

Sächsische Zeitung*

SZ-ONLINE.DE

Ein Lächeln im Ziel

Zwei Großenhainer waren bei der Salzkammergut Trophy und fuhren mehr als 200 Kilometer bei Wind und Kälte.

08.08.2017

Von Thomas Riemer

Bild 1 von 2



Gute Laune vor dem Start: Richard Bittner, der bis zum Ziel schließlich reichlich 15 Stunden unterwegs war.

Morgens um 5 Uhr ist Start. 211 Kilometer über teils unwegsames Gelände in den Bergen, 7119 Höhenmeter, unmenschliche Anstiege, rasante Abfahrten. Und das mit dem Mountainbike.

Max Fröhlich und Richard Bittner haben diese Tortur im Juli dieses Jahres absolviert. Die Salzkammergut Trophy gehört zu den größten Herausforderungen für Mountainbikefahrer schlechthin. Knapp 800 Teilnehmer gehen dabei auf den langen Kanten. Und die beiden Großenhainer Ausnahmeathleten mittendrin. Reichlich 14 bzw. 15 Stunden werden sie brauchen. Es regnet und das Thermometer zeigt gerade mal 10 Grad ab.

„Für das Wetter konnten wir nichts“, sagt Max Fröhlich lachend. Wochen-, ja monatelang hat sich der 23-Jährige auf das Event vorbereitet. „Es hat schon im Winter angefangen“, sagt er. Grundlagentraining und möglichst täglich mindestens zwei Stunden Radfahren war sein Pensum. Fitnessstudio und Lauftraining. „Ich habe auch Einheiten von sechs oder acht Stunden absolviert“, sagt Max. Aufmerksame Großenhainer sehen ihn regelmäßig auf ausgewählten Strecken der Region beim Konditionstraining auf dem Rad. Als „gelernter“ Inlineskater beim dortigen Rollsportverein bringt er beste Voraussetzungen mit. Noch eine Woche vor der Salzkammergut Trophy gewann er auf dem Lausitzring einen Marathon auf acht Rollen.

Richard Bittner hat ein paar Trainingskilometer weniger im Gepäck. „Ich steh nicht ganz so gut im Saft“, sagt der 25-Jährige. In Chemnitz studiert und arbeitet er, hat weniger Zeit und Gelegenheit für den Sport. Doch auch er kommt ursprünglich vom Großenhainer Rollsportverein. „Die Grundfitness bringe ich von daher mit“, sagt Richard.

„Einmal Hölle und zurück“, so umschreibt die offizielle Homepage der Salzkammergut Trophy im Nachgang den Wettbewerb, der in diesem

Jahr zum 20. Mal ausgetragen wurde. Schlechtwetter sorgte für extreme Streckenbedingungen. Das war auch Max Fröhlich und Richard Bittner klar. „Ich habe es als Herausforderung gesehen“, sagt Max. „Es geht letztendlich vor allem ums Durchkommen“, beschreibt Richard seine Gefühle vor dem Start. Neun oder zehn „scharfe“ Anstiege sagte das Höhendiagramm voraus, das beide stets im Hinterkopf hatten. „Man hakt die Berge ab“, gesteht Max Fröhlich. Ansonsten aber sei der Kopf weitgehend „abgeschaltet“.

Nach 100 km Rhythmus gefunden

Wichtig sei für ihn gewesen, dass es unterwegs sehr viele Verpflegungspunkte gab und Zuschauer, die ihn über die Strecke „getragen“ haben. Richard Bittner wiederum gesteht, dass es für ihn auf der ersten Hälfte der Tortur „nicht ganz so gut lief“. Aber so etwa nach 100 Kilometern habe er dann seinen Rhythmus gefunden. „Das Wichtigste ist, sich das Rennen einteilen zu können“, ergänzt Max Fröhlich.

Und natürlich der regelmäßige Kraft-Nachschub für den Körper. Viele Kohlenhydrate, Energy-Riegel, dazu Cola- und Tee-Drinks gehören dazu. Die Faustregel: „Niemals zwei Stunden ohne Essen“, so Richard Bittner. „Und Banane geht immer“, ergänzt er lachend. 13 Riegel und vier oder fünf Bananen hat Max neben den Getränken zu sich genommen. „Den ersten Riegel schon am ersten Berg.“

An einem der letzten steilen Anstiege half dann aber auch die beste Verpflegung nichts. „Der Berg war mit dem Rad nicht zu schaffen“, sagt Richard respektvoll. Sozusagen der „Scharfrichter“ kurz vor Schluss. „Laufen heißt in diesem Fall, sich hochzuquälen“, beschreibt Richard das Szenario. Zu Fuß, wenn auch eher schleppend, meisterten die beiden Großenhainer aber auch diese Klippe.

Aber da war das Ende schon recht nah. „500 Meter vor dem Ziel habe ich die Menschenmassen gesehen, die den Fahrern zujubeln. Da habe ich erst einmal realisiert, dass es gleich geschafft ist“, sagt Richard Bittner, der nach 15 Stunden, 16 Minuten und 6 Sekunden als 328. die Ziellinie mit einem Lächeln im Gesicht passiert. Max Fröhlich brauchte rund eine Stunde und acht Minuten weniger, ist in der Ergebnisliste auf Platz 167 zu finden. „Im Ziel – das war zunächst eine übelste Adrenalinausschüttung und Euphorie“, beschreibt er seine Gefühle. Die richtigen Qualen folgten später. „Mir tat nur noch alles weh“, so Max. Richard ergänzt: „Ich war einfach platt, und dann kamen auch langsam die Schmerzen.“ Doch nach zwei oder drei Tagen waren auch sie vergessen.

Gute Platzierungen im Erzgebirge

Eine lange Pause haben sich die beiden Extremsportler mit ihren neun Kilo schweren Bikes nicht gegönnt. Am Wochenende waren sie schon wieder auf Tour – beim 25. Erzgebirgs-Bike-Marathon. „Nur“ 100 Kilometer und 1000 Höhenmeter waren da zu bewältigen. Max Fröhlich zeigte sich dennoch gut erholt und in Form: Platz 44 unter rund 1 000 Startern. „Das ist ein richtig geiles Ergebnis. Ich bin noch ganz baff, was ich da hingezaubert habe“, freut sich der 23-Jährige. Richard Bittner wurde 147. Ebenfalls ein sehr respektables Resultat, wenn man bedenkt, dass er unterwegs noch eine Reifenpanne hatte.

Artikel-URL: <http://www.sz-online.de/nachrichten/ein-laecheln-im-ziel-3744224.html>
