

Der Ritt auf der Klinge

2024-03-10 19:00 (Kommentare: 0)

Es war lediglich ein kurzer, scharfer Schnitt - m einer erster Ritt auf der Klinge, genauer gesagt dem Klingentrail in Solingen.

Einmal und bestimmt wieder, jedoch nicht heute.

Es war das erste Mal. Das erste Mal, dass ich in [Solingen auf dem Klingentrail](#) gefahren bin. Das erste Mal, dass ich in diesem Jahr einen Trail gefahren bin. Das erste Mal, dass ich mit meinem neuen eMTB einen Trail gefahren bin. Und das erste Mal, dass sich Komoot geirrt hat. "Leicht" ohne besonderes Können war die Einschätzung. Verschätzt, würde ich mal behaupten.

Einmal hoch strampeln und runter rollen lassen sind (vom Parkplatz aus hin und zurück) 3,12 km auf 140 Höhenmetern (70 hoch / 70 runter). Und das hat gereicht, in jeder Hinsicht.

[Gestern](#) waren die (mit An- und Abfahrt) ~30 km ja schon erschöpfend genug und zeigten, dass die Kondition doch sehr zu wünschen übrig lässt. Aber heute war schon beschämend, von Anfang an. Während ich knapp 1,5 km Anstieg mit Hilfe der elektrischen Unterstützung auf Stufe drei von vier hinter mich brachte, versuchte ich möglichst viel von der mich umgebenden Luft in meine Lungen ein zu saugen. Doch irgendwie klappte der Austausch nicht richtig, die Luft ging rein und scheinbar ohne Austausch auch wieder raus. Drin blieb jedenfalls nicht viel, trotz des großen Volumens, welches ich durch hecheln zu vergrößern versuchte.

Auch nicht hilfreich waren die mitleidigen Blicke der anderen Anwesenden (denn der Klingentrail war gut besucht), die scheinbar mühelos ohne den Unterschied ob es nun bergauf oder bergab ging den Klingentrail rauf und runter johlten. Besonders deprimierend war dann jemand aus der deutlich jüngeren Generation, der auch noch während des Fahrens "brumm-brumm" Geräusche von sich gab um offensichtlich ein Fahrzeug zu simulieren, während meine Geräusche eher so klangen, als ob mein Verbrenner einen defekten Ansaugstutzen hat und versucht durch das Filtermaterial falsch Luft zu ziehen.

Nun gut, ich bin mit fast Mitte 55 eben auch mindestens dreimal älter und bringe auch wahrscheinlich dreimal so viel auf die Waage - was kann ich dann auch schon erwarten?

Ein bisschen mehr Fitness kann ich erwarten, möchte ich zu mindestens. Und so bleibt mir wohl nichts anderes übrig, als öfters (viel öfters) mich auf das Rad zu schwingen und zu trainieren. Immer ein bisschen mehr. Glücklicher Weise wohne ich im [Bergischen Land](#), welches auch gleichzeitig das bergige Land ist, so dass knapp 500 Meter von meiner Haustüre entfernt auch schon der nächste Anstieg beginnt. Üben direkt vor der Tür.

Doch für heute ist Schluss nach knapp drei Kilometern. Peinlich, peinlich. Aber was solls, wenn es keinen Sinn ergibt?

Abfahrt Klingentrail (Beispielvideo auf YouTube)

Kommentare

Einen Kommentar schreiben