

**teur**

Jürgen Löhle

# »Kurz und flach!«

Brägels gesammelte  
Ausreißversuche

*Lebenshilfe für Hobby-Radsportler*



**Delius Klasing**  
EDITION MOBY DICK

# Wer, bitte, ist Jan Ullrich?

*Radprofis, Fußballer, Autorennfahrer — welche Sportler sind denn nun die Größten?*



Brägel befindet sich zur Zeit im Wintertraining, wie er das nennt. Das bedeutet: Der Läpp schaufelt jeden Abend beim Italiener Unmengen Pasta in sich rein, garniert mit einer Drei-Mann-Dosis Chianti. Neulich habe ich mich erweichen lassen und bin mitgegangen. Am Tisch sitzen noch zwei Herren, die etwas befremdet aus der Wäsche schauen, als Brägel nach Vorspeisen, Fettucini mit Steinpilzen und Pizza Tonno noch eine Portion Spaghetti Carbonara ordert. Brägel blökt: »Ullrich, meine Herren, nimmt im Winter auch immer zu.« Das mag ja sein, nur wiegt der selbst nach 24 Dinnerparties noch zehn Kilo weniger als Brägel vor seiner Mast, will ich gerade einwerfen, als einer der Männer fragt: »Verzeihung bitte, aber wer ist Ullrich?« Brägel starrt fassungslos sein Gegenüber an, aus

seinem offenen Mund fällt ein Stück Tunfisch-Pizza in den Chianti.

Einige Minuten später hat sich geklärt, dass wir mit einem Fan von Bayern München und einem Formel-1-Freak am Tisch sitzen. Urplötzlich waren wir mittendrin in einer heftigen Diskussion über Für und Wider der Sportarten. »Fußballer, ha«, höhnt Brägel. Das seien doch alles grinrende Sonnenbank-Zombies, Goldkettenträger, schwafelnde Dummbeutel, die den ganzen Tag nur »Ich sach mal« oder »Ja gut« rausbringen. »Und bei Länderspielen müssen die immer den Text der Nationalhymne auf der Anzeigetafel ablaufen lassen, weil der Basler sonst wieder oins, zwoa, gsuffa brüllen würde.«

Der Bayernfan holt Luft und fährt den Konter. »Hören Sie doch auf mit Ihren Stramplern. Die sind ja wie Hamster im Laufrad. Und dazu noch vollgestopft mit Chemie. Lauter radelnde Apotheken. Wie die schon aussehen mit ihren lächerlich bunten Hemdchen, den Nachttöpfen auf dem Kopf und den Angeber-Sonnenbrillen.« Ganz nebenbei seien die Rennen auch stinklangweilig, weil man wochenlang zuschauen muss, bis endlich einer gewinnt. Und dazwischen passiert nichts, außer die Polizei nimmt Hotelzimmer auseinander.

Quatsch, mault Brägel, allein die Kunst beim Sprint, der runde Tritt am Berg, die diffizile Steuertechnik bei der Abfahrt - das Stichwort für den Schumi-Fan: »Technik, Geschwindigkeit, das Spiel im Grenzbereich; das hat keiner besser im Griff als Schumacher«, schwärmt er. Dafür bläst er Tonnen Dreck in die Luft, maulen die anderen. Mag sein, aber das sei ökologisch auch nicht schlimmer, als wenn die Bayernspieler nach dem Training ihre S-Klasse starten oder ein gedopter Radler seinen sondermüllpflichtigen Urin in eine Wiese pinkelt.

Jetzt waren wir mittendrin in der schönsten Schreierei.

Einmischen sinnlos. Aber die Frage bleibt: Welche Sportart taugt zu was? Hier nun die ultimativen Definitionen, die, logischerweise, wissenschaftlich abgesichert sind:

Berufsfußballer sind Menschen, die ihr Geld damit verdienen, dass sie einmal in der Woche luftgefüllten Lederkugeln hinterher rennen. Die Kugeln werden meist mit dem Fuß, gelegentlich auch mit dem Kopf geschlagen, wobei letzteres in vielen Fällen dazu führt, dass Berufsspieler im Laufe der Jahre ein eher einfaches Gemüt entwickeln. Bestätigt wurde dies jüngst durch einen Test. Auf die Frage: »Welches Buch beeindruckt Sie am meisten?«, antworteten 94,6 Prozent mit: »Mein Sparbuch«. Weitere Nennungen: »Drei Schwedinnen auf Ibiza« und: »Kicker-Sonderheft Bundesliga«. Fußballer haben deshalb Trainer, die ihnen sagen, wo das Tor steht und wie viel Uhr es ist. Dazu noch Manager, die ihre Verträge aushandeln, sie bescheißen und sie am Ende ihrer Karriere in eine Lottoannahmestelle oder eine Autowaschanlage entlassen.

Berufsradfahrer verdienen ihr Geld sehr viel härter. Die meisten haben in ihrer Jugend auch mal versucht, Loddarmadäus zu werden, wurden aber als Grobmotoriker ausgemustert. Wie Fußballprofis auch, verbringen sie den Januar meist auf einer Kanaren- oder Baleareninsel zum Training. Fußballprofis erkennt man an der Golftasche, Radprofis am etwas ungelenken Gang und Badelatschen mit drei Streifen. Berufsfahrer verdienen zwar sehr viel weniger Geld als Kicker, bekommen dafür aber Medikamente umsonst, die andere noch nicht einmal kaufen können. Außerdem werden sie nahezu ununterbrochen ärztlich untersucht und sind deshalb die gesündesten Menschen auf diesem Planeten. Dafür müssen sie während der Saison jeden Tag arbeiten und oft genug in lausigen Hotels schlafen. Radprofis brauchen selten

einen Manager und haben am Ende ihrer Karriere fünf Alternativen: Radgeschäft, Sportlicher Leiter, Co-Kommentator ARD, Co-Kommentator Eurosport oder Pharma-Repräsentant. Formel-1-Helden haben den härtesten Job. Sie müssen derart schnell um die Kurven jammern, dass es ihnen beinahe den Kopf von den Schultern reißt. Deshalb trainieren sie neun Stunden am Tag ihre Halsmuskulatur, was derart anstrengend ist, dass es einem das Kinn dauerhaft verzieht - siehe Michael S. Daneben müssen die Herren unentwegt langbeinige Blondinen mit Sonnenbrillen abwehren und sich um so lästige Dinge wie einen Liegeplatz für die Yacht in St.-Tropez kümmern. Ihre wenige Freizeit nutzen sie zum Fußballspielen, Radfahren oder Kinder zeugen. Sollte nicht ein kleiner Schraubenbruch bei Tempo 350 die Karriere beenden, droht Rennfahrern am Ende die totale Öde. 30 Jahre lang auf der Luxusyacht durch die Südsee — ein Alpträum, weshalb viele so lange in anderen Renn-Serien weiterfahren, bis doch noch ein Schräubchen bricht, oder auf Polo oder Hundeschlittenrennen umsatteln.

Die drei Herren in der Kneipe jedoch sind strengen Definitionen nicht zugetan. Sie brüllen weiter, wobei ein Verlierer feststeht. Brägels Carbonara sind kalt geworden.

# Live dabei

*Einmal eine Tour-Etappe live erleben, einmal  
dabei sein, wenn Jan Ullrich vorbeizischt,  
davon träumen viele. Doch es gibt schöne Träume  
— und es gibt Albträume ...*

»Ich lass' mich scheiden«, bellt es von rechts. Auch recht, denke ich mir, sage aber lieber nichts, weil sich auf der Rückbank gerade die Kinder umzubringen versuchen und der Hund diesen untertänigen Blick aufsetzt, den er immer hat, kurz bevor er kotzen muss. Ich meine, eigentlich könnte ich ja durchaus einwenden, dass es wirklich nicht meine Idee war, als Zuschauer zur Tour zu fahren. »Bitte, bitte, Ullrich schauen«, haben die Kinder gebettelt, »keine schlechte Idee« die Gattin draufgesetzt, und deswegen stehen wir jetzt hier in St. Jean de Maurienne im Stau. Vor uns Richtung Galibier 20 Kilometer Stoßstange an Stoßstange, hinter uns Nachbar Brägel, der sich extra für die Tour einen achträdrigen Zwölftonner-Diesel in Nato-olivgrün bei der Bundeswehr-Versteigerung gekauft hat, um damit, wie er sagt, holländische Wohnmobile von der Straße zu räumen, damit wir mehr vom Rennen sehen können.

Im Moment sehen wir nicht einmal holländische Wohnmobile, die stehen sicher schon am Galibier. Dafür brüllt hinter uns Brägels Mörderdiesel. Wenn der Kerl Courage hätte, dann würde er jetzt einfach den Stau vor uns platt walzen, aber das traut er sich dann doch nicht. Dafür klingelt das Handy und der Nachbar schlägt vor, die Autos abzustellen und dann mit den Velos weiter Richtung Galibier zu fahren. »Sonst schaffen wir es nicht mehr«, sagt er. Auch das hätte ich ihm schon gestern sagen können. Schließlich

haben wir die Grundregel eins für Tour-Touristen verletzt, nach der man ungefähr sieben bis zwölf Tage vor dem Rennen am Pass zu sein hat - wenn man etwas sehen will. Wir haben dagegen versucht, eine Nacht vor der Etappe in St. Jean drei Hotelzimmer zu bekommen. Bevor das klappt, gewinnt eher Cipollini ein Bergzeitfahren, hatte ich vorher schon gesagt und mich dafür als ewiger Miesmacher beschimpfen lassen müssen.

Natürlich haben wir keine Zimmer gekriegt und mussten zurück nach Chambéry, doch auch da war es schon ziemlich »complet«. Immerhin gab es noch was im ersten Haus am Platz — für 750 Francs pro Zimmer. Dazu kamen am nächsten Morgen noch einmal 300 Francs, weil die lieben Kinderlein die Minibar geplündert und den Hund einen Schnaps haben saufen lassen, weshalb es dem gerade ziemlich übel geht. Dafür hat er jetzt Bewegung. Wir parken die Autos am Rand und radeln am Stau vorbei. Das macht sogar Spaß, es rollt leicht. Die werte Gattin und die Kinder schweigen, weil sie sich aufs Fahren konzentrieren müssen, und sogar Brägel hält die Klappe, weil er mit seinem Lunchpaket (acht Flaschen Weizenbier, umrahmt von zwölf Kühlakkus, dazu ein Sandwich) und der Vier-Quadratmeter-Deutschland-Fahne schon im Flachen ziemlich überladen ist.

Eine Stunde später sind wir am Fuß des Col du Telegraphe, und die Stimmung sinkt, weil es

- a) bereits 30 Grad im Schatten hat, weil es
- b) keinen Schatten gibt, es
- c) noch verdammt weit ist bis zum Galibier und plötzlich ein weiterer Pass davor aufgetaucht ist und weil
- d) die anderen Menschen hier schon dicht an dicht am Straßenrand stehen.



Wir beschließen, das Rennen am Telegraphe anzuschauen und finden tatsächlich noch ein Plätzchen nach vier Kilometern Anstieg. Links von uns feiern Italiener ihren Helden Marco Pantani, rechts Belgier sich selbst und auf der anderen Straßenseite haben die Kinder einen Händler entdeckt, der lauwarme Orangina für 20 Francs die Büchse verscherbelt. Macht wieder 100 Francs, weil der Hund schließlich auch was braucht. »Wo ist hier die Toilette«, fragt die Gattin und ist ein wenig indigniert, als ich nur mit großer Geste einen Bogen in die Landschaft beschreiben kann. Ihre Miene hellt sich aber wieder auf, als die Werbekolonne vorbeifährt. Ein junger Franzose schenkt ihr mit seifigem Lächeln eine Plastikrose und ein Stückchen Rührkuchen der Firma Soundso. Ich bekomme natürlich keines. Die Kinder auch nicht, die wollen dafür Eis haben und zwar sofort (80 Francs beim fliegenden Händler). Brägel zaubert derweil eine Farbdose mit knallgelbem Autolack aus seinem Lunchpaket und sprüht »Hau rein, Jan« auf die Straße. Danach will er noch seinen selbstverfassten

Vierzeiler: »Jan Ullrich, unser großer Held, fährt für die Ehre, nicht für Geld; am Berg ist er 'ne große Sau, darauf ein dreifaches Helau!« sprühen, dafür reicht aber zum Glück die Farbe nicht. Außerdem zittert seine Schrift schon ein wenig, weil der Läpp die Hälfte seines Provianten schon im Bauch hat, bei mittlerweile 32 Grad. Anschließend muss er sich ein wenig hinlegen.

Mittlerweile wird es hektisch an der Straße. Noch eine Stunde, dann kommen sie. Jetzt heißt es, unbedingt die Position zu halten. Die Italiener rollen Fahnen aus, die Belgier grillen noch. Es riecht nach Sonnenöl, Schweiß, Bier und verbrannten Würstchen. Und Brägel schreit, weil meine Kleine sein Rad mit dem Rest des Lacks partiell gelb eingefärbt hat. Dafür schläft wenigstens der Hund friedlich unter einem Baum.

Dann geht es los. Pantani kommt tatsächlich als Erster. Die Italiener wedeln derart heftig, dass wir ihn erst richtig sehen, als er fast schon vorbei ist. »War das Ullrich?«, brüllt die Gattin. Ich verneine, erkläre ihr ein wenig, um was es geht, als mich plötzlich Brägels Deutschlandfahne umhüllt. Als ich wieder klar sehe, ist Ullrich in einer Fünfergruppe vorbei. »Virenque war auch dabei«, bellt Brägel. Na, bravo. Dann kommen die anderen. Ich brülle mit geballter Faust: »Auf geht's, kämpfen, jaaaaaaaaaa, weiter so, hopphopp, hau rein!« Entsetzt distanzieren sich Kinder und Gattin von mir, der Hund winselt. Nach 20 Minuten ist alles vorbei. Rückzug. Der dauert noch einmal drei Stunden, weil Brägel nach acht Weizen nur noch schwer die Spur halten kann und etwa 20.000 andere Zuschauer auch auf dem Heimweg sind. Wer die Etappe gewonnen hat, sehe ich abends im Hotel in Chambéry im TV (diesmal zum Glück nur 300 Francs pro Zimmer, keine Minibar). Gerade als ich im Geiste die Vorteile der modernen Medien preise und mich auf die geruhsamen Fernsehabende zuhause freue, kommt es

schläfrig von der anderen Seite des Bettes: »Das machen wir nächstes Jahr wieder.«

# Kuhle Wampe

*Wer Rad fährt und einen Bauch hat,  
spottet jeder Beschreibung. Und deshalb kämpft  
Brägel gegen die Pfunde, die da  
in Lebens- und Körpermitte wuchern...*

Radfahren ist schön. Es ist gesund, orthopädisch nahezu unbedenklich, macht Spaß und obendrein auch noch eine leidlich gute Figur, wenn der werte Radler regelmäßig an sich arbeitet und beim Apres den Durst mit Apfelschorle statt Hefeweizen stillt, was zugegebenermaßen eine ziemlich brutale Form der Selbstdisziplinierung ist. Aber gut, wenn's schön macht.

Bei Nachbar Brägel ist diesbezüglich der Leidensdruck plötzlich und unerwartet heftig gestiegen — und zwangsläufig ist mal wieder die neue Flamme im Spiel.

Die Dame ist ein paar Jährchen jünger als der Läpp, ziemlich knuffig gebaut, aber ohne jenes störende Unterhautfettgewebe, das bei Brägel schon langsam am Oberrohr scheuert, wenn er den Lenker unten fasst. Auf jeden Fall hat ihn Fräulein Kraftei auf einer Feierabendrunde über 40 Kilometer gnadenlos versenkt. Brägels Niederlage hat uns alle im Radclub auf ein real existierendes Problem aufmerksam gemacht. Menschen, die näher am Verfallsdatum als an der Geburt sind, bauen sich leider langsam um. Der Körperfettanteil steigt, zumindest der sichtbare. Die Schultern sinken in die Hüften, die einstige V-Form geht bei vielen in ein leicht tropfenförmiges U über, was man gerade zum Jahreswechsel nach 18 Weihnachtsfeiern überdeutlich sieht. Dabei beginnt das Elend eher schleichend. Am Anfang geht die 32er-Jeans nicht mehr locker zu, also kauft man 33er, die

nach weiteren sechs Monaten nur noch im Liegen und komplett ausgeatmet zu schließen sind. Danach ändert man die modische Grundrichtung, trägt nur noch Oversize, geht öfter in die Sauna, lässt den Zucker aus dem Kaffee weg und reduziert die Anzahl an Hefeweizen um eins pro Woche. Alles ohne Erfolg, der Hüftring fordert Größe 34 und die jungen Hüpfer im Radclub machen spitze Bemerkungen. Kurzum - es muss etwas geschehen.

Brägel hat sich eine Waage gekauft, die mittels Bio-Impedanz den Körperfettanteil misst. Er hat sich draufgestellt, losgeheult (29,5 Prozent) und Besserung geschworen. Ich mach' gleich mit, weil Brägel mit seinem Problem ausnahmsweise mal nicht alleine dasteht. Der Wochenplan - grauenhaft. Viermal vier Stunden Training, keinen Tropfen Alkohol, kein Fett, keinen Zucker. »Und keinen Sex«, doziert Brägel. Warum nicht? »Weil ich hinterher immer Hunger habe«, sagt der Läpp, was seine mächtige Wampe und die neue Lady in einem ganz anderen Licht erscheinen lässt. Aber das ist eine andere Geschichte.

Montag geht's los. Fat-Burning, vier Stunden im Sattel, Puls zwischen 100 und 120. Bei Brägel entspricht das einem 16er-Schnitt. Als uns ein spindeldürrer Rauschebart auf seinem Hollandrad überholt und frohe Feiertage wünscht, werde ich grantig. »Schneller ist aber nicht gut«, warnt Brägel. Ich fahre trotzdem. Später dann das nächste Problem. Vier Stunden radeln macht Hunger. Brägel meditiert, ich schleiche um den Kühlschrank. Nur eine klitzekleine Wurstsemmel, schleimt der innere Schweinehund und hinterher noch ein winziges Weizen. Nur eins. NEIN. Ich esse trockene Spaghetti, trinke Wasser und verfluche das Alter.



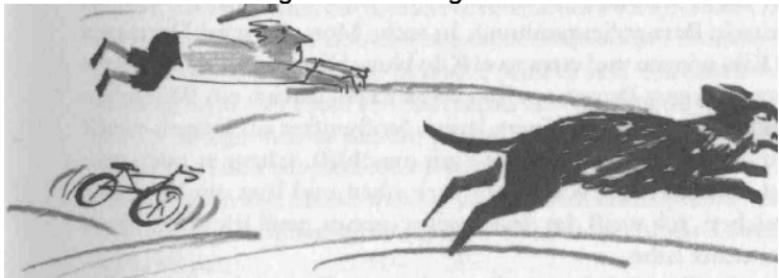
Nachts habe ich Albträume: Bei einer RTF verdrücke ich mich in einer Pause in eine Dorfwirtschaft, bestelle Schweinsbraten mit Knödel und werde hinterher am Berg von Brägel abgehängt. Schweißgebadet wache ich auf. Durchhalten. Brägel geht richtig auf in seiner Aufgabe. Das Fat-Burning-Tempo ist exakt seine Welt. »Ich bin auf dem Weg zu einem neuen inneren Gleichgewicht«, sülzt er bei einem Glas Kamillentee (ohne Zucker). Ich auf dem Weg in die Klapsmühle. Kurzum — wir haben die Woche geschafft, Brägel hat drei Kilo weniger, ich zwei. Allerdings nur im Gesicht und vielleicht an den Armen. Wir sehen beide ein wenig krank aus, der Hüftgürtel erweist sich aber als resistent. Wir fahren noch langsamer und essen noch weniger. Eine Woche später werden auch die Beine

dünner, der Trikotwulst bleibt. Also die harte Tour. Nulldiät ab dem dritten Advent, nur Wasser und Gemüsebrühe, Einläufe, Sauna, Reflexzonenmassage. »Sie sehen beschissen aus«, sagt mein Chef, »fehlt ihnen was?« Kurz vor Heiligabend wird Brägel beinahe verhaftet, weil er auf dem Weihnachtsmarkt einem Kind die Currywurst geklaut hat. Mein Hund knurrt mich an, weil ich um seinen Napf geschlichen bin, als er zu irgendeiner Feier des Tages ein Stück Gänsebraten bekommen hat. Mittlerweile sind es fünf Kilo, ich habe Augenringe, strohiges Haar, faltige Hände, aber immer noch einen Ring um die Hüften, der unter der eingefallenen Brust noch gewaltiger wirkt als vorher. Letzter Versuch: 100 Kilometer im 23er-Schnitt. Brägel steigt nach 30 Kilometern ab, ich nach 35. Die Ausfahrt endet im Goldenen Bären mit einer sehenswerten Zeche. Nach einer Stunde kam der Koch aus der Küche und hat geschaut, wer da so viel essen kann.

Pünktlich zu Weihnachten geht es uns wieder besser. Aber der Kampf ist noch nicht verloren. Brägel hat alle Frauenzeitschriften der Welt gekauft. »Alles essen — trotzdem schlank« steht auf einer. So schon eher. Und überhaupt: Für ein paar Scheine kann man sich den Ranzen auch absaugen lassen. Und dann passt auch wieder das Trikot Größe 4. Mahlzeit — und ein gutes neues Jahr.

# Tierversuch

*Brägels Form ist ernsthaft in Gefahr.  
Denn als frisch gebackener Hundebesitzer  
muss er kostbare Trainingsstunden mit  
Gassi gehen verbringen*



Brägel hat zu Weihnachten von seinem neuen Herzlein in einem Anfall von Wahnsinn einen Dertutnix bekommen. Der Dertutnix hat ein schwarz-weißes Fell, rotblonde Beinbehaarung und einen Gesichtsausdruck, der wildfremde Menschen auf der Straße spitze Schreie (»goooooooooldig«) ausstoßen lässt. An Heiligabend hatte Dertutnix die Größe eines Zwergkaninchens und kackte dreimal hinter die Wohnzimmertür, sodass sich beim unbedachten Öffnen derselben ein langer brauner Streifen über Brägels sanftbeigen Teppich zog. In den Tagen nach Weihnachten kotzte Dertutnix auch ab und zu und wedelte dabei mit dem Schwanz. Einmal ist Brägel nachts barfuß in ein frisches Häufchen getreten, und zwar so mittig, dass es ihm die Kacke zwischen den Zehen durchgedrückt hat. Das fanden wir im Radclub alle sehr, sehr lustig. Mittlerweile kackt Dertutnix kaum noch hinter die Tür, frisst dafür aber gerne Schuhe oder jagt erfolglos die Katzen in der Nachbarschaft. Kotzen tut er nur noch, wenn er zuvor zwei Paar Stiefel zernagt hat. Mit dem Schwanz wedelt er dabei

nur noch sehr selten.

Seit Weihnachten ist Dertutnix tapfer gewachsen. Er wiegt jetzt knapp 45 Kilo, ist so groß wie 29 Zwerkaninchen und nennt sich laut internationalem Hundebuch »Bernese Mountain Dog«, zu deutsch: Berner Sennenhund. In sechs Monaten wird Dertutnix 60 Kilo wiegen und etwa zwei Kilo blutschlieriges Lungengewebe oder stinkigen Pansen am Tag verdrücken, danach ein Bäuerchen machen und sich mit einem lauten Stoßseufzer auf Brägels weiße Ledercouch fläzen. Bevor er sanft einschläft, schaut er noch einmal herzallerliebst von unten nach oben und lässt ein Windlein streichen. Ich weiß das deswegen so genau, weil ich selbst einen Dertutnix habe.

Brägel will natürlich unbedingt, dass sein Dertutnix ein radfahrkompatibler Hund wird und übt deshalb seit Wochen fleißig. Dazu fährt er mit dem Velo zigmal an Dertutnix vorbei, den er vorher mit einem energischen »Platz!« aufs Trottoir gesetzt hat. Dertutnix macht Platz, schaut mit raushängender Zunge und schief gelegtem Kopf interessiert seinem vorbeiradelnden Herrchen nach, ist zufrieden — und Brägel hellauf begeistert. »Braaaaaav, Dertutnix, ganz braaaaav«, juchzt Brägel, bremst 100 Meter entfernt und haut sich vor lauter Glück auf die Schenkel. »Braaaaaav, daaaaaa komm her.« Dertutnix rast schwanzwedelnd heran, dann herzen sich die beiden und es gibt ein Leckerli in der Größe eines Zwerkaninchens. Natürlich für den Hund.

Am nächsten Sonntag Bewährungsprobe. Wir gehen Gassi, Dertutnix ohne Leine, ein Mountainbiker nähert sich. »Platz«, bellt Brägel. Dertutnix setzt sich hin. Als der Radler vorbei ist, sagt Brägel begeistert: »Braaaaav, ganz braaaaaver Hund.« Dertutnix versteht, wuchtet sich hoch und rast dem Radler nach. »Keine Angst, der tut nix«, brüllt Brägel, aber Dertutnix ist schon neben dem ahnungslosen Biker. Und weil

der nicht sofort anhalten, spielen und ein Leckerli rausrücken will, hält ihn Dertutnix ein wenig verärgert an der Wade fest. Den Rest kann man sich denken. Wir haben dem armen Mann zum Abschied eine neue Radhose, eine Abendesseneinladung beim Haubenkoch, Blumen für die Gattin und natürlich auch einen neuen Lenker versprochen. Dertutnix wurde verbal zusammengefaltet (»böööööser Hund«) und saß ein wenig bedröppelt daneben, weil er sich obendrein auch noch leicht an der Pfote verletzt hat, als der Mountainbiker auf ihn stürzte. Brägel war an diesem Abend ein wenig deprimiert, aber es ist eben auch ein ganz schwieriges Thema mit den lieben Tierchen. Radler mit Hund werden irgendwann schizophren, was in Brägels Fall besonders bitter ist, da er eh schon nicht alle Tassen im Schrank hat.

Aber es ist auch wirklich eine verzwickte Geschichte. Wenn ich selbst im Sattel sitze, werde ich subito zum leidenschaftlichen Hundehasser. Wie gehen mir die Zeitgenossen auf den Geist, die mit ihren Kläfftölen durch die Wälder ziehen, die Leine um den Hals, ins Gespräch mit Nachbar Müller vertieft und ohne jedes Auge auf ihren Mistköter, der dann Jagd auf dich macht. Diese Hunde tun natürlich alle nix — sagen ihre Halter. Das stimmt aber nur in den seltensten Fällen, also ziehe ich solchen Tölen normalerweise sofort eins mit der Luftpumpe über. Wenn ich rechtzeitig aus den Pedalen komme, gibt es auch noch einen gezielten Tritt auf die Nase und danach einen Vortrag an den Besitzer, der viele Wörter enthält, die man seinen Kindern zu Hause energisch und mit gutem Grund verbietet.

Wenn ich mit meinem Hund spazieren gehe, wechsle ich sofort das Lager. Dann hasse ich alle Radler, die von hinten kommen, knapp an dir vorbeirasen, ohne vorher auch nur ein ganz kleines bisschen auf sich aufmerksam gemacht zu haben. Mein Hund, der im

Übrigen garantiert nix tut, erschrickt sich dann zu Tode und fängt an zu bellen, was für manche im Sattel schon des Guten zu viel ist. Meistens brüllen die unhöflichen Rambos dann etwas wie: »Kampfhunde an die Leine«, wobei ich denen dann am liebsten mit der Luftpumpe einen Scheitel ziehen würde, aber die habe ich beim Spaziergang leider nicht dabei.

Brägel will noch nicht aufgeben. Er hat sich und den Hund in einer Welpengruppe angemeldet und wird danach Mitglied im Hundesportverein. Auf dem Rad trainieren tut er allerdings nur noch selten, weil Gassi gehen zu Fuß unproblematischer ist. Neulich hat er mit Dertutnix die Übungseinheit »Rad fahren mit angeleintem Hund« geübt. Das ging auch eine Zeit lang gut, bis Dertutnix einen Hasen im Stoppelfeld gesehen hat. Brägel flog so schnell durch die Luft, dass es ihm nicht einmal zu einem »Pfui!« gereicht hat. Jetzt hat er den linken Arm in der Schlinge und viel Zeit zum Gassi gehen. Übrigens alleine, also nur mit Hund. Die neue Flamme hat Dertutnix zwar gekauft, wollte ihn aber wegen seines heftigen Wachstums und dem schrecklich stinkenden Pansen schon Mitte Januar in ein Tierheim geben. Das hat Brägel abgelehnt, worauf die Flamme ziemlich abrupt erlosch. In diesem Fall halten wir vom Radclub aber ausnahmsweise alle zu Brägel. So ein Hund ist schließlich auch nur ein Mensch.

# Unschuldig

*Vorsicht: Wer nicht aufpasst, bleibt mittlerweile  
schon nach dem Gebrauch von Kosmetika  
im Netz der Dopingfahnder hängen.  
Da kommt was auf uns zu ...*

Tut mir echt leid, dass ich Sie schon wieder mit diesem Kerl belästigen muss, aber Brägel liegt im Krankenhaus. Nur für ein paar Tage, und es ist auch nicht so schlimm, aber so wie es jetzt aussieht, wird er sich dritte Zähne machen lassen müssen. Der Läpp hat sich kurz nach dem Sprung ins neue Jahrtausend nahezu das gesamte Zahnfleisch weggerubbelt. Und das nur, weil er sich vor dem Trainingslager in Mallorca 'mal so richtig »aufladen« wollte. »Ich mach' dich platt am Sa Calobra«, hatte er gehöhnt. Von wegen. Zuvor hatte er in allen Supermärkten der Gegend den kompletten Vorrat einer gewissen Zahncreme aufgekauft und damit von morgens bis abends sein Gebiss malträtiert. Frei nach dem Motto: Was der Baumann kann, kann ich auch.

Wir vom Radclub haben ihm jetzt eine Schnabeltasse gekauft und ihm am Krankenbett einiges erklärt. Erstens: Baumann ist Leichtathlet und kein Radler. Zweitens: Nandrolon kann man im Internet kaufen und direkt schlucken, weil es bei RTFs keine Dopingkontrollen gibt. Und drittens: Bei 25 Kilo Übergewicht hilft keine Droge der Welt mehr. Wir wissen nicht, ob Brägel das jetzt kapiert hat, weil er ja mit seinem verdrahteten Gebiss nicht reden kann. Wir gönnen ihm aber die späte Einsicht, weil er jetzt nicht mit ins Trainingslager fliegt und somit für den Rest der Saison chancenlos ist. Wie immer eigentlich. Der Fall des Dieter B. macht uns aber doch ein bisschen nachdenklich. Natürlich ist uns allen klar, dass nur

Baumanns böse Frau und Trainerin dem armen Schwaben den Stoff in die Tube gedrückt haben kann, damit er endlich mit der Lauferei aufhört und samstags den Rasen mäht. Aber so etwas kann ja wieder passieren, auch bei uns Radlern. Und ganz besonders bei den Profis, wo es ja um einiges geht. Blicken wir also voraus auf die kommende Saison und auf Dopingfälle der ganz neuen Art. Bei Mailand-San Remo im März wird Jan Ullrich bei einer Routinekontrolle erwischt. In seinem Urin wird ein extrem hoher Anteil an weiblichen Schwangerschaftshormonen gemessen. Natürlich ist Ullrich unschuldig. Der Telekom-Star beauftragt vier Privatdetekteien und den britischen Geheimdienst mit der Klärung des Falles. Am Ende stellt sich heraus, dass die Hormone in einer Tube Arnikasalbe enthalten waren, die Ullrich bei einem Besuch auf dem Stuttgarter Weihnachtsmarkt gegen Knieschmerzen und Durchblutungsstörungen für 14 Mark gekauft hat. Wie die Hormone in das schwäbische Hausmittel hineingekommen sind, weiß allerdings kein Mensch. Man vermutet einen Anschlag badischer Separatisten auf schwäbische Kleinunternehmer, oder ähnliches. Ullrich wird, in dubio pro reo, freigesprochen, beendet aber seine Karriere, weil ihn plötzlich Depressionen plagen und er eine Familie gründen will.

Kurz darauf erwischt es Marco Pantani. In seinem Urin drängeln sich Legionen von männlichen Sexualhormonen. Für Pantani ist der Befund normal, schließlich ist er ein Kerl in den besten Jahren. Er beschimpft die Kontrolleure als Weicheier und Tunten, steht aber trotzdem kurz vor einer Sperre. Bis sich herausstellt, dass



Pantani das Testosteron indirekt über Kettenfett aufgenommen hat. Bei einer Trainingsfahrt soll er sich an der Wade verletzt haben. Er war danach immer wieder in Kontakt mit der ölichen Kette gekommen. Die wiederum soll mit Unmengen an Sexualhormonen behandelt worden sein. Offenbar hätten die Mechaniker bei den neuen Ketten für die Zehnfach-Schaltung die Passage über steife Kettenglieder missverstanden. Pantani wird natürlich freigesprochen. Lange Zeit ein Rätsel bleibt auch der Befund von Lance Armstrong. Bei der Tour de France wird bei dem Amerikaner ein Hämatokritwert von 58 festgestellt. Armstrong bestreitet aber heftig, jemals in seinem Leben EPO gespritzt zu haben. Da sich sein extrem hoher Hämatokritwert anders aber nicht

erklären lässt, wird nach der heimlichen Quelle gesucht. Zahnpasta scheidet aus; Armstrong arbeitet nur mit gewachster Zahnseide, und die ist sauber. Nach drei Tagen im französischen Gefängnis räumt Armstrong Experimente mit einer neuen Eigenblut-Therapie ein, die bei seinem Team verbreitet sei. Offenbar wurde seine Ampulle mit der seines Zimmernachbarn vertauscht. Der Zimmernachbar wird daraufhin getestet und wegen eines Hämatokritwertes von 72,5 mit dem Notarztwagen ins Krankenhaus gebracht. Armstrong darf die ausgefallenen Etappen nachfahren und gewinnt die Tour doch noch. Knapp vor Pantani, der mittlerweile mit einer vollverkapselten Kette fährt.

Danach gibt der Weltverband genervt Doping frei. Das olympische Rennen in Sydney gewinnt ein Österreicher mit einem Stundenmittel von 56,831 über 240 Kilometer. Natürlich nur mit der Kraft aus der »gsunden« alpinen Hausmannskost und mit »Mineralwossr«.

Brägel wurde übrigens Ende Januar wieder aus der Klinik entlassen und gelobt Besserung. Doping sei für ihn jetzt definitiv kein Thema mehr. Er wolle sich künftig auf seine natürlichen Kraftdepots verlassen und sich im ehrlichen Wettkampf messen. Vielleicht wäre es jetzt doch besser, er würde zu den Leichtathleten wechseln. Dann könnte er neben den Damen vom Lauftreff herradeln. Dafür dürften seine natürlichen Kraftdepots gerade noch reichen.

# Inselduell

*Für gute Laune und glänzende Frühform hilft nur  
eines: Ein Trainingscamp im sonnigen Süden.*

*Wenn man dann noch einen fähigen  
Touren-Guide bekommt...*

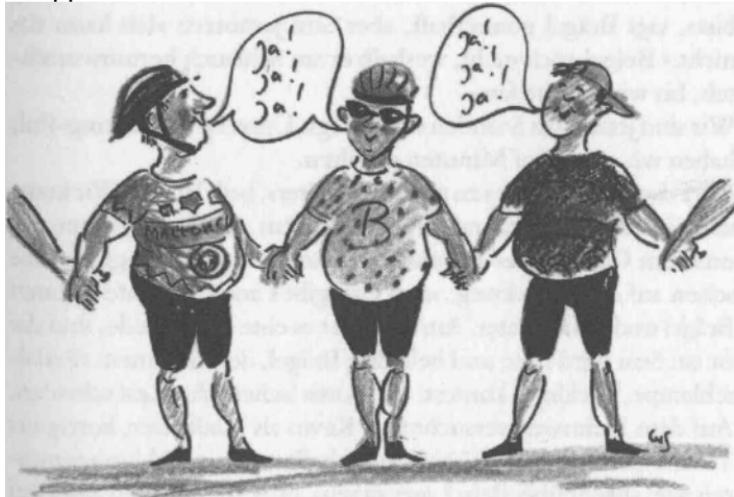
Was für ein Tag. Die Sonne lacht, Frühling liegt in der Luft, irgendwelche Säfte schießen — kurzum: Ich fühle mich perfekt. Und dann das: Brägel schleicht durch den Hausgang, den Blick am Boden, ein Bild des Jammers. Ebenfalls kurzum: Mit seiner Flamme ist es wieder mal aus. Mit den Mädels ist es bei ihm wie mit dem Rad fahren — es will einfach nicht so recht klappen. »Flieg' doch nach Mallorca«, sag' ich zu ihm, »buch' eine Woche in einem Radcamp, das lenkt ab. Ich nehme so lange den Hund.« Dummerweise fand Brägel die Idee ausgezeichnet und hat statt einer Woche gleich vier gebucht: nicht als Guest, sondern als Guide. Beim Bewerbungstelefonat hat er sein Alter deutlich runter und seine Jahreskilometerzahl deutlich hoch gesetzt. Sie wollen ihn für einen Monat. Gehalt null, Kost, Logis und zwei Sätze Trikots frei. Ich habe noch eingewendet, dass auch ein Blinder ihm die 32 Jahre nicht abnimmt, dass er 10.000 Kilometer vielleicht in drei Sommern zusammenbringt, dass er erst einmal auf der Insel war, sich dabei jeden Tag verfahren hat und dass der langsamste Schnitt einer Radgruppe immer noch ein 22er ist. Das war ihm alles wurscht, der Hund sowieso. Er hat sich noch ein Spanisch-Wörterbuch gekauft, eine Schachtel Kreatin, eine Klinikpackung Kondome, und weg war er.

Das hat uns im Radklub natürlich gefuchst. Also haben wir einen Kontrollbesuch beschlossen und sind zwei Wochen später nachgeflogen. Den Hund haben wir mitgenommen, was eine ziemliche Tortur war, weil

er mittlerweile so groß ist, dass er kaum in die Kiste gepasst hat. Irgendwie haben wir die Anreise gemeistert und wollten gleich in Brägels Gruppe einchecken. Aber es gab keinen Brägel. Schließlich fanden wir sein Foto am Schwarzen Brett. Der Läpp firmiert als Kevin aus Neuseeland. Er fuhr die Fatburning-Gruppe, die mit 21er-Schnitt 80 Kilometer pulskontrolliert rollt. Dabei gibt er die Geschichte, dass er aus Neuseeland sei und in Europa ein wenig Spaß haben wolle. Er könne Deutsch, weil er deutsche Vorfahren habe. Warum er als Neuseeländer kaum Englisch versteht, erklärt er nicht.

Am nächsten Morgen trifft ihn fast der Schlag, als wir plötzlich am Sammelplatz erscheinen, aber wir lassen ihm seine Geschichte. Brägel sieht ordentlich aus, er hat ein bisschen abgenommen, die Beine sind rasiert und leicht gebräunt, trotzdem ist der Kerl nicht bester Laune. Seine Gruppe besteht aus 16 Männern und zwei Frauen, eine davon ist 49, Krankenschwester aus Idar-Oberstein und seit 25 Jahren glücklich verheiratet, wie sie betont. Die andere 26, Studentin in München, die die Radwoche von ihrem Vater geschenkt bekommen hat, der das für eine sehr gute Idee hielt. Sie nicht. Schlechte Zeiten also für Kevin aus Neuseeland. »Wir fahren ans Cap Formentor«, brüllt Brägel, der ein kanariengelbes Trikot mit roten Punkten und einen Helm in Orange trägt. Die Hose ist von Keime, also grün-blau. Dazu präsentiert er ein schwarzes Carbonrad mit roten Magnesiumpedalen nebst einer verspiegelten Sonnenbrille, ein Werbegeschenk von »Innenausbau Habermaier«, wie auf dem Bügel steht. Vor der Abfahrt müssen wir uns an den Händen fassen und »Ja, ja, ja« brüllen - das hat er auf einem Gratis-Infoabend bei Scientology gelernt. Seinen linken Unterarm hat er sich tätowieren lassen. »I will, I do«, steht dort. Wir wundern uns ein bisschen: Das Cap Formentor ist gerade mal 35

Kilometer entfernt, und, wie gesagt, Schnitt 21, Puls maximal 130. Aber was soll's. Nach fünf Kilometern kommen wir an eine Kreuzung. »Cap Formentor« steht auf einem Schild, das nach rechts weist. Brägel fährt links. »Ich kenne einen besseren Weg«, sagt er und sülzt in holperigem Englisch hinterher: »I know a special way, you know«, weil auch zwei Amis in der Gruppe sind.



Gleich danach beginnt die Straße zu steigen und erheblich schlechter zu werden. Die Pulsfrequenz von 130 ist nur noch bei 6 km/h zu halten. Kurz danach gar nicht mehr, was bei 15 Prozent Steigung auch nicht wundert. Brägel, Verzeihung, Kevin lächelt unsicher, fingert nach seiner Karte und stürzt, als er versucht, bei 5 km/h freihändig zu fahren. Hanni, die Krankenschwester, fällt über ihn, was ziemlich lustig aussieht. Sie bleiben ein wenig zu lange liegen. Susanne aus München ist es langweilig: »Geht's weiter oder was?«

Es geht weiter, nur weiß keiner, wohin. Auf Brägels »Generalkarte Spanien« ist Mallorca so groß wie ein

Daumennagel. Beim Versuch, auf einer Finca nach dem Weg zu fragen, wird er beinahe von zwei Dobermännern zerrissen. Später erfahren wir, dass dort ein mittelmäßig berühmter Zuhälter aus St. Pauli wohnt. Wir drehen um, kommen nach einer halben Stunde wieder an die Kreuzung und fahren dem Schild nach Pachtung Formentor. Nach drei Kilometern hat Susanne einen Platten. »Wir warten, bis du fertig bist«, sagt Brägel gönnerhaft, aber Susi jammert: »Ich kann das nicht.« Brägel auch nicht, weshalb er am Schlauch herumwurschtelt, bis wir ihm helfen.

Wir sind jetzt zwei Stunden unterwegs. Unseren Fatburning-Puls haben wir etwa fünf Minuten gehalten. Kurz danach beginnt es zu regnen. »Weiter«, bellt Brägel. Wir kommen an einem Restaurant vorbei, in dem die Rollergruppe aus unserem Camp (24er-Schnitt) eingekehrt ist. Allerdings sind die schon auf dem Rückweg. »Am Cap gibt's auch ein Cafe«, raunzt Brägel und fährt weiter. Am Cap gibt es eine Imbissbude, und die ist zu. Susi wird böse und beleidigt Brägel, der mit einem »Pedalschlampe, bucklige« kontert. Die Amis lachen, der Rest schweigt. Auf dem Heimweg versucht sich Kevin als Radlehrer, korrigiert Trittfrequenz und Sitzhöhen und erhellt uns mit Fachkommentaren wie: »Mehr über dem Lager sitzen«, oder »Ellenbogen tiefer bei Nasenatmung«. Uns reicht's. Es ist kalt, windig, und wir haben noch 25 Kilometer vor uns. Also setzen wir uns an die Spitze und treiben den Schnitt und den Puls hoch - schließlich hockt der Hund im Hotel und muss endlich Gassi. Wir fahren einen lockeren 30er, die anderen folgen erfreut, Brägel und die Krankenschwester müssen abreißen lassen. »Sehen wir uns heute abend, Kevin?«, flötet Hanni trotz 25 Ehejahren später im Radkeller. »Sure«, nuschelt Brägel und klappert mit den Augendeckeln. Leider kam es nicht zum Rendezvous. Die »Pedalschlampe« hatte sich

beschwert. Kevin wurde gefeuert und musste noch am Abend sein Zimmer räumen.

Am nächsten Tag ist er samt Hund nach Hause geflogen. Wir sind noch ein bisschen geblieben und haben uns in die Gruppe mit dem 26er-Schnitt eingetragen. Unser Guide heißt Lars, und er sagt, er sei aus Schweden. Schau'n mer mal.

# Kurz und Flach? Geschenkt!

*Was Radfahrer so alles sagen,  
und was sie damit wirklich meinen:  
Ein kleiner Kurs fürs Überleben auf zwei Rädern*



»Gaaaanz ruhig bleiben«, ölt Brägel und kratzt sich die frisch rasierte Wade, »mach' dir doch nicht ins Hemd. Wir fahren kurz und flach, und der Schwächste macht das Tempo.« Danach setzt er ein derart hundsgemein souveränes Lächeln auf, dass jedem Idioten sofort klar wird, dass er mit dem Schwächsten nur mich meinen kann. Da schau her, Brägel hat offenbar gewaltige Frühform. Wenn ich jetzt mitfahre, senkt mir der Kerl eine Tonne Blei in die Schuhe. Aber darum geht es gar nicht, man muss auch mal verlieren können. Viel gemeiner ist die Sprache. Wer Sprüche mit »kurz und flach« auch noch glaubt, den holt später der Teufel, das ist sicher. Verbale Stellungnahmen von Hobbyradlern sind nämlich ungefähr so wahrheitsgetreu wie die von Berufspolitikern. Eine Trainingsrunde unter zwei Stunden und ohne

Steigungen ist genauso wahrscheinlich wie die Annahme, dass der liebe Herr Schäuble den Waffenhändler mit dem Koffer für einen Finanzbeamten mit einer Steuerrückerstattung gehalten hat. In Brägels speziellem Fall war »kurz und flach« übrigens 90 Kilometer über Mallorca, mit dem Anstieg nach Soller und einem Abstecher nach Valldemossa. Extrem flach und ziemlich kurz, stimmt schon. Einer, den Brägel erfolgreich überredet hat, saß am Abend ziemlich grau überm Spaghetti teuer. Opfer der verbalen Radlerkeule. Damit Sie nicht auch solche leidvollen Erfahrungen machen müssen, erklären wir Ihnen den Unterschied zwischen Äußerungen Rad fahrender Menschen und ihrem tatsächlichen Handeln. Und das ist ein gewaltiger, das können Sie glauben. »Kurz und flach« ist dabei das Paradebeispiel. Wer tatsächlich piano rollen will, sagt nämlich in aller Regel gar nichts. Gut trainierte Hobbyrennerversuchen Sie dagegen mit »kurz und flach« zunächst aufs Rad und an der ersten Steigung ins Verderben zu locken. Sie können den wahren Inhalt der Aussage aber am Blick erkennen. Wer kurz und flach sagt und dabei lächelt, der meint das Gegenteil. Wenn Sie darauf hereinfallen, erleben Sie am ersten Anstieg die nächste Schweinerei. »Lass' dir ruhig Zeit, wir warten oben«, heißt es dann gönnerhaft. Aber auch das ist nur die halbe Wahrheit. Neulich bin ich mit so einer Horde gefahren und plötzlich kam Brägel (wirklich erstaunliche Frühform) mir wieder entgegen und erkundigte sich mit grauenhafter Fürsorge, ob denn wirklich alles in Ordnung sei, mit dem Puls und so und überhaupt. Das ist dann die Höchststrafe. Und »oben warten« heißt in Wahrheit, dass die Meute mit genervtem Blick am Straßenrand steht. Manche gähnen demonstrativ, andere tun so, als stünden sie schon vier Stunden dort. Mindestens. Und wenn du schließlich halbtot angekeucht kommst, schwingen sie

sich in der gleichen Sekunde wieder in den Sattel. »Weiter, wir werden sonst kalt«, heißt es. Das stimmt ausnahmsweise, aber mir kocht die Birne und der Pulsmesser jault. Mit Warten hat das nun gar nichts zu tun.

Unten dann die nächste Lüge. »Häng' dich hinten rein, wir nehmen dich mit«, heißt es. Hier die Übersetzung: »Jetzt fahren wir dich vollends aus den Schuhen, du Schattenparker. Wir drücken immer schön den dicken Gang, genau einen Zacken härter, als du Weichei es verträgst.« »Geht's denn mit dem Tempo?«, nervt Brägel (der muss übrigens gedopt sein, jede Wette). »Nein«, japse ich, »es ist ein bisschen zu schnell.« Die Reaktion: nullkommanull. Überhaupt nix passiert, der Zug donnert weiter auf den nächsten Anstieg zu, keine Chance, den Puls in den aeroben Bereich zu drücken. Aber das soll auch genau so sein. Kurz und flach ins Verderben.

Die verbale Trickserei setzt sich im Radladen fort. Immer wieder gerne genommen werden die Bezeichnungen »geschenkt«, »fast geschenkt« oder »echt geschenkt«; insbesondere gegenüber nicht-radelnden Lebenspartnern in Gütergemeinschaft. Brägels echt geschenkte neue Magnesium-Pedale haben 356 Mark gekostet, der Alurahmen fürs Zweitrad war für 1.998 Märker natürlich »fast geschenkt«. Ich wollte auch so ein Ding und habe leider erst beim Zahlen bemerkt, dass geschenkt wohl ein kleines bisschen billiger gewesen wäre. Jetzt habe ich Madame zu erklären, warum ein bisschen Nichts, das kaum mehr wiegt als ein gemischter Salat für zwei Personen, genau so viel kostet wie eine Woche Skiturz im Viersterne-Hotel. Den habe ich nämlich mit Blick auf die Finanzen abgelehnt.

Auch bei Trainingsleistungen wird gelogen, dass sich die Speichen biegen. »Ich habe in diesem Jahr noch nichts trainiert«, steht für mindestens 1.000 Kilometer

bis Ende März. Ein »klein wenig Training« deutet auf 1.500 bis 2.000 Kilometer hin. Auffällig ist auch, dass Radfahrer vor Beginn einer gemeinsamen Trainingsfahrt grundsätzlich sterbenskrank sind oder es gerade waren. Wobei sich die Heftigkeit der Krankheit umgekehrt proportional zur eigenen Leistung verhält. Wer nichts draufhat, wurde noch bis vorgestern von einem unbekannten Virus aus der afrikanischen Graswurzelsteppe malträtiert, der ältere Menschen oder Kinder mit hoher Wahrscheinlichkeit das Leben gekostet hätte. Deshalb sei es sowieso ein Wunder, dass man überhaupt auf dem Sattel sitzen könne. Gut kommt auch eine rätselhafte Autoimmunerkrankung, die noch nicht exakt diagnostiziert werden konnte, aber einen furchtbar quält. Meist handelt es sich dabei schlicht um einen Schnupfen. Seltsamerweise jammert Brägel nicht; und er ist verdammt gut in Form. »Na, Alter, hast wohl schon 'ne Menge trainiert?«, frage ich. Die Antwort ist klar: »Nein, so gut wie nicht, höchstens 100 Kilometer bisher und ein-, zweimal Hometrainer.« Geschenkt.

# Dem Ende nah

*Es ist so weit: Brägel steht ein runder Geburtstag  
bevor — der endgültige Abschied vom Leben als  
junger Mann. Ist jetzt alles aus?  
Oder kommt doch noch was?*

Zu Beginn des Desasters kam ein Brief von der Krankenkasse. »Sehr geehrter Herr Brägel«, stand da, »anlässlich Ihres 40. Geburtstages erlauben wir uns, Sie höflichst auf die kostenlose urologische Vorsorgeuntersuchung hinzuweisen.« Brägel war fassungslos, weil er kein Wort verstand. Ich habe ihm erklärt, dass er sich künftig kostenlos einmal im Jahr die Prostata befin dern lassen darf. Als ich ihm dann auch noch blumig beschrieben habe, wie das genau geht und dass der Test unmittelbar mit seinem fortgeschrittenen Alter zusammenhängt, wurde der Nachbar sehr traurig. »Warum heißt das dann, dass jetzt die besten Jahre kommen?«, jammert er. »Weil du jetzt am besten mit dem Radfahren aufhören solltest«, entgegne ich, »schließlich bist du bald, statistisch betrachtet, näher am Verfallsdatum als an der Geburt. Also, Alter, schone dich.« Das war natürlich völliger Blödsinn und obendrein auch noch hundsgemein, aber genug, um Brägels einfaches Gemüt völlig zu verunsichern. Seither nimmt der Läpp seine Midlife-Crisis, obwohl er noch fast drei Monate 39 ist. Gestern Abend, bei der Skatrunde im Radclub, brach Brägel plötzlich in Tränen aus, nur weil einer



ein »Herz ohne Drei« ausgereizt und laut »Vierzig« in die Runde gebrüllt hat. Auch mein Einwand, dass ich diese Grenze schon seit geraumer Zeit überschritten hätte und trotzdem noch ein bisschen am Leben sei, tröstet ihn nicht. Brägel ist im tiefen Tal der Depression und kündigt mit brüchiger Stimme an, dass er sich vorne ein drittes Kettenblatt ans Rad montieren lässt. Das ist wiederum sehr vernünftig und hätte ihm schon vor Fünfjahren gut getan. Dass er sich gleichzeitig Stützräder bestellt hat, ist aber ein bösartiges Gerücht. Wir haben natürlich trotzdem gelacht. Aber ganz im Ernst — ein paar Dinge ändern sich schon, wenn der Vierer kommt. Man erholt sich langsamer, wird in seinen Flüchen gegenüber lästigen Autofahrern gnädiger, und man kann eine Trainingsfahrt nicht mehr ohne Folgen mit zwei Weizen ausklingen lassen, weil davon plötzlich die Wampe anfängt zu schwollen, was sie früher bei ähnlichen oder höheren Dosierungen nicht oder nur minimal getan hat. Dafür steigert sich das Hochgefühl, wenn ein Junger, also einer unter 40, abreißen lassen muss. Das passiert zwar zusehends seltener, aber wenn, dann kommt das

richtig gut. Kurzum — es besteht, außer bei dem urologischen Check, kein Grund zur Panik. Ich habe mir nach dem Vierziger ein Foto von Hubert Schwarz in den Radkeller gehängt, eine Kerze davor angezündet und die Waage verschenkt. Das musste reichen. Außerdem habe ich neulich erfahren, dass 2002 der Schweizer Beat Gfeller mit 57 Lenzen auf dem Buckel noch einmal das Race Across America packen will. Na also. Geht doch.

Wir haben Brägel zur Beruhigung ein Poster vorn alten Gilbert Duclos-Lassalle geschenkt, der mit 39 Jahren Paris-Roubaix gewonnen hat und mit 41 immer noch Profi war. Allerdings ohne Erfolg, der Schock sitzt doch zu tief. Brägel hat sich Ginseng-Präparate gekauft, eine Sterbeversicherung abgeschlossen und sich von seiner Freundin getrennt, weil er niemandem zur Last fallen will. Dazu hätte er freilich nach Grönland auswandern müssen, aber das ist ein anderes Thema. Nächste Woche will er sich alle Zähne ziehen lassen, weil er gelesen hat, dass Eiterherde im Gebiss alle möglichen Krankheiten auslösen können, und das besonders bei älteren Menschen. Als er neulich einen leichten Husten hatte, vermutete er fortgeschrittenen Lungenkrebs. Sein Training hat er völlig umgestellt. Brägel fährt jetzt mit einem Maximalpuls von 130, vermeidet jede Belastungsspitze, trinkt keinen Alkohol mehr und geht abends nach einem rituellen Kräutereinlauf um zehn Uhr ins Bett.

Aber es kommt noch schlimmer. Brägel hat sich einen Gel-Sattel auf die Sattelstütze geschraubt und einen geraden Lenker bestellt. Zudem schwänzt er immer häufiger den Männerabend im Radclub, weil er sich bei irgendeinem esoterischen Zirkel zu einem Wiedergeburts-Seminar angemeldet hat. Seine Midlife-Crisis nimmt jedenfalls bedenkliche Formen an, und als er neulich Blutreinigungstee ins Bidon gekippt hat,

war die Schmerzgrenze erreicht. Bei der nächsten Ausfahrt haben wir uns von Brägel am ersten Hügel abhängen lassen, aber er hat die Finte bemerkt und wieder mal geweint. »Ihr müsst mich nicht schonen, ich kann mit der Realität umgehen.« Wenn es denn nur so wäre. Eigentlich haben wir Brägel danach aufgegeben. Seine Dauerdepression ist auf jeden Fall unerträglich, und dabei steht sein Geburtstag doch erst noch bevor.

Die Wende kommt ein paar Wochen später bei der ersten ernsthaften RTF der Saison. Satte 138 Kilometer, ein paar kräftige Anstiege dazwischen, jedenfalls nichts für schwächelnde Psycho-Geronten. Brägel hat sich zu unserer Verwunderung angemeldet. Er rollt zwar auf seinem Gel-Sattel an, aber noch mit dem alten Lenker. Der Läpp hat einiges abgenommen. Seine Beine sind rasiert, die Stränge der Wadenmuskulatur seltsamerweise zu erkennen — dass das jemals vorher so war, daran kann sich keiner erinnern. Brägel fährt wie ein Diesel. Nicht besonders schnell, aber gleichmäßig. Auch am Berg. Der ganze Ginseng-, Einlauf-, und Pulsmüll zeigt offensichtlich Wirkung. Am letzten Anstieg lässt Brägel uns einfach stehen, nimmt uns eine Viertelstunde ab. Im Ziel wünsche ich ihm eine Wiedergeburt als Gel-Sattel und will einfach nur wissen: Was zum Teufel ist in den vergangenen vier Wochen passiert? »Nicht viel«, sagt Brägel, »aber nach dem Besuch beim Urologen habe ich beschlossen, dass ich das nie mehr brauche und ich deshalb ab sofort mein Alter ignoriere.« Danach öffnet er ein Weizen — und lacht.

# Familienbande

*Rennradfahren ist ein schönes Hobby —  
und damit die Familie das auch versteht,  
empfiehlt es sich, einmal im Jahr mit den Lieben  
einen gemeinsamen Ausflug zu unternehmen...*

Der Mai soll ja angeblich ein Wonnemonat sein. Alles neu, alles prima und so. Alles Schmarrn, mit Verlaub. Genaugenommen ist für uns Rennradler dieser Monat der blanke Horror, was ausschließlich daran liegt, dass das Wetter wieder allgemein erträglich wird und auch weniger sportive Menschen wieder in den Sattel steigen, um mit ihren Trekkingrädern die schönsten Rennrad-Strecken zu blockieren.

Neulich hat mich mein Nachbar Brägel überredet, mit ihm eine flotte Runde zu drehen, was natürlich nur die halbe Wahrheit war, denn Brägel ist nicht mehr Single. Im Winter hat er sich eine junge Dame mit zwei Kindern geangelt, ein Familienmagazin abonniert und sich mit seiner Neuen zu Volkshochschulkursen in chinesischer Medizin und anthroposophischer Kindererziehung (oder war es umgekehrt?) angemeldet. Kurzum: Der Läpp übertreibt wie immer maßlos und quält die hilflosen Kinder mit ausgewogener Ernährung, original unlackiertem Holzspielzeug und Unterhosen aus Naturfasern. Die sind zwar möglicherweise gesund, kratzen aber wie wild. Und jetzt fahren sie auch noch gemeinsam Rad, und das auch noch mit mir.

So eine Familienfahrt beginnt um 9.30 Uhr vor Brägels Garage. »Moin«, nuschelt er. So richtig sprechen kann der Kerl seit Tagen nicht mehr, weil er sich auf Anraten seiner Neuen alle Amalgamplomben hat rausreißen lassen. Ansonsten wirkt er rein optisch

ein wenig mickrig, was wohl auf seine Diät mit biologisch-dramatischem Apfelmus zurückzuführen ist. Aber sonst ist er eisern, wie immer: original Mercatone-Uno-Trikot, Pantani-Tuch, Neun-fach-Campagnolo und frisch rasierte Beine. Die hat er sich extra mit einem Öl aus dem Bioladen eingerieben, das irgendwie nach



modrigem Keller riecht und Pickel macht. Seine Flamme sitzt in einer Jogginghose auf einem Hollandrad mit Jutesattel und hat ein schon etwas verblichenes T-Shirt mit der Aufschrift »Kaffee aus Nicaragua« an. Wir werden einander vorgestellt, - wobei die beiden Kinder (sieben und neun Jahre alt, Buben) brüllend ihre Puky-Räder fallen lassen und mir gegen die Schienbeine treten. Wahrscheinlich kratzen ihre Unterhosen. »Sie mögen dich«, sagt Brägel. Na bravo, auch das noch.

Los geht's. Wir rollen auf einem Radweg, was schon deswegen keine gute Idee ist, weil im Mai noch der

Wintersplit rumliegt und Brägel seine nagelneuen Rennpneus (ultradünn) aufgezogen hat. Mein Computer zeigt 14 km/h im Schnitt, bei Puls 92; tolles Training. Nach zwei Kilometern hat Brägel den ersten Platten, nach vier quengeln die Kinder und bei Frau Nicaragua klebt schon das T-Shirt. »Man muss«, sagt Brägel, »man muss auch mal piano fahren können.« Ausgerechnet er, der sonst bei jedem Hügel zum Kampf ums Bergtrikot aufruft und erst aufgibt, wenn sein Pulsmesser bei 195 zu piepen beginnt.

Also gut, nach 7,2 Kilometern machen wir Pause in einer Gartenwirtschaft. Für die Leute sind wir eine echte Attraktion: Zwei erwachsene Männer mit Angeber-Sonnenbrillen, die wie Störche mit Klack-Klack-Schritten Richtung Theke humpeln, verfolgt von quengelnden Bengeln, die genug von politisch korrektem Karotteneis haben und ein Cola wollen. Ich will mir ein Weißbier genehmigen, weil es mit dem Training sowieso nichts mehr wird. Ich komme aber nicht dazu, weil ein Pukyrad einen Platten hat. Und Brägel kann nicht helfen, weil er seine Herzdamen mit einer Fußreflexzonenmassage reanimieren muss. Die Dame stöhnt wie Meg Ryan in dem Film »Harry und Sally«. Wie gesagt, für die Leute im Biergarten sind wir die Attraktion. Nach dem Flicken des Reifens das nächste Problem. Brägels Luftpumpe passt natürlich nicht auf das dicke Kinderradventil und die junge Frau höhnt über unser alltagsuntaugliches High-Tech-Geraffel. Ich klemme mir das Rad unter den Arm, rase zur nächsten Tankstelle (Schnitt einhändig 28, Puls 165) und habe am Ende wenigstens neun Kilometer trainiert. Nach drei Stunden Pause Aufbruch zur Heimfahrt, »mit einem kleinen Umweg, damit es sich wenigstens ein bisschen lohnt«, wie Brägel mir zuflüstert. Ein grober Fehler, denn auf Brägels Tour stellt sich uns plötzlich ein Hügel in den Weg. Etwa einen Kilometer lang, mit zwei Prozent Steigung.

Höchstens. Die Kinder schmeißen nach 100 Metern brüllend die Räder in den Straßengraben und Brägel bekommt einen pädagogischen Vortrag, weil er »Mistkerle, verzogene« gebrüllt hat. Wie durch ein Wunder kommen wir aber doch noch nach Hause. Sechseinhalb Stunden hat es gedauert, dabei sind wir 26 Kilometer (neun davon zur Tankstelle) mit einem Schnitt von insgesamt 18,4 gefahren. Auf den letzten zwei Kilometern hat uns eine Gruppe Rennradler überholt. Sehnsüchtig haben wir den Pedaleuren nachgeguckt. Runder Tritt, Puls 140, eine schöne Reihe. Wir eiern hinterher, mit dem kleinen Blatt und ohne Puls. »Wir könnten«, jault Brägel, »wir könnten nächsten Sonntag ja noch einmal alle zusammen mit normalen Rädern fahren. Ich hab' noch ein altes Dreigang mit Gepäckträger und Ständer im Keller.« Ich nicht, zum Glück.

# Handymanie

*Immer erreichbar, alles dabei: Jetzt beginnt auch unter Radfahrern die Handymanie zu grassieren.*

*Damit ist das letzte freie Plätzchen in der Trikottasche auch noch besetzt...*

tüteltüteltüt — tüteltüteltüt - tütel.... »Ja, ach du, hallo Mausi... ja, es ist sehr schön, aber du, es geht bergauf, ich kann gerade nicht ... ja, so in einer Stunde bin ich zu Hause ... doch, ganz sicher, bis dann.« Tja: Es war dann doch wohl nur eine Frage der Zeit, bis die Handymanie auch auf Radfahrer übergreifen konnte. Zugegeben, wenn man sich die Dinger genau anguckt, könnte man glatt meinen, die kleinen Folterknechte seien exakt so gebaut worden, damit sie problemlos in die Trikottasche passen — aber müssen deshalb D-Netz-Diddi und E-Plus-Edgar jetzt auch noch im Sattel erreichbar sein?

Genaugenommen ist es ein Graus für alle Mitradler. Dauernd wird einer angepiepst, weil zu Hause das Karnickel ein Stromkabel durchgebissen hat, oder die Gattin den Autoschlüssel nicht findet. Jedenfalls klingelt es meistens wegen gar nix und immer dann, wenn es bergauf geht. Unser Handyman betont natürlich mit äußerst wichtiger Miene, er hätte das Ding ja nur dabei, falls ein wichtiger Kunde (wahlweise: Klient, Patient, Staatsmann oder Künstler) anruft. Das passiert allerdings nie.

Ganz abgesehen davon: Wirklich wichtige Leute müssen nