rund 130 Vorträge, Best-Practice-Präsentationen, Foren und Workshops finden u.a. in den Kernbereichen Sport- und Vereinsentwicklung, Fitness- und Gesundheitssport statt.

Unter der Info-Hotline 040 41908 272/239 erfahren Sie Weiteres. Zum Kongress erscheint ein ei-gener Newsletter. www.vtf-hamburg.de

gez. Ulrich Lengwenat-Hahnemann

Das VMB Nr. 06/2010 erscheint am 04.06.2010
Der **BSV-Newsletter** informiert Sie! Jetzt bestellen!



**Betriebssportverband
Hamburg e. V.**

Sparte Radsport



Manfred Schwarz	Obmann / RTF	040/40165835 0179/6632034	radmanne@gmx.de
Christian Bruder	stellv. Obmann / Breitensport	0151/10814406	ch.bruder@ndr.de
Susanne Büttner	Mitglieder- betreuung	040/518955 040/40165835 0179/6636116	suse.buett@gmx.de
Petra Marbs	Presse	0160/3511275	petra.marbs@kvhh.de

Termine im Norden

- 8.5.2010 Internationale Bremer RTF - RSC Rot-Gold Bremen
- 8.5.2010 RTF Teuto-Tour - RRG Osnabrück
- 9.5.2010 RTF Ostholstein-Rundfahrt - RST Lübeck
- 9.5.2010 RTF Buchholzer Heidetour - Blau-Weiß Buchholz
- 13.-15.5.2010 Im Mai an die Schlei - RST Lübeck
- 13.-16.5.2010 Goethetour - RV 1910 Ober-Mörlen e.V.
- 13.-16.5.2010 Rennfietsen-Tour Münsterland - Team AGAPEDIA Münsterland und Münsterland e.V.
- 13.5.2010 RTF Durch Marsch und Heide - TSV Winsen
- 13.5.2010 RTF Giro del Costa Granata - SV Nordenham
- 15.5.2010 RTF Durch das Vörder Land - TSV Bremervörde
- 15.5.2010 Sösetal RTF (1. von 2 Osterode-RTF) - MTV Förste
- 16.5. 2010 RTF Rund um Osterode am Harz (2. von 2 Osterode-RTF) - TG La-Pe-Ka 1981 Osterode
- 16.5. 2010 Kalle-Bäcker-RTF - ABC Wesseln
- 16.5. 2010 RTF Uhlenköper Radrundfahrt - Post SV Uelzen
- 21.-24.5. 2010 Harz IX - RV Endspurt
- 21.-24.5. 2010 Lübeck-Tivoli-Louisianan, Die Kopenhagen-Tour - RST Lübeck
- 22.-24.5. 2010 Rund um das Teufelsmoor - RV Germania

- 29.5. 2010 Delmenhorster RTF - RV Urania Delmenhorst
 29.5. 2010 RTF Rund um Greifswald (1. von 2 RTF) - Team Radmarathon Greifswald
 29.5. 2010 Jubiläumsfahrt der RSG Blankenese (1. von 2 RTF) - RSG Blankenese
 30.5. 2010 Blankeneser Rundtörn (2. von 2 RTF) - RSG Blankenese
 30.5. 2010 Blankeneser Rundtörn - RSG Blankenese
 30.5. 2010 RTF Rund um Lüneburg - RSC Lüneburg und VFL Lüneburg
 30.5. 2010 Biking auf der Milchstraße - MTV Himmelpforten
- Viele weitere Termine und Infos z. B. zu Permanenten findet Ihr auch im Breitensportkalender

29./30.5.2010 Betriebssportmeisterschaften in der City-Nord

Ab sofort könnt Ihr euch über die Formularseite unseres Web-Auftritts anmelden

Neu: die schnellste Hamburger Betriebssport-Mannschaft gewinnt den neu gestifteten **Wanderpokal** für die Hamburger Meisterschaft im Mannschaftszeitfahren!!!

1.8.2010 RTF „Bis vor die Tore Lübecks“

Helfer für City Nord und RTF

Für die Betriebssportmeisterschaften in der City Nord und für die RTF „Bis vor Lübecks Tore“ werden dringend Helfer gesucht. Bitte diskutiert in euren BSG'n wer von euch an den Terminen 29./30.5.2010 und/oder 1.8.2010 die Organisatoren unterstützen kann. Es wäre schön, wenn jede Betriebssportgemeinschaft, die an den Veranstaltungen teilnimmt auch jemanden als Helfer bereitstellt. Welche Art Hilfe und wie viel Zeit dafür zu planen ist könnt Ihr bei Manfred erfragen.

So können Radveranstaltungen, wie z. B. die Vattenfall-Cyclassics ohne Helfer nicht auskommen. Auch wenn es Euch schwer fällt, die eine oder andere Veranstaltung mal nicht als aktiver Teilnehmer mit zu erleben, so ist es eine schöne Erfahrung mal auf der „anderen“ Seite zu stehen und so auch einen neuen Blick auf die Organisation der Veranstaltungen zu bekommen. Also, meldet Euch bei Manfred.

BSG

Für 2010 planen wir in loser Folge die Betriebssportgemeinschaften in den Verbandsmitteilungen vorzustellen. Hilfreich wären Informationen über die sportliche Zusammensetzung und die unterschiedlichen Interessen für den Radsport. Habt Ihr z. B. mehr Rennrad- oder Crossfahrer; oder gibt es mehr Interesse an organisierten Radtouren in oder um Hamburg.

Lizenzfahrer

Wir planen für die nächsten Verbandsmitteilungen eine Art Steckbrief über die Lizenzfahrer aus den Betriebssportgemeinschaften. Dafür und auch um weiterhin über Teilnahmen und Ergebnisse an den verschiedenen Rennen berichten zu können, benötigen wir Eure Mithilfe.

Für Rückfragen, Informationen und/oder Anregungen für die drei Themen meldet Euch bitte bei

Manfred: 040/40165835 // 0179/6632034 // radmanne@gmx.de

WA, WAV, KK, VKK???

Wolltet ihr immer schon mal wissen, was sich hinter diesen Abkürzungen verbirgt? Oder mit dem Gedanken gespielt, wie ich Kommissär werden kann?

Jürgen Kasper, Beauftragter Leistungssport im Radsportverband Hamburg erläutert, was sich hinter den Abkürzungen verbirgt, was ein Kommissär tut und wie man Kommissär wird:

WA = Wettfahrausschuss
KK = Kommissär im Kollegium
WAV = Wettfahrausschuss - Vorsitzender (nach absolvierter Prüfung)
VKK = Vorsitzender des Kommissärskollegiums

Der WAV leitet die Radsportveranstaltung, nimmt die Stecke vor Rennbeginn ab und trägt auch die Verantwortung! Er kontrolliert die Ergebnisse und erteilt die Freigabe zur Bekanntgabe. Er ist der Ansprechpartner bei Einsprüchen.

WA-Mitarbeiter:

mindestens 4-5, je nach Veranstaltung (Straßenrennen, Kriterium, Etappenfahrt, EZF/ MZF, Bahn-, Cross oder MTB Wettbewerbe). Auch im BMX-Bereich sind sie im Einsatz, dazu kann ich aber keine Auskunft geben!

Korrektur Rennablauf vom Start, über Zeitnahme, Rennbeobachtung, Rundenprotokoll, Zwischenwertungen, Materialwechsel, Übersetzungskontrollen (U11-U19), bis hin zum Zieleinlauf - Reihenfolge mit Zeiten.

Nach Rennende zügiges Erstellen des Ergebnisses, zur Vorlage beim VKK.

Bei Etappenfahrten / Straßenrennen oder EZF den Rennverlauf auf der Strecke aus dem Auto beobachten und ggf. Sportordnung und Wettkampfbestimmungen anwenden.

Wie werde ich Kommissär?

1. Interesse am Radsport, dann mal zuschauen im WA-Bereich
2. An der Seite vom WA mitarbeiten (hospitieren) und Erfahrungen sammeln
3. Regelwerk Sportordnung/Wettkampfbestimmungen Str/Bahn/Cross kennenlernen/runterladen aus dem Internet
4. An Schulungen (1 Wochenendseminar) teilnehmen, z.B. durchgeführt vom BDR Kommissär
5. Lizenz als WA erwerben und viele Einsätze in HH und Umgebung mitmachen
6. Teilnahme an Weiterbildungen und Schulungen
7. nach ca. 3 Jahren WAV Kurs besuchen und Prüfung ablegen

VMB zum Nachlesen

Habt Ihr ein VMB verpasst oder wollt etwas nachlesen: Auf der Seite des Betriebssportverbandes Hamburg sind die Ausgaben ab 2004 archiviert.

