

Paris Brest Paris 2019 - oder ein Ausflug in die erweiterte Komfortzone:

Ein Bericht.

So, ich muss mir das hier 'mal alles vom Leib schreiben solange es noch frisch und in guter Erinnerung ist.

Die Vorgeschichte:

Der Mythos Paris-Brest-Paris hat mich schon seit über 30 Jahren fasziniert.

Ich habe mit Radtouren mit viel Gepäck angefangen und die Menge an Gepäck - als ich noch "Jung und Schön" war - immer weiter reduziert.

Ich bin Radrennen gefahren und auf dieser Basis dann auch Touren mit langen Tagesetappen und wenig Gepäck.

Dann waren die Kinder groß und aus dem Haus und ich wollte bei Paris-Brest-Paris 2015 starten. Einige von euch werden sich erinnern dass ich Ende 2014 einen Unfall hatte - und nach der 2ten OP im Mai 2015 ein künstliches Hüftgelenk.

Ob ich bei P-B-P nochmal würde starten können war nicht klar - aber ich habe darauf hingearbeitet.

2019 war es dann soweit.

Im Vorjahr bin ich 2 Brevets gefahren, eines über 300 km und eines über 1000 km, beide mit Start in Maastricht.

Dann in 2019 natürlich die Brevetserie damit ich überhaupt qualifiziert bin:

200 km Maastricht (NL)

300 km Heerlen (NL) in persönlicher Bestzeit von 12:00 Stunden (brutto)

400 in Tournai (Be) in ~ 17:40 brutto und 16:00 netto

600 ab Oostende (Be) im Sturm (am ersten Tag) und mit guter 6 h Schlafpause in ~ 36 Stunden

Die Anreise war am Samstag, den 17. August, denn am Sonntag den 18. August musste ich mein Rad vormittags bei der technischen Kontrolle vorstellen.

Einschub: Eine Warnung vorsichtig zu fahren:

Am Sonntag morgen - auf der Fahrt zur Anmeldung mit dem Auto - sind vor mir 2 Radfahrer die offensichtlich ebenfalls Teilnehmer sind.

Es regnet ein wenig - Kreisverkehr - Platsch!

Einer von denen liegt auf dem Boden und kann sich offensichtlich nicht bewegen.

Ich sperre erstmal den Kreisverkehr ab mit meinem Auto und Warnblinker. Gott sei Dank ist nicht viel Verkehr.

Der Kollege meint es wäre nicht so schlimm - Krankenwagen wäre nicht nötig.

Er macht sich Sorgen um seinen Brems-Schalthebel.

Nach meiner Meinung hat er andere Sorgen.

Er willigt ein, das ich ihn zu dem medizinischen Dienst vom Veranstalter fahre.

Ich schiebe den Beifahrersitz gaaanz nach hinten, lade noch sein Rad ins Auto und bringe ihn zu den Sanis am Startplatz.

Ich rede auf dem Weg im Auto ein wenig mit ihm - er hat keine starken Schmerzen - kann sich aber nicht bewegen.

Für mich war klar das P-B-P für ihn beendet ist bevor es angefangen hat.

Und dafür ist er aus Tasmanien gekommen.

Die Sanis kümmern sich um den Kollegen, der Veranstalter kümmert sich um's Rad.
Nachher fahren sie den Kollegen zum Röntgen ins Krankenhaus.
Mehr konnte ich im Moment nicht für ihn tun.

Ich gehe zur Einschreibung und es regnet in Strömen:



Nachher als es aufgehört hat zu regnen treffe ich zufällig einen netten Kollegen (Daniel), den ich in Marokko kennen gelernt habe:



Ich sehe mir nachmittags den Start der Gruppen A bis F an um die Zeit rumzukriegen.
Ich quatsche mit Andy der mit einem Klapprad startet - warum tut man sich das eigentlich an?

Ich sehe die Sanis wieder und frage nach dem Kollegen aus Australien, das lässt mich nicht kalt.

Die geben mir die Info, dass es nicht so schlimm sei aber dass er nicht starten könne.
Im Nachhinein stellte sich heraus, dass diese Info falsch war. Dazu später mehr.

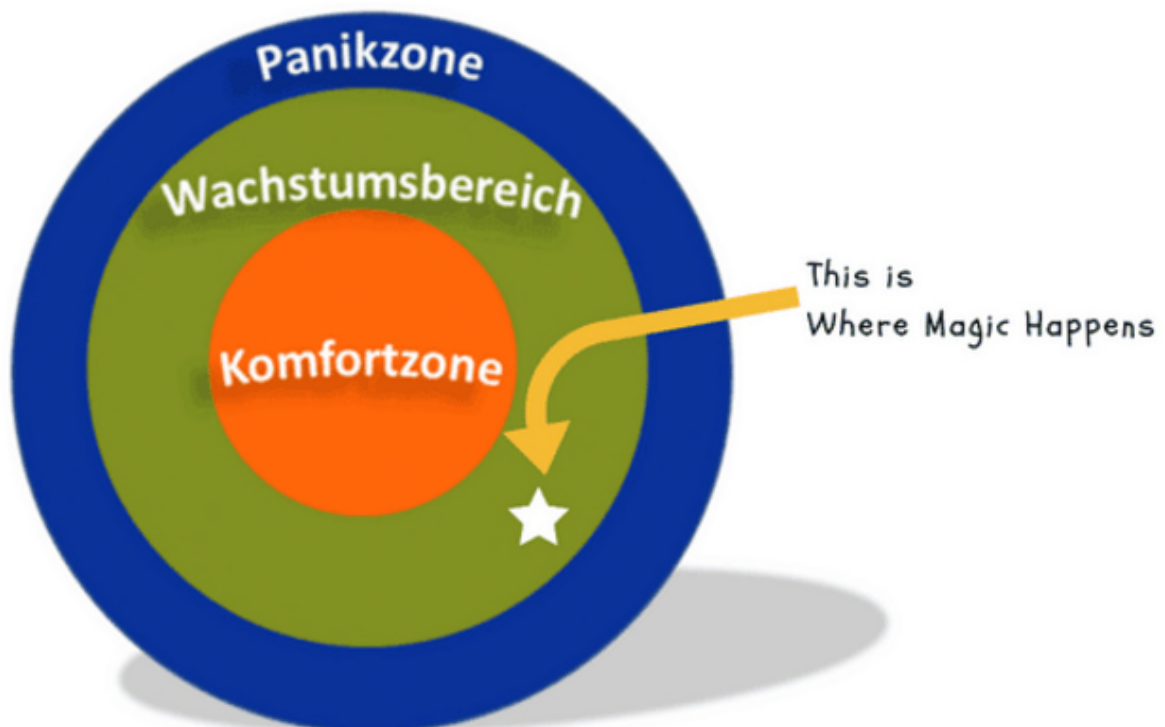
Ich schraube noch die Schutzbleche ab, weil die Wettervorhersage optimal ist.
Das spart nochmal geschätzt 300 - 400 Gramm.

Abends im Hotel noch ein paar Brote schmieren für morgen und zeitig ins Bett.



In der Nacht kann ich nicht so gut schlafen, ich bin etwas nervös.
Und das obwohl ich mittlerweile doch so einige Routine entwickelt habe.
Um 03:00 Uhr stehe ich auf obwohl der Wecker auf 03:30 steht weil ich sowieso nicht mehr schlafen kann.
Frühstück & Wasserkocher habe ich mitgebracht weil das Hotel erst ab 07:00 Frühstück serviert.

Die Gedanken kreisen um das was mich erwartet, wie weit muss ich die Komfortzone verlassen, wie weit gehe ich in die Lernzone? Oder wird mich die Situation in die Panikzone zwingen?



Einschub - Die Panikzone:

Überschreiten wir eine bestimmte Schwelle bei ungewohnten Aufgaben, kommen wir in die Panikzone (oder Problemzone).

Hier setzt **negativer Stress** ein, wir schaffen es kaum oder nur mit Glück, wir fühlen uns extrem unsicher.

Oftmals scheitern wir, weil wir es eine Nummer zu groß versucht haben. Der Frust wächst.

Mein Ziel für P-B-P ist es, die Herausforderung zu suchen und dabei eben nicht in die Panikzone zu gelangen. Es soll ja Spaß machen.

Es gibt für mich nix zu gewinnen und ich werde auch nicht dafür bezahlt.

Daher habe ich auch meinen Start auf Montagmorgen gelegt. Mein Biorhythmus würde einen Start am Abend und die gezwungenermaßen (fast) schlaflose erste Nacht nicht so gut mitmachen.

Ansonsten will ich eigentlich nur im Zeitlimit bleiben - auch halt an den Zwischenstationen. Bei meinen geplanten Schlafpausen bedeutet das, dass ich mir vorher ein entsprechendes Zeitpolster heraus fahren muss um nicht an der nächsten Station nach dem Schlafen nach Kontrollschluss anzukommen.

Für den Montag-Morgen-Start nehme ich in Kauf, nur 84 Stunden Zeitlimit zu haben, was die Sache natürlich nicht einfacher macht.

Tag 1:

Weil ich so früh aufgestanden bin war ich dann auch früh zum Start gerollt. Das hat den Vorteil in der Startaufstellung vorn zu stehen. Man kann sich dann ganz gut aus Rängeleien heraus halten und hat eine größere Chance, nicht in einen Sturz verwickelt zu werden. Ich unterhalte mich nett mit einem Franzosen / 71 Jahre alt & „Fit wie ein Turnschuh“, mit Pia aus Österreich (X004) und mit Jenny von ARA Süd-Bayern (X214).

3 Minuten vor dem Start nochmal eben austreten und die Beinlinge ausziehen...

Pia hat 8 „Bodyguards“ dabei, alle im ARA Austria Trikot.

Nach der neutralisierten Phase - etwa 30 km mit Führungsmotorrad - fahren die Männer in der Gruppe „belgischer Kreisel“ - Pia und Jenny dürfen hinten dran bleiben und brauchen nicht im Wind zu arbeiten. Ich reihe mich hinter den beiden Damen ein und bin froh, dass ich da überhaupt dranbleiben kann.

Nach jedem Anstieg wird oben kontrolliert ob noch alle da sind und weiter geht's.

Die fahren ein schön gleichmäßiges Tempo, verabreden an der ersten Verpflegung 5 Minuten Kaffee & Pinkelpause und weiter geht's bis Villaines.



Dort ist die erste echte Kontrolle mit Zeitnahme.

Die Zeitmessung ist hier erst beim Verlassen der Kontrolle (auf dem Hinweg) - auf dem Rückweg ist es andersherum. So habe ich die Kontrolle in Villaines (km 217) um 12:50 erreicht (laut Stempel) ohne mich kaputt zu fahren.

217 km in 7 ¾ Stunde reine Fahrzeit (Pinkelpause rausgerechnet) - das sind exakt 28 km/h im Schnitt. Ich bin 1 ½ Stunden vor meinem Plan. Ich fange an Euphorisch zu sein und bedanke mich artig bei den Ösis, dass sie mich als Piefke haben mitfahren lassen.

Ich staune über einen Inder, der am Sonntag 17:15 gestartet ist und mit seinem Fatbike in Villaines 18:45 Stunden nach seinem Start wieder losfährt.



~ 20 kg Rad, ~ 8 kg Gepäck und ~ 50 kg Fahrer
Der Mann hat keine Chance. Ich weiß nicht ob er es weiß oder wenigstens ahnt.

Jetzt erstmal 'was essen.

Ich muss nirgendwo warten, es gibt keine Schlage an den Toiletten oder am Verpflegungspunkt. Wir sind die erste Gruppe vom Montag und es ist entsprechend leer.

Beim Essen erfahre ich dass es in meiner Gruppe in der neutralisierten Phase einen Massensturz gegeben hat mit ~ 20 Fahrern. Ich erinnere mich dass es in einem Moment hinter mir ein riesiges Geschrei gegeben hatte.

Eine nochmalige Erinnerung daran, nicht riskant zu fahren.

Um 13:22 verlasse ich Villaines unter dem Jubel der vielen Zuschauer. Es geht mir gut, es läuft problemlos bis Fougeres - fast immer in Gruppen mit wechselnder Besetzung - aber ich nehme ein wenig Tempo 'raus. Ich will schließlich am 1. Tag 400 km weit kommen und werde dafür noch Körner brauchen.

In Fougères fülle ich meinen Kohlehydratspeicher nochmal ein klein wenig auf und rolle nach sehr kurzer Pause weiter nach Tinténiac, erst noch 20 km hügelig, dann ist es halbwegs flach.

In Tinténiac gehe ich nach dem Stempeln erstmal ins Restaurant richtig 'was essen gegen 19:25 Uhr. Ich habe Kohldampf.

An der Kasse im Self-Service Restaurant klopft bei mir „der Mann mit dem Hammer“ vorsichtig an. Die 360 km machen sich dann doch bemerkbar. Mir wird leicht schummerig - aber mit dem reichlichen Essen auf dem Tablett und den zwei Limos mit viel Zucker wird's schon wieder zurück in die Komfortzone gehen.

Bis zum vorgebuchten Hotel sind's nur noch ~ 40 km und es ist halbwegs flach. Gegen 20:00 verlasse ich Tinténiac nach einer kleinen Erholungspause. Aber der Himmel macht mir Sorgen. Ich sehe im Regenradar, dass da ein lokal begrenztes und kleines Starkregenfeld kommt. Mit Glück wird es knapp vorbei gehen, mit Pech werde ich es abbekommen. Ich will aber nicht 1 Stunde abwarten & ziehe mich relativ warm an (Wolltrikot, dünnes Trikot, Warnweste die auch als Windweste fungiert, Armlinge).

Ich lege die Regenjacke griffbereit und rolle los. Ich mache langsam. Ziel ist das Hotel in etwa 2 Stunden zu erreichen.

Als mich dann das Regenfeld doch noch voll erwischt sind nur ein paar halbwegs dichte Bäume da zum Unterstellen, kein Bushäuschen, keine Garage oder Scheune - nix.

Ich ziehe die Regenjacke an und kauere mich hin um möglichst wenig nass zu werden und nicht auszukühlen. Ich weiß ja, dass es nicht lange dauern wird. Nach 10 - 15 Minuten lässt der Regen nach und ich kann weiterfahren.

Damit die Schuhe nicht durchnässen (Spritzwasser vom Vorderrad) ziehe ich meine Emergency-Überschuhe an. Die bestehen aus 2 Plastiktüten & Tesafilm darum gewickelt (Beinabschluss). Gewicht: 20 Gramm....

So rolle ich ohne viel Druck auf dem Pedal weiter. Gegen 21:30 kommen mir 3 schnelle Jungs entgegen mit Führungsmotorrad.

OK, die sind Sonntag 16:00 gestartet und wollen wohl Dienstag gegen Mittag im Ziel sein.

Auf meinem weiteren Weg bis zum Hotel kommen mir noch etwa ein Dutzend weitere „schnelle Jungs“ entgegen.

Punkt 22:00 bin ich im Hotel.

Die haben einen Konferenzraum zum Fahrrad-Parkplatz umgebaut.



Ich bin nicht der einzige. Unter anderem die ARA Austria Kollegen sind auch hier untergebracht und treffen nach und nach ein. Einige sind vor mir, andere später.

Duschen & Radhose waschen, für morgen habe ich eine zweite Radhose mit. Dann noch eine Kleinigkeit essen (was ich noch so mithabe), Zähne putzen und ab ins Bett.

Wecker steht auf 03:30 - das sind 5 Stunden Schlaf.

Tag 2

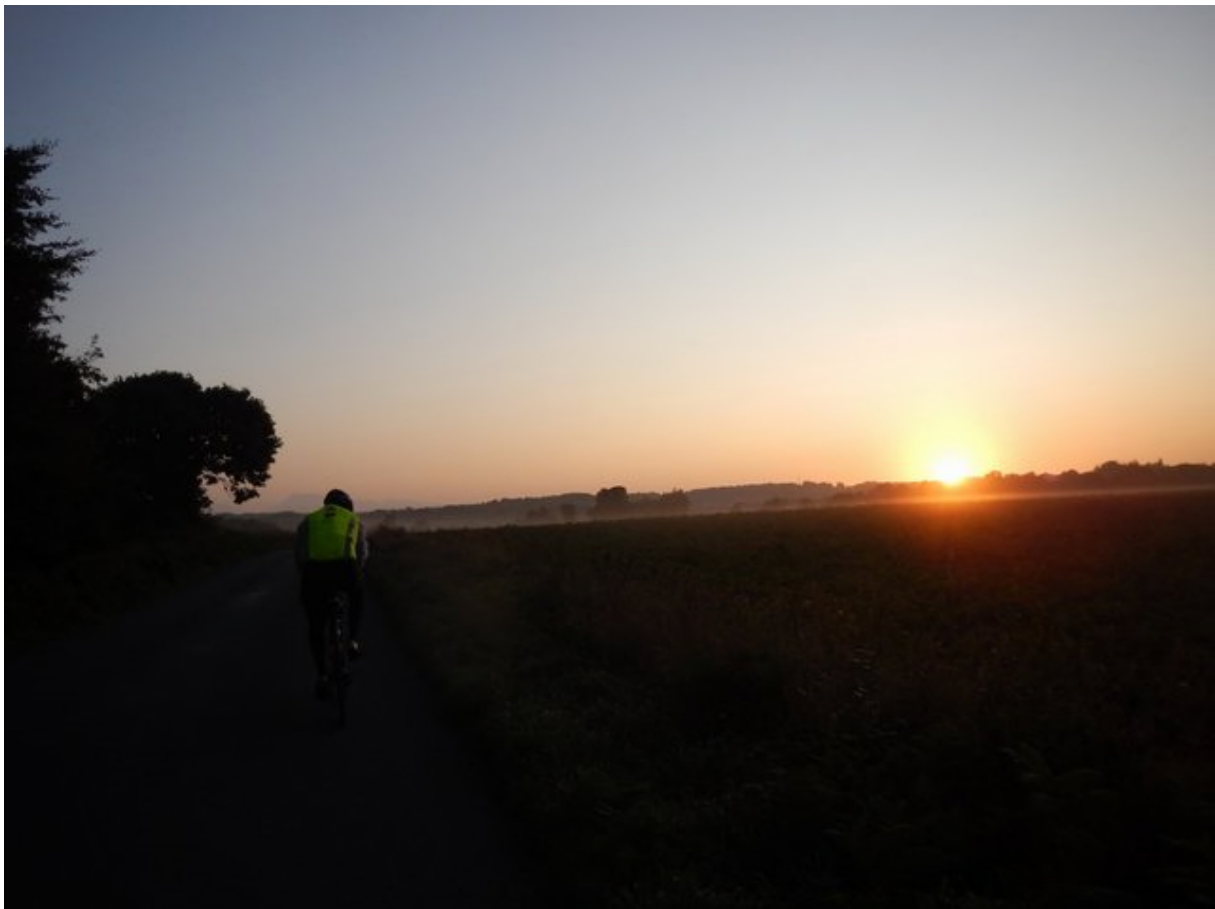
5 Minuten vor dem Wecker werde ich wach. Ich habe noch ein paar geschmierte Brote und Pellkartoffeln. Ich rühre mir mit heißem Wasser aus der Dusche und 2 Tütchen Maltrodextrin in meinen Flaschen mein Self-Made Iso-Getränk an.

Als ich runter gehe, um zu starten sehe ich dass sich die ARA Austria Mannschaft ebenfalls versammelt. Ich reihe mich dort ein und hier wo's halbwegs flach ist kann ich mich diesmal sogar etwas an der Arbeit im Wind beteiligen.

Es sind etwa 55 km in etwa 2 Stunden.

Ich frühstücke noch im Dunkeln in Loudéac - auch wieder ohne Wartezeiten - und rolle um 06:20 Uhr durch die Zeitmessung aus der Kontrollstation.

Kurz darauf geht die Sonne auf:



Es ging dann erst einmal recht hügelig weiter bis Carhaix. Auf dem Weg dorthin habe ich noch kurz in Corlay gestoppt und habe mein vor-reserviertes Gästezimmer für die Nacht klargemacht - Der nette Gastwirt hat mir den Schlüssel mitgegeben, so dass ich auch spät in der Nacht reinkommen kann. Ich konnte auch ein wenig Gepäck da lassen, unter anderem die am Vorabend gewaschene Hose zum Trocknen.

Der Gastwirt sagte mir, dass sich auch noch ein Koreaner für das andere Zimmer eingebucht hat.

Dort in Carhaix an der Kontrolle habe ich mir nach dem 2ten Frühstück die Beinlinge, Armlinge & Weste ausgezogen weil es dann dafür warm genug wurde.



Ich war schon wieder unterwegs da habe ich noch kurz mit 2 Deutschen geredet die in Gruppe N gestartet waren und damit eigentlich schon „Oberkante Unterlippe“ am Zeitlimit kratzten.

Die sagten mir, [@lvo](#) wäre auch da gewesen, aber schon auf dem Rückweg. Schade, dass ich ihn dort nicht gesehen hatte.

Es ging unspektakulär weiter nach Brest.

Ich bin lange mit einem jungen Brasilianer zusammen gefahren - der fuhr jeden Berg runter im Stil von Peter Sagan. Da hatte ich als eigentlich guter Abfahrer schon Probleme, denn mit 48-13 konnte ich kaum schnell genug kurbeln.

Dort bot sich um 14:40 folgendes Bild:



Und das obligatorische Foto für P-B-P – die „**squadra dilettanti**“ !!!!



Das folgende Bild habe ich gemacht, weil sich da ein „Wachhund“ einfach neben mein Rad gelegt hat während ich in der Kontrolle war; da konnte ich noch nicht wissen, dass dies das letzte Bild ist mit DIESEM Vorderrad.



Ich habe die Kontrolle gerade verlassen. Etwa 1 - 2 km weiter folgende Situation: Es kommen mir nachfolgende Fahrer entgegen, die noch zur Kontrolle müssen. Einer von denen - ein Inder - der fährt schon wie ein Zombie ziemlich Schlangenlinien. Scheinbar will er anhalten, kommt nicht aus der Pedale und liegt auf dem Asphalt.

Die Autofahrerin hinter ihm muss ausweichen um ihn nicht platt zu fahren und kommt dabei gefährlich auf meine Fahrspur.

Ich habe keine große Lust, mich auf die Motorhaube zu legen und weiche meinerseits nach rechts aus und bremsen dabei stark. Trotzdem kann ich nicht mehr verhindern, dass mein Vorderrad Bekanntschaft macht mit der Bordsteinkante und

PENG!

Ich kann gerade noch verhindern selber zu stürzen, weil die Restgeschwindigkeit nicht mehr sehr hoch war.

Die Leute kümmern sich um den Inder am Boden - und ich sehe mir meinen Schlamassel an.

Mein Vorderrad ist hinüber. Der Nabenflansch ist ausgerissen und die Felge ist kollabiert.

Interessanterweise hat der Reifen aber noch Druck.

Die Gabel ist gerade und auch der Rahmen scheint nicht verzogen, offensichtlich hat das kollabierende Vorderrad die Energie des Aufpralls ausreichend absorbiert.

OK, was nun? Das Vorderrad ist 28" Rennrad Standard und Brest ist groß, da wird sich ja wohl ein 622 Normteil - Vorderrad für Felgenbremse auftreiben lassen. Nur wie geht das mit möglichst wenig Zeitverlust?

An den Kontrollstellen gibt es immer Fahrradmechaniker. Die werden meist in Zusammenarbeit mit örtlichen Radhändlern betrieben. Da sollte kurzfristig 'was zu organisieren sein.

Ich schiebe das Rad balancierend auf dem Hinterrad zu Fuß zurück in Richtung Kontrolle.

Auf dem Weg dorthin stehen rechts und links der Straße jede Menge Begleitfahrzeuge. Unter anderem eine Handwerkerkutsche mit Kasten-Anhänger und belgischen Kennzeichen. Neben dem Wagen steht ein Kollege von Randonneurs Belgique. Mit dem bin ich vor 2 Jahren auf der belgischen Superrandonnée (> 600 km und > 10000 Höhenmeter) über mehr als 120 km zusammengefahren.

Ich erkenne Ihn - Er erkennt mich.

„Hey - was ist los“ (auf Französisch)

Ich schildere ihm kurz die Situation - er spricht auf Flämisch den Mannschafts-Betreuer an. Der wiederum geht in den Anhänger und nach einer gefühlten halben Stunde (also so ungefähr 30 bis 60 Sekunden) kommt er raus und hat ein Vorderrad in der Hand. Für 50 Euro könnte er mir das geben; wahrscheinlich wird er es sowieso nie wieder brauchen - seine Jungs fahren fast alle mit Scheibenbremse.

Ich sehe mir das Vorderrad an: Giant, 16 Messerspeichen, Nabe DT-Swiss mit Giant gelabelt. Muss wohl mal 'was Besseres gewesen sein. Rundlauf ist gut, Lagerlauf auch. Die Flanken sind gerade mal eben angebremst. Nur der Reifen ist schon ziemlich runter.

Nach langen und zähen Verhandlungen („Deal“) - war ich stolzer Besitzer eines Giant Vorderrades.

Ich wechsele eben noch die Reifen und den Schlauch. Das heißt, ich fahre mit meinem GP4000S 2 und meinem Latexschlauch weiter. Den Butyl-Schlauch aus dem Giant Rad nehme ich noch als Ersatz mit. Den Mantel lasse ich da.

Die ganze Aktion hat mich etwa 45 Minuten gekostet (und halt 50 Euro) und ich war wieder „im Rennen“.



Von Brest bis Carhaix bin ich dann mit Pedro zusammen gefahren - dem Präsi des portugiesischen Randonneursverbandes. Wir haben uns sehr nett unterhalten und auch immer wieder mal abwechselnd die Arbeit im Wind gemacht.

In Carhaix habe ich dann meine neue Errungenschaft abgelichtet:



Hier habe ich ausgiebig zu Abend gegessen. Danach kommt keine Kontrolle mehr bis zu meiner Unterkunft.
Es ging wieder gut hügelig weiter in den Abend.





Nach dem Zeitverlust in Brest bin ich hier erst um ~ 22:30 angekommen, aber ich hatte ja die Schlüssel.

Der Gastwirt hatte mir ein Frühstücksbuffet für den nächsten Morgen aufgebaut.

Da habe ich dann noch etwas Obst und einen Joghurt gegessen, ich konnte mir einen Minztee machen, duschen, Zähne putzen, die Radhose waschen und konnte gegen 23:00 ins Bett.

Batterien (Licht) und Telefon ans Ladegerät gehängt, dann noch den Wecker gestellt auf 04:00 Uhr für 5 Stunden Schlaf.

Tag 3:

5 Minuten vor dem Wecker werde ich wach.

Während ich Frühstücke und Tee zum Mitnehmen mit ordentlich viel Zucker mache kommt jemand an die Tür.

Der Koreaner den der Gastwirt angekündigt hatte.

Er ist total fertig mit der Welt und fragt nach der Rezeption.

Es ist 04:15 Uhr morgens.

Der Gastwirt pennt.

Ich sage ihm dass es keine Rezeption gibt. Aber ich zeige ihm das Bad, das Frühstücksbuffet, und sage ihm, dass ich nicht wüsste wo „sein“ Zimmer wäre, aber meins ist ja jetzt frei.

Der bedankt sich bei mir, isst noch schnell 'was und legt sich direkt in das Bett in dem ich geschlafen habe. Nur die Radschuhe zieht er noch aus.

Ich bin mir sicher, dass der es nicht mehr vor Kontrollschluss nach Loudéac schaffen wird - aber wenn der jetzt nicht schlafen geht fällt er mir auf den nächsten 34 km bis Loudéac vom Rad.

Ich schnappe noch 'was Fertig-Gebäck vom Buffet und tue es in meine Lenkertasche.



Ich bin schon draussen, kann aber die Tür von draussen nicht abschließen, da kommt ein Russe an und guckt von draussen durch's Fenster in den beleuchteten Innenraum.

Ich frage ihn ob er reserviert hat.

Nein, hat er nicht. Er will auch nicht schlafen aber: „I am Empty of Food“

OK - da kann man Abhilfe schaffen.

Ich gebe ihm das Gebäck aus meiner Lenkertasche, meine zwei letzten Pellkartoffeln, ein Snickers von mir und mache noch seine Flasche mit heißem Wasser aus dem Wasserhahn in der Küche voll. Die Nacht ist mit 8°C doch recht frisch.

Er fährt wieder los - wahrscheinlich um noch rechtzeitig an der Kontrolle in Loudéac zu sein.

Ich gehe nochmal 'rein - nehme nochmal 2 abgepackte „Pain au Chocolat“ ein paar abgepackte Crêpes und Madeleines sowie 2 Pfirsische vom Buffet und tue sie in meine Tasche.

Gegen 04:30 bin ich Unterwegs.

Wenige km später habe ich den Russen eingeholt.

Ich gebe ihm noch zu Essen und er guckt mich an, als sei ich der Weihnachtsmann.

Ich bin Frisch & Fit, er kann mein Tempo bei weitem nicht halten. Und das obwohl ich hier verhalten fahren muss, denn es geht im Dunkeln viel durch den Wald auf teilweise einspurigen Straßen mit fragwürdigem Belag und ohne weiße Fahrbahnmarkierung.



Um 05:58 komme ich nach 34 km in Loudéac zum ausgiebigen Frühstück an.



½ Stunde und ich bin wieder auf dem Rad.

Am Ortsausgang Loudéac muss ich noch 'mal Wasser lassen. Als ich damit fertig bin sehe ich dass von hinten eine Truppe angerauscht kommt. Acht Belgier, alles eine Mannschaft. Drei von denen kenne ich von meinen Teilnahmen an Brevets in Belgien. Ich reihe mich in den belgischen Kreis ein und nach 3:10 Stunden haben wir die 92 km nach Tinténiac „abgefrühstückt“.

Ab diesem Teilstück bin ich voll mit Endorphinen bis in die Haarspitzen - ich glaube ich kann fliegen.

In Tenténiac verliere ich nicht viel Zeit. An der Kontrolle steht ein Mann, der mit Mikro und Lautsprecheranlage den vielen einheimischen Zuschauern Erläuterungen gibt.

Ich schnappe mir nur kurz das Mikro und bitte die Rad fahrenden Kollegen auf Französisch und Englisch um einen Applaus für all die freiwilligen Helfer.

Riesenapplaus! Gänsehaut-Feeling!

Nachdem ich so etwa 20 km Unterwegs bin habe ich bereits eine stattliche Zahl von anderen Kollegen hinter mir versammelt. 15 - 20 Mann werde es sein.

Ich rechne nicht mehr damit, dass von hinten noch gute Gruppen kommen wo ich mich reinhängen könnte; denn ich bin in einer der letzten Gruppen gestartet, ich habe 2 x 5 Stunden geschlafen und die wirklich guten Fahrer müssten fast alle vor mir sein. Also fahre ich mein Ding.

Da sehe ich Roy. Ich lade ihn herzlich ein, sich in „meine“ Gruppe als „VIP Member“ rein zu hängen. Der lässt sich das nicht zweimal sagen...

So rollen wir flach nach Fougères rein.

2 km vor der Kontrolle gehe ich 'raus um einen Supermarkt zu stürmen.

1 L Apfelsaft & 1 Flasche Mineralwasser zum anmischen in den Flaschen und teilweise, um sofort zu trinken. Dann noch 2 Bananen & 1 große Tüte Haribo für Unterwegs.

In der Kontrolle gehe ich wieder richtig Mittag essen. Roy rollt schon 'mal langsam los, um zurück in den Rhythmus zu kommen und sagt „du sammelst mich sowieso gleich wieder ein“. Abgemacht.

Kaum aus Fougères 'raus habe ich ihn dann wieder. Auch habe ich wieder eine Menge anderer Fahrer im Schlepptau. In wechselnder Besetzung ziehe ich meist 15 - 20 Kollegen hinter mir her.

Damit habe ich keine Probleme. Ich habe davon profitiert bei den Österreichern und Belgiern mitfahren zu dürfen, jetzt können halt 'mal andere von meiner Arbeit im Wind profitieren.

Es geht noch etwa 60 km relativ flach bevor es ~ 20 km vor Villaines wieder hügeliger wird.

„Meine“ Gruppe ist nur auf der Überholspur. Es kommt niemand mehr von hinten.

Viele der Leute, die wir überholen fahren nicht mehr „rund“.

Ich warte noch auf Roy an einer „privaten“ Verpflegung dass er noch 'was Wasser kriegt und nutze die Zeit für ein Foto:



Weiter geht's.

Bevor es richtig hügelig wird sagt er mir, dass er gleich abreißen lassen wird. Er ist nach eigener Einschätzung bereits „über seinen Möglichkeiten“.
Ein paar kleinere Wellen noch nehme ich darauf Rücksicht und achte darauf, dass er dran bleiben kann.

Am ersten größeren Anstieg vor Villaines bleibt dann keiner von der Truppe mehr dran.

Ich fahre an jemandem vorbei, der auf dem Boden liegt. Aber da sind bereits Leute, die sich offensichtlich um Ihn kümmern. Er ist in Thermofolie eingewickelt und ein anderer winkt die Leute durch, dass man weiter fahren sollte damit es sich hier nicht staut und nicht noch mehr passiert.

Im Nachhinein vermute ich, dass muss der Chinese gewesen sein um den sich Roy gekümmert hat.

Jetzt lasse ich wieder laufen und fahre 100%ig mein Ding.

Ich fliege wieder mit 10 Mann im Schlepptau um 17:07 nach Villaines 'rein und genieße die Party und den Jubel der vielen Zuschauer.

Es ist zwar noch früh - viel früher als geplant - aber Abendessen geht schon.

17:50 Uhr geht's weiter.

Kurz hinter Villaines durchbricht man die 1000-km Schallmauer:



Ich habe zwischen Villaines und Mortagne-en-Perche in Fresnay sur Sarthe ein günstiges Hotel gebucht und vorbezahlt.

Da fahre ich dran vorbei. Es ist noch so früh, es ist Hell, es ist warm, der Wind steht günstig und es läuft grad so gut.

Dann verfällt das Hotel halt - egal. Außerdem bekomme ich dann weniger Probleme morgen früh vor Kontrollschloss in Mortagne zu sein.

In Mortagne soll es einen Schlafsaal geben.

Auf dem Weg kurz vor Mortagne steht eine Griechin und hat 'nen Platten, aber keinen Schlauch mehr.

Aber ich habe noch den von Giant übrig. Sie will mir 10 Euro geben aber davon will ich nix wissen.

In Mortagne komme ich noch an bevor es ganz dunkel ist.

Ein Snack essen, Schlafsaal kostet 3 Euro, Dusche 1 Euro.

Die Helfer fragen mich, ob sie mich in 2 - 3 Stunden wecken sollen.

Das scheint so üblich zu sein.

Nein, sollen sie nicht, sie sollen mich gar nicht wecken. Die sollen mich schlafen lassen so lange ich das für nötig halte. Ich bin mehr als komfortabel in der Zeit.

Ich bitte um einen Platz am hinteren Ende wo nicht so viel los ist.

Um 22:00 liege ich auf der Matte unter der Decke, frisch geduscht und mit einer sauberen Unterhose und Unterhemd. In den Nächten vorher in den Hotels konnte ich naggich schlafen.

Ohrenstöpsel in die Ohren, weil das ist nicht nur ein Schlafsaal, sondern auch ein Schnarchsaal. Dann noch die Augenmaske und ich schlafe ohne Wecker ein.

Tag 4:

Nach 5 Stunden Schlaf werde ich um 03:00 wach. (ohne Wecker)

Zum Frühstück gibt's 'nen guten Teller Reis mit Sauce, einen Yoghurt, einen O-Saft, noch 1 Banane für jetzt und eine zum Mitnehmen, dazu warmes Wasser in meine Flasche mit dem letzten Tütchen Maltodextrin was ich noch mithabe.

Ich hänge mein Rad bei den Mechanikern nochmal in den Montageständer und feinjustiere meinen Umwerfer noch mal.

Um 03:38 bin ich wieder auf der Straße; 122 km vor der Brust. Ich habe gut gegessen, geschlafen und bin erholt. Das sollte doch in ~ 5 Stunden zu machen sein...
Von hinten werden keine guten Leute mehr kommen, die sind schon im Ziel.

Ich fahre wieder mein Ding. Ich fliege durch die Nacht. Ich überhole hunderte Kollegen die mit vielleicht 15 - 20 km/h unterwegs sind, in den Steigungen (keine 10%) auch teilweise schieben.

Einige fahren einfach nur langsam aber noch rund. Die werden schon noch im Limit ankommen.

Andere torkeln bedenklich. Überall liegen Leute, die in Goldfolie eingewickelt sind. Im Straßengraben, auf Bänken, in der Bank (die Luxusversion) oder wo auch immer.

Die sind nicht verunglückt, sondern die haben sich da schlafen gelegt.

Die Kollegen sind vor mir wie auf einer Perlenkette aufgereiht. Ich fliege an Ihnen vorbei. Man sieht die Rücklichter und Warnwesten gut von weitem.

Man kann dadurch praktisch immer den Straßenverlauf schon von weitem erkennen obwohl es Stockdunkel ist.

Ich muss nur aufpassen, weil die teilweise Schlangenlinien fahren oder ausscheren ohne nach hinten zu gucken. Die Klingel ist im Dauerbetrieb.

Nach 20 km hügelig wird es flacher und für die restlichen 100 km bis ins Ziel sieht die Kette das kleine Kettenblatt nicht mehr.

Ein paar Fahrer hängen sich bei mir 'rein. Zwei von denen haben sich bereits gestern von mir ziehen lassen und bedanken sich „für das Geschenk was ich Ihnen damit mache“.

Gern geschehen - ich habe gerade gaaaanz großen Spaß.

Kurz vor Dreux verpasse ich einen Abzweig. Souvenirjäger haben die Beschilderung zum Teil mitgehen lassen.

Mit 6 Kollegen im Schlepptau fahre ich 1 km in die falsche Richtung, merke dass dann aber weil ich niemanden mehr vor mir sehe.

OK, 2 Bonuskilometer sind auch kein Problem.

In Dreux die letzte Kontrolle.

Verpflegung brauche ich nicht. Nur den Stempel.

Die Flasche mache ich nur noch halbvoll, es sind ja nur noch 44,5 km.

Und ich muss mich kurz auf's Töpfchen setzen. Leider muss ich hier (zum ersten Mal) ~ 5 Minuten Schlange stehen.

Egal, ich bin sehr gut unterwegs, es läuft. Adrenalin & Endorphine bis in die Haarspitzen.

Hinter Dreux fahre ich in die Morgendämmerung:



Nur ein einziger Kollege kann sich noch für 15 - 20 km hinter mir halten.

Ich fliege ins Ziel.

122 km plus 2 Bonus - km in 4:40 Stunden brutto – wenn man jetzt nochmal geschätzt 10 Minuten abzieht für die Kontrolle in Dreux, dann sind's 4 ½ Stunden reine Fahrzeit für die 124 km.

Wow, das hat gefetzt!

Klar - ich hätte auch in Mortagne weiter fahren können. Vielleicht sogar bis ins Ziel. Vielleicht wäre ich dann gegen 03:00 bis 04:00 morgens unter 72:00 Stunden angekommen weil ich sicher nicht das selbe Tempo hätte durchhalten können.

Aber ich hätte mich geschleppt.

Vielleicht wäre sogar der „Mann mit dem Hammer“ gekommen und hätte mich vom Rad geholt. Vielleicht hätte ich dann auch in Goldfolie im Strassengraben gelegen (so kalt war's ja nicht) und ich hätte das wohl auch überlebt.

Meine Zeit wäre auf dem Papier eine bessere gewesen.

Aber es hätte wohl keinen Spass mehr gemacht. So hatte ich eine bessere Zeit.

Ich hatte die Wahl. Und ich habe mich entschieden, meine Komfortzone nicht zu weit zu verlassen.

Im Ziel dann erst 'mal noch Essen.

Dann bin ich für ein Zielfoto zum Einlaufbogen gegangen.



(Hier lächle ich noch)

PARIS 2019
RAN
N E U R



ORGANISÉ PAR



19
EDITION



Das Foto hat eine Dame aus Australien gemacht.

Ich erzähle Ihr von meinem Erlebnis am Sonntag - dass ich Simon zu den Sanis gebracht habe.

„Ach du warst das“.

Die Herrschaften sind befreundet.

Die Dame erzählt mir, dass es wohl etwas schlimmer sei als die Sanis mir am Sonntag erzählt hatten. Er liegt im Krankenhaus. Besuchszeit nur nachmittags.

Meine Feierlaune schlägt um in Betroffenheit.

Freud und Leid sind oft ganz dicht beieinander. Oft sind es nur Winzigkeiten, die den Unterschied machen.

Ich fahre zum Auto - hole frische Zivilklamotten - gehe Duschen und fahre dann direkt ins Krankenhaus.

Ich überrede die Krankenschwestern, dass ich ihn besuchen darf, obwohl keine Besuchszeit ist.

Der Kollege liegt da und kann sich nicht bewegen. Hüfte angebrochen.

Ich weiß, wie das ist. Vor gut 4 Jahren hatte ich das auch. Aber ich lag im Krankenhaus in meiner Stadt. Die Leute sprachen meine Sprache und ich hatte viel Besuch. Er hat nur seine Frau.

Er kann vielleicht in 3 - 4 Wochen liegend nach Hause ans andere Ende der Welt (Tasmanien) transportiert werden.

Beschissener kann's nicht laufen.

Ich lasse ihm meine Medaille.

Wenn er in ein paar Jahren wiederkommen sollte, dann schickt er mir seine.

Meine Feierlaune war weg. Ich bin deshalb direkt nach Hause gefahren. Zurück in meine gewohnte Umgebung und Komfortzone...