



Michael Luismeier: Das Foto entstand 2013 bei Rad am Ring. Es gefällt mir so gut, weil es ein super tolles Event ist, mit Tausenden von Teilnehmern und einem schweren, bergigen Rundkurs auf der Nordschleife ohne einen einzigen Gullydeckel.



Udo Möller: Im Ziel des Velothon Berlin 2015.



Torsten Ziegler: 2011, die Sella-Runde, einfach nur schön.



Stephanie Jachmann: Flasche aufheben beim Techniktraining 2015 mit Jörg Ludwig. Am Ende hat's geklappt.



Andreas Brockmeyer (l.): Erste Standortbestimmung mit einigen Teamkollegen in Bimbach 2015.



Michael Dragu: Testfahrt 2015 am Schlussanstieg des Ötztaler Radmarathons. Ein fantastisches Erlebnis.



Volker Stüwe: Abfahrt nach Kasachstan Anfang Juli 2015, dabei mein Chef und Sponsor Dirk Schaumburg.



Markus Spiekermann (l.): Unser Patenrennen 2011 in Steinhagen – ein Erwachsener und ein Jugendfahrer im Team.

BESONDERE BILDER

Die Fahrer des NW-Team Öztaler haben in ihren Archiven gekramt und zeigen spezielle Momente

ZUSAMMENGESTELLT VON TORSTEN ZIEGLER

■ **Bielefeld.** Das Leben als Rennradfahrer steckt voller besonderer Momente. Der Lohn eines überwältigenden Alpenpanoramas nach langer, schweißtreibender Bergfahrt, die rasende Schussfahrt in scheinbarer Schwerelosigkeit, das Gefühl bedingungsloser Unterstützung innerhalb eines Teams, die Wertschätzung durch Tausende von Zuschauern bei einem Jedermannrennen, die Begegnung mit fremden Kulturen auf einer langen Radreise oder ganz einfach das Verschieben persönlicher Leistungs-

grenzen auf der ostwestfälischen Hausrunde. Und jeder erlebt diese Situationen anders, was einen Großteil des Reizes ausmacht, darüber zu berichten. So sammeln sich im Laufe der Jahre natürlich eine Menge an Bild-Dateien an, weshalb sich die Fahrer des NW-Team Öztaler gar nicht so leicht mit der Bitte getan haben, einfach mal die Lieblingsbilder rauszusuchen. Auf dieser Seite ist auch nur eine kleine Auswahl des Riesen-Angebots zu sehen. Viel Spaß damit!



NW-TEAM ÖZTALER: Schmerzen wegfahren

»In den ersten vier Tagen nach meinem Familienurlaub bin ich mit dem Rennrad zur Arbeit und zurück gefahren, sonst nichts. Am Freitag habe ich nach dem 24-Stunden-Dienst die Hövelhofer Germanenpermanente unter die Räder genommen – und mal wieder probiert, was im Moment so geht. Das Wichtigste: Ich hatte Spaß, und die Kopfschmerzen nach vielen anstrengenden Bereitschaftsdiensten waren wie weggeblasen.

Samstag bin ich dann mit einigen Vereinskollegen die RTF-Strecke über 150 Kilometer abgefahren. Das war eine schöne gemeinsame gruppenorientierte Ausfahrt. Ab und zu konnte ich an etwas steileren Hügeln testen, wie sich der Entwicklungsbereich anfühlt.«

Christoph Lescher
(RMC Schloß Neuhaus)

»Den Dienstag hatte Stefan Zelle, mein Trainingsplaner vom Radlabor Frankfurt, als Königsetappentag auserkoren. Ein lautes „Hallo“ am Fuße des Gampenspasses bremsst mich jedoch erst einmal abrupt. Den kennst Du doch: Michael Orthaus aus Langenberg, keine zehn Kilometer von meinem Wohnort entfernt. Er ist befreundet mit unserem Teammitglied Michael Luismeier. Natürlich fährt auch der Michael aus Langenberg Rennrad, sehr gut sogar. Ihm war gleich klar, warum er mich genau an diesem Ort antraf. „Ganz cool bleiben“, riet er mir, „der ist gut zu fahren. Ich habe 1:15 Stunden gebraucht.“

Also habe ich einen Orientierungswert für die 18,5 Kilometer mit über 1.200 Höhenmetern hinauf aufs Gampenjoch. Ich gebe mir 30 Minuten drauf, weil er wie Lui in einer anderen Liga fährt. Brauche ich länger, werden meine Fragezeichen bezüglich der Finisher-Chancen beim Öztaler noch einmal größer. Die Bergtour hat meistens neun Prozent Steigung. Jetzt heißt es, die Euphorie nicht durch hirntotes Tempo zu gefährden. Sein eigenes Potenzial einen Tag lang realistisch einzuschätzen, wird ja neben der körperlichen Anstrengung beim Öztaler die höchste mentale Herausforderung bedeuten. Weiter oben interessiert mich dann meine Zeit im Vergleich zu den 1:15 von Michael Orthaus. Ja! Ja! Ja! 1:27, nur 12 Minuten länger! Damit bin ich extrem zufrieden. Obendrein freue ich mich, das Geduldsspiel gegen mich selbst gewonnen zu haben. Denn die Versuchung an einem solchen Tag ist gewaltig, es einfach mal mit einem dickeren Gang zu probieren.«

Torsten Ziegler
(Teamchef)

»Am Freitag habe ich mich mit meinem Bruder Frank zu einer Fahrt nach Einbeck verabredet: 220 Kilometer und 2.200 Höhenmeter. Die Route führte uns durch das Kalletal, das Extertal und das Weserbergland nach Bodenwerder an die Weser und weiter nach Einbeck. Seit meiner Eintagesfahrt nach Berlin im Mai über 385 Kilometer bin ich nicht mehr so weit an einem Stück gefahren. Für die Vorbereitung auf den Öztaler war es nun mal wieder an der Zeit.

Wir sind morgens um 6 Uhr auf unsere Räder gestiegen. Wichtig ist, dass man sich solche lange Strecken inklusive der Höhenmeter von den Kräften her gut einteilt. Schon auf dem 104 Kilometer langen Hinweg nach Einbeck war das wegen des Gegenwinds vonnöten. Nach der Ankunft im Stadtzentrum haben wir uns bei einem kleinen Frühstück für den Rückweg gestärkt. Dieser war mit 116 Kilometern etwas länger, da wir noch über Stadtoldendorf fahren wollten. Dafür hatten wir

jetzt aber Rückenwind, so dass wir schneller fahren konnten.

Zuhause angekommen hatten wir eine Durchschnittsgeschwindigkeit von 28 Kilometern pro Stunde herausgefahren. Damit waren wir für diese Tour mit den 2.200 Höhenmetern zufrieden. Unter der Dusche kam mir die Idee für eine weitere Trainingseinheit: Einmal nach Warburg hin und zurück. Wie verrückt muss man eigentlich sein?«

Udo Möller
(RTC Kirchlegern)

»Liebes Tagebuch, nun ist der Juli fast zu Ende. In der vergangenen Woche habe ich die 6.666 Jahreskilometer „überfahren“. Meinem Ziel, 2015 10.000 Kilometer zu fahren, komme ich also immer näher. Vielleicht klappt es ja.

In der Woche blieb nicht viel Zeit fürs Training, so dass ich die täglichen Fahrten zur Arbeit nutzen musste. Da mein Crossrad defekt ist, bin ich mit meinem alten Rennrad zum Frühdienst gefahren. Um 5 Uhr morgens auf nüchternen Magen kurze Intervalle zu fahren, das ist noch einmal ein ganz besonderer Tagesbeginn – herrlich!

Momentan macht mir der Rücken zu schaffen. Vor allem die Halswirbelsäule ist vermutlich überstrapaziert und die gesamte Muskulatur im Nacken- und Halsbereich extrem verspannt. Die Physiotherapeutin leistet aber gute Arbeit. Die zwei Behandlungen, die ich vorige Woche hatte, zeigen schon Besserung. Bis zum Öztaler wird sie sicher alles wieder weich kneten können.«

Stephanie Jachmann
(PSV Stukenbrock)

»Nachdem es die vergangene Woche so geregnet hatte und ich deshalb die RTF in Melle nicht gefahren bin, folgte ein sonniger, aber windiger Sonntag. Perfekt, um mein ursprünglich geplantes Vorhaben umzusetzen: das erste Mal mindestens 200 Kilometer fahren!

Die RTF in Bad Rothenfelde hatte 153 Kilometer mit knapp 900 Höhenmetern im Angebot. Also bin ich morgens von Versmold mit dem Fahrrad nach Bad Rothenfelde gefahren und war dann in einem netten Teilnehmerfeld um kurz nach 8 Uhr startbereit. Genial war, dass ich mich einer Gruppe recht professioneller Fahrer aus Gütersloh anschließen konnte, die das Tempo wirklich hoch gehalten haben. Gekonnt wechselte sich das eingespielte Team in der Führungsarbeit ab. Um nicht ganz unsportlich nur den Windschatten zu genießen, qualte ich mich später auch, um einige Führungskilometer bei höherem Tempo gegen den Wind zu fahren.

Wir schafften die Strecke letztlich in 4:48 Stunden, also mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von fast 32 Kilometern pro Stunde. Wow! Für mich definitiv ein Sprung! Blöd nur, dass ich mir über 200 Kilometer vorgenommen hatte – also ging es nach der Ankunft noch weiter. Der Spaß hat sich dabei ehrlich gesagt ziemlich in Grenzen gehalten. Ich verlängerte die Heimreise über Wellingholzhausen und kam mit knapp 1.100 Höhenmetern auf 203 Kilometer in 6:30 Stunden. So, jetzt weiß ich auch, dass ich über 200 Kilometer fahren kann. Das tut gut, gibt etwas Sicherheit.

Blöd nur, dass der Öztaler 240 Kilometer hat und 4.400 Höhenmeter mehr!«

Michael Dragu
(vereinslos)

nw.de
MEHR AUF

www.nw.de/oetztaler