Dano's Depesche

Nach den vergangenen anstrengenden Tagen hatten wir uns Erholung verdient. Zunächst genossen wir den Abend auf unserer Dachterrasse in Somerset West, bevor es am nächsten Tag nach Port Elisabeth (PE) ging. Drei Städte weiter bedeutet nur 900km auf Landstraßen. Der Nissan Tida lief zur Höchstform auf und einspurig geht auch zweispurig, wenn Teamrennfahrer reisen.

Ohne Karte in der Wildnis

Da unsere Gastfamilie in PE nur 15 Tage Jahresurlaub hat, musste Jan wieder Raleigh managen, während ich bei milden 25°C um 8.30Uhr das Rennrad aus der Garage schob. Da ein Radfahrer immer den richtigen Weg findet, war ich schnell auf der Route wo die Einheimischen trainieren. Allerdings kommen die einem schon entgegen, da Süd-Afrika ein Land der Frühaufsteher oder Wärmemuffel ist. Mir war dies egal, denn auf meiner 2.5Std.-Runde genoss ich die herrlich hügelige Landschaft an der Küste. Der Wind war zwar schon recht heftig, allerdings kühlte er auch ein wenig. Die Straßen sind gut und im Vergleich zum MTB ging alles viel leichter, oder war es der Rückenwind?

Das sage ich meiner Reiseleitung

Wir genossen die Gastfreundlichkeit der Südafrikaner, denn Jan und Verena hatten das Ehebett für uns geräumt. Alle Zeichen standen auf perfektem Urlaub, bis diese Regenwolke in mein Leben rückte. Da er-

zählt mir Jan etwas von Wasserrationierung und kaum kommt Dano aus Hamburg ist die dunkle Wolke da. Wir verzogen uns schnell in den Norden, wo wir im Addo-Elefanten-Park nach wilden Tieren Ausschau hielten.

Training auf der Autobahn

Tags darauf ging es für uns weiter, bzw. zurück auf der berühmten "Garden Route". B&B (Bett und Breakfast) standen für uns in den folgenden drei Nächten an. Mit kulturellen Höhepunkten, welche demnächst einen eigenen Newsletter erhalten, stand das Training in Plettenberg an. Da wählt man die Straße Richtung Flughafen und diese endet, bzw. wird eine Dirtroad. Na gut, wird das Rad schon bis zur Hauptstraße aushalten. Am Ende waren es gute 12km gewässerte, rotsandige Wüstenstraße. Die Reifen hielten, der Flaschehalter hatte sich losgerüttelt und die restlichen 2 Std. wurde auf dem Seitenstreifen der N2 trainiert. Knysna hin-und zurück war heute angesagt. Nicht wirklich schön, aber besser als mit dem Rennrad im Gelände.

Zum Schluß eine wunderschöne Tour

Lernfähig trotz hohem Alter bin ich ja und so ließen wir einen Tag das Training aus, denn es war der falsche Belag auf den Wegen um Mossel Bay. Hier genossen wir lieber den Blick aus dem Schlafzimmer auf die Delphine und bewanderten Naturpfade und Hängebrücken. Den folgenden Tag nahm ich dann die R328 unter die Räder. Leicht steigend, da es von Meereshöhe auf ein Hochplateau ging. Dazwischen lag ein herrlicher Pass mit 835Hm, welchen ich mit ordentlich Zug nahm. Da war die Trinkflasche leer und 40km steppenähnliche Mondlandschaft wartete auf mich. Genüsslich trank ich dann die nächste Tankstelle leer und nahm den letzten Anstieg zu den Kango Höhlen. Während ich nach ca. 100km schweißnass auf den Parkplatz bog, war Petra im Kaffee auch wieder voller Tatendrank. So ging es von den Höhlen direkt zu einer Straußenfarm, wo wir ein In-door-Grillen genossen. Wer die Adresse von dieser unglaublichen Farm haben möchte, soll sich melden. Man kann hier auch mal ausprobieren mit dem Mietwagen 110km/h auf Schotterwegen zu fahren.

Nach bunten Straußenostereiern geht es ein paar Tage zur Arbeit, bevor der erste Renneinsatz folgt. Mit Start um 8.00 Uhr ist es zwar früh, dafür hat man dann mehr Zeit am Nachmittag am Kyffhäuser. Es geht also erneut zum Kyffhäuser Berglauf, der auf die klassische MA-Distanz angesetzt wurde. Da wohl ein paar ganz genaue einige Meter vermissten, hat der Veranstalter nochmals mit Hilfe der NASA und EASA das Problem erörtert und gelöst.

Grüße von zu Hause nach 42Std. Reisezeit. Kein Witz, wir hatten zwei Stopps und zwei zusätzliche Übernachtungen in Johannesburg und Istanbul. Da waren das beschädigte Rad und die kaputte Radtasche das kleinste Übel....

Ich könnte mir es leicht machen und den Bericht vom letzten Jahr kopieren und schauen, ob es jemandem auffällt. Natürlich tue ich so etwas nicht, denn jedes Rennen ist anders, auch wenn man manchmal glaubt, das täglich das Murmeltier grüsst.

Saisonaufakt auf der MA-Distanz

Zum Start in meine europäische Wettkampfzeit hatte ich mir erneut den Kyffhäuser Berglauf ausgesucht um über die ca. 42km in 1.5Std. ein paar Rennkilometer zu sammeln. Trotz früher Startzeit und gefühltem Bodenfrost standen über 400 Leute an der Startlinie um sich auf den ersten 12 Straßenkilometern warmzufahren. Was dann folgte hatte mir Fabian Rexhausen nach Sichtung der Starterliste schon am Freitag per Mail zugesandt

Bestätigte Prognose

Zitat: "Über die erste Kuppe gehst Du mit Christian Kreuchler (GERMINA) und Michael Schuchardt (Team SWB), danach musst Du schauen, wie es läuft." Wenn Lotto auch so einfach wäre, dann wär ich schon Millionär, denn die Prognose trat ein, da Christian wie im letzten Jahr die Flucht nach vorne suchte. Wir konnten aber das Tempo mitgehen und hatten auf dem Bergrücken der zum höchsten Punkt des Kyffhäusers führte schon einen sicheren Vorsprung.

Spannung bis in die Zielgasse

Was nun folgte war eine gute Zusammenarbeit zwischen uns Dreien, sowie ein parieren von zwei bis drei Tempoverschärfungen von Christian. Da der Untergrund sehr trocken und damit schnell war, gelang es ihm nie eine große Lücke zu reißen. Muss aber gestehen, dass ich zwischenzeitlich doch mal tief Luftholen musste. Michael ging es nicht anders. Auf den letzten 5km kamen dann die Verfolger in Sichtweite, weshalb ich den letzten Wiesenanstieg von vorne nahm. Die Entscheidung fiel dann in der letzten ruppigen Abfahrt. Wie BMX-Fahrer schossen wir zu dritt nebeneinander in die Abfahrt. Klar, dass ich der letzte war, der unten ankam. Wie heißt es doch: Der Klügere (oder Angsthase) gibt nach. Auf den verbleibenden 500m schaffte ich es noch Christian zu stellen, Michael war aber nicht mehr erreichbar.

Als 2. hat man die Tischtennisplatte verloren und einen Reifen mit Schlauch gewonnen. Kein guter Tausch, aber für den Saisonaufakt vollkommen o.k. Nächste Woche geht es nach Münsingen zur MTB-Bundesliga. Hier kommt Petra natürlich wieder mit. Nicht nur zum Fotografieren, sondern zum Shoppen. Das, bzw. die Rennen in Münsingen sind ja bekannt als Frühjahrsklassiker, wo ich natürlich nicht fehlen durfte. Nett ist die Veranstaltung mit dem Uralan Marathon am Samstag und den Bundesligarennen am Sonntag. Damit sich die weite Fahrt lohnt, wurde der Freitag wieder dazu genutzt das Outlet-Center in

Metzingen unsicher zu machen. Wirkliche „Schnapper“ muss man aber lange suchen und einen wirklichen Fabrikverkauf habe ich mir immer ohne Diskomusik und Velourteppich vorgestellt.

Uralan Marathon

Ohne Vulkanasche auf der Brille ging es bei strahlendem Sonnenschein und kühlen Temperaturen mit 500 Leuten in die schwäbische Alb. Da der Marathon auch Bundesligarennen für die Masters war, war zunächst etwas hektisch mit Überholen und so weiter angesagt, bevor ich die Spitze sah und sehen konnte, wer es hier so eilig hat. Am ersten richtigen Berg war ich dran an den Schnellen. Allerdings war mein Aufenthalt eher kurz, da der Sprung nach vorne etwas hurtig war.

Sammeln, beobachten und dann....

In der zweiten Verfolgergruppe kam ich einen Berg später wieder zu Luft und konnte wieder mitfahren. Nach vorne hatten wir Blickkontakt zur ersten Verfolgergruppe. Das Stellen dieser Gruppe dauerte aber noch eine gefühlte Ewigkeit, da ein starker Lukas Kubis auf der Ebene nicht einzuholen war. Die Zeit spielte aber für mich, denn je länger die Radtour, desto besser läuft es für Dano.

Starkes Finale um die Sachpreise

Als wir dann endlich die Gruppe gestellt hatten, wurde es nochmals schneller. Jeder versuchte noch etwas nach vorne zu kommen. An einer Steilstelle kamen wir zu viert nochmals etwas weg, bevor es Richtung Bundesligakurs ging. Hier war mir klar, dass man als erster in die Singletrails muss. Patrik Uhlig stach zwar in einer Kurve noch vorbei, was am Ende der Geraden wieder berichtigt wurde. So kam ich als 7. In der Gesamtwertung und 5. Master ins Ziel. Mit den gewonnenen Nudeln in der Hand konnte ich mir die Leute mit den Schecks anschauen. Markus Kaufmann (Vaude) gewinnt vor Volker Ordowski (Rocky Mountain) und Christian Schneidawind (Texpa), wobei die Abstände sehr gering waren. Ich hatte auch nur 1:20 min. Rückstand auf den Sieger.

Das Messen mit dem Olympiasieger

Nach Kässpätzle im Hotel Herrmann ging es am Sonntagnachmittag zum nächsten Highlight, dem int. Bundesligarennen. Ich glaube, gegen so ein starkes Feld bin ich in Münsingen noch nie gefahren, fast die kompl. Weltelite stand am Start. Mein Ziel war eigentlich unter die ersten 30 zu kommen, was ich aber innerlich schon um 10-20 Plätze berichtigt hatte. Aus der Mitte der Meute ging es die berühmte Wiese hinauf. Auf der Teerstraße konnte ich noch ein paar Plätze gutmachen, bevor das Aufreihen begann und das Rennen seinen Lauf nahm.

Mir fehlten dann die Worte

Nach dem hektischen Anfang folgte für mich die Ruhe am Berg, denn es ging nicht schneller und ich kam so an Position 60 aus der ersten Runde. Danach war ich warm und das Rennen begann für mich. Es ging nach und nach etwas nach vorne. Natürlich begünstigte den Vorwärtsdrang das Ausscheiden ein paar guter Leute vor mir. Als ich dann zum Schlag gegen den Marathonzweiten ansetzte, verlor mein Reifen Luft und ich die Fassung. Auf Position 45 liegend mit noch 3 Runden zum Aufholen, bog ich ab zur Duschsche. Enttäuscht aber nicht demotiviert ging es nach dem Sieg von Ralph Näf locker zurück nach Hamburg.

Mit neuer Luft im neuen Schlauch geht es am Samstag nach Sundern zum Megasport-Event. Hier stehen natürlich wieder meine Freunde mit dem gelb-schwarzen Nummernschild am Start, welche ja nicht immer gewinnen können.

Wer in dieser Jahr auf der Langstrecke bestehen will, der ist im Frühjahr meistens auch beim Megasport in Sundern. Die Starterliste ließ deshalb schon auf ein spannendes und schnelles Rennen schließen. Wenn dann am Renntag noch perfekte Temperaturen und eine staubtrockene Strecke vorherrschen, dann stehen die Zeichen auf Megasport.

1500 Leute hatten nur ein Ziel

Traditionell geht es beim Marathon aus der SKS-Lagerhalle durch Sundern auf die 55km oder 100km-Runde. Nervös wurden die ersten Kilometer auf der Landstraße zurückgelegt, bevor das riesige Starterfeld auf den Feldweg abbog. An Position 4 kam ich ins Gelände, was die perfekte Ausgangsposition für die nächsten knapp 4Std. war. Zunächst konnte ich beobachten wie Christian Kreuchler die Flucht ergriff. Danach sah ich, wie am zweiten Berg die Gruppe auf 5 Leute schrumpfte. Ich hielt mich vornehm zurück und ließ den Schweden, der dann auch die 55km-Runde gewann, fahren. Der war auch so schnell, da hätte ich gar nicht nachfahren können.

Frühes Podiumstrio

Nachdem wir Christian mit Defekt im Wald stehen sahen und den Vorjahreszweiten am Berg verloren hatten, war die Zusammenstellung des Podiums eigentlich klar, wenn auf den restlichen 75km nichts passiert. Aber bei welchem Rennen ist dann schon so? Zunächst bog ich mit meinem Duzfreund Siggie Sickmüller (Stevens) und den Jedesjahrsieger Ramses Bekkenk in die zweite Runde. Hier versuchte Ramses das Tempo hoch zu halten, oder war es eine Attacke? Wir konnten jeweils das Tempo mitgehen. In einer Abfahrt verlor Ramses den Kontakt zu uns, was uns zunächst wunderte. An dem folgenden Anstieg attackierte Johannes.

War dies die Entscheidung

Zunächst konnte ich noch mitgehen, bevor ich sein Hinterrad verlor. Ramses überholte mich und ging als Zweiter über die Bergkuppe. So leicht gab ich aber nicht auf und ekelte mich zu Ramses hin, der wirklich kämpfte. In einem Steilstück, wo ich die Führung übernahm, verlor er den Kontakt. Zunächst schaute ich mehr zurück als nach vorne, nach dem nächsten Hügel war er aber schon nicht mehr in sichtweite. So glaubte ich allmählich schon an Platz 2, als Johannes mit seiner CO2-Patrone am Wegesrand stand. Da er diese wohl nicht für sein 5-Liter Bierfass brauchte, hoffte ich insgeheim auf Defekt. Johannes hatte aber nur nachgepumpt und wir nahmen den Rest des Marathons in Angriff.

Verlorenes Finale ist ein Sieg?

Wie in alten Teamzeiten fuhren wir gemeinsam mit Führungswechsel bis in die Nähe von Sundern. Da nun bei mir die Krämpfe kamen, konnte Johannes mit seinem hohen Tempo mir einfach entkommen. Ich wusste, dass ich ihn an dem steilsten Stück in Wildewiese sowieso nicht hätte halten können, so dass ich vorsichtig das Rennen nach Hause fuhr. Bloß keinen Defekt bekommen. So rollte ich ca. 1.5min. nach Siggis ins Ziel und freute mich riesig über den zweiten Platz. Ein gelungenes Rennen auf einer schönen Runde. Wenn man alle Rennen so wären...

..und das machte das Team

Für Andre Zamponi, Niels Willers und Sven Piper ging es am Harzrand am Sonntag um Punkte für den Harzcup. Für einen ging es sogar ganz nach oben aufs Podium. Da der Harz flächenmäßig sehr eng ist, brauchte der Veranstalter 5 Runden um 85km zusammen zu bekommen. Während Niels nach 2 Runden den sicheren Sieg in seiner Altersklasse nach Hause fuhr, wurde Andre auf den drei Runden 6. in seiner Klasse. Auf der langen Runde konnte Sven nur kurzfristig Kontakt zum späteren Sieger Christian Kreuchler halten. Sven kämpfte aber hart mit der Runde und sich selbst und sicherte sich am Ende den unglücklichen 4. Rang. Für ihn war es aber gut, dieses Rennen zu beenden, auch wenn man nicht geehrt wurde.

Nun wird es eng mit MTB-Veranstaltungen, so dass ich wohl auf die Straße ausweiche. Mal sehen, wer Norddeutscher Meister wird

Training der BSG`n

BSG NDR und HASPA

Es sieht zwar noch nicht zwingend nach Frühling aus, dennoch soll das Sommertraining auf dem Deich beginnen. Wie immer:

Mittwochs, Abfahrt: 17.30 Landesfeuerweherschule in der Bredowstraße (Moorfleet/ Billwerder).

In den ersten Wochen ruhiges Tempo (Schnitt: 25 km/h) und kleine Runden (50 km), ggfs. mit Trekkingrad oder MTB, Beleuchtung nicht vergessen.

Die **BSG HASPA** fährt um 17 Uhr vom Normannenweg (HASPA-Zentrale) ab und stößt dann vor der Landesfeuerweherschule auf die anderen Radler und -innen.

Ab **5.5., Abfahrt um 18 Uhr** ab Landesfeuerweherschule bzw. 17.30 Uhr ab Normannenweg.

Lufthansa SV

Sonntags, 10.30 Uhr. Treffpunkt: Glashütterdamm/ Ecke Travestr. in Norderstedt. Fahrstrecke zwischen 60-80 km (bei Bedarf mehr) mit ca. 28/30 km/h. Dieses Training findet immer statt.

„Airbus MTB - Wintertraining:

Oktober 2009 – März 2010

Treffpunkt jed.2. Sonntag im Monat bei der Kärntner Hütte od. gem. Anzeige:

Termine und Anmeldung unter: <http://www.sg-airbus-radsport.de>“

Manfred, Christian, Susanne, Petra