

Sengende Sonne und ergiebige Schauer

Bühlertäler Triathlet Jörg Lindner suchte Herausforderung bei Extrem-Radrennen

Bühlertal (ftr). Einer besonderen Herausforderung stellte sich Triathlet Jörg Lindner vom RSV Falkentfels Bühlertal. Normalerweise ist der Ausdauer Sportler ja in drei Disziplinen zu Hause, doch als Spezialist für extreme Rad-Kriterien suchte er nun zum dritten Mal die Herausforderung der 1230 Kilometer langen Tour Paris-Brest-Paris. Im Jahr 1891 gingen

unentwegte Sportsmänner zum ersten Mal auf die Strecke, das Rennen startete dann nur alle zehn Jahre. Heute führt die 1230 Kilometer messende Herausforderung alle vier Jahre über fast die gleichen Route wie 1891.

Für alle Teilnehmer stehen von April bis Ende Mai stressige Qualifikationsrennen an. 200, 300, 400 und 600 Kilometer müssen in vor-

geschriebene Zeiten absolviert werden. 5 200 Interessenten erhielten einen Startplatz, ein Viertel von ihnen sollte das Ziel nicht erreichen. Doch ein Rennen im klassischen Sinn ist Paris-Brest-Paris (PBP) für die meisten Radfahrer nicht. Es ist eine persönliche Herausforderung, die riesige Distanz in den erlaubten 90 Stunden Maximalzeit zu schaffen.

Lindner, der als Fitnesstrainer in Baden-Baden arbeitet, nahm am 21. August um 18 Uhr bei warmen Temperaturen die Strecke in Angriff. Die Kontrollstationen sind in der Regel 80 bis 90 Kilometer entfernt und finden sich in Schulen. Dort gibt es rund um die Uhr warme Mahlzeiten und Übernachtungsmöglichkeiten. Da die Ruhezeiten auf das Limit angerechnet werden, hielt Lindner die Schlafphasen so gering wie möglich, gönnte sich nur vier Stunden und 20 Minuten insgesamt. Gerade in der Nacht wirkte sich die Müdigkeit besonders negativ aus, wenn es darum ging, die Orientierung zu behalten und auf schlechten Straßen nicht zu stürzen.

Ständige Wechsel von Regen, kühlen Temperaturen und starker Hitze zehnten zusätzlich an den Kräften. Obwohl Jörg Lindner in der heißen Trainingsphase mit Sitzproblemen zu kämpfen hatte, und er sich alternative Trainingseinheiten suchen musste, trotzte er allen Widrigkeiten und belohnte sich am 24. August um 15:23 Uhr mit einer persönlichen Bestzeit von 69 Stunden und 23 Minuten. Rund 22 000 Kilokalorien dürfte Lindner verbraucht haben, was auch bei der Versorgung mit Nahrung ein Balanceakt ist. Jeder Sportler muss da seine eigene Mischung finden, denn nicht jeder Magen reagiert gleich auf gewisse Lebensmittel bei solchen Belastungen. Hier macht sich langjährige Erfahrung bezahlt.

Ob Lindner auch in vier Jahren wieder am Start steht, lässt der Familienvater noch offen, denn die Belastung der Familie durch das intensive Training ist schon erheblich.



GUTEN MUTES VORAN: Jörg Lindner bewältigte das Rad-Ausdauerkriterium Paris-Brest-Paris mit seinen 1 230 Kilometern in 69 Stunden und 23 Minuten.

Foto: pr