

# Race Around Niederösterreich 2024

unsupported, dafür im Team

unsupported bedeutet laut linguee.de „nicht unterstützt“

Im Fall vom Race Around Niederösterreich (RAN) bezieht sich das nicht auf eine eventuelle Motorunterstützung am Fahrrad, wie es sich mancher auf den 600 km vielleicht gewünscht hätte, sondern darauf, dass die Strecke ohne Hilfe von außen - also ohne Crew und PaceCar - zu bewältigen ist.

Bereits zum 6. Mal fand das RAN heuer mit Start/Ziel in Weitra statt. Bereits zum 6. Mal waren auch Sabine und Karl am Start. Waren die beiden bisher immer Solo unterwegs, so gingen sie diesmal in einem gemeinsamen Team an den Start. In der neuen Kategorie „unsupported“. Bereits im Vorfeld machten sich die Unterschiede zu „supportet“ bemerkbar: „Es gibt wesentlich weniger Material vorzubereiten, weil man ohnehin nur 1 Rad hat und auch nicht alles mitnehmen kann, was man möchte“, erzählt Karl. Dafür ist die Planung aufwendiger: Wasserstellen auf der Strecke wollen im Vorfeld erforscht werden, um im Rennen möglichst wenig suchen zu müssen. Selbst die Anreise war anders: Ein PKW reicht für das gesamte Equipment von zwei Athleten, es ist kein Bus notwendig. Sehr puristisch das Ganze . . .

Nach erfolgreichem Start ging es durch das Waldviertel und mit beginnender Nacht durch das Weinviertel. In der (späteren) Nacht machte sich der nächste Unterschied zu supportet bemerkbar: „fehlende Kommunikation mit einer Crew und aufmunternde Worte bei einem Tief fehlten“ berichtet Sabine. Dadurch machte sich bei beiden Athleten eine unüberwindbare Müdigkeit breit. Gelöst wurde dieses Bedürfnis mit einem Powernap. In einer Buswartestelle. Sitzend. Bei 5 Grad.

Dem zu hohen Tempo in der ersten Hälfte, gepaart mit zu niedriger Energiezufuhr mussten die beiden in der zweiten Hälfte des Rennens Tribut zollen. Die aufbringbare Energie für die notwendige Vorwärtsbewegung war nicht mehr auf dem gewünschten Level. Da kam das Base-Camp in St. Aegyd bei km 437 gerade recht! Hier gab es Verpflegung und eine kurze Verschnaufpause. „Gefreut haben wir uns auf die Abfahrt vom Wastl, dem höchsten Punkt der Strecke“ sagt Karl. „Die ist lange, da laufen die Kilometer dahin“. Enttäuscht wurde er jedoch vom Gegenwind in diesem Abschnitt. Dieser kostete selbst in diesem Bergab-Stück Kraft.

Das gefürchtete Yspertal, ohnehin bereits die letzten 80km aber nochmals mit vielen Höhenmeter, wurde mit gegenseitigen Motivationsprüchen gemeinsam bewältigt. Auf dem allerletzten Stück schafften die letzten Reserven nochmals eine Höchstleistung. Eine Leistung, welche das Paar auf Platz 1 in der Kategorie Mixed-Team in einer Zeit von 24 h 12 min brachte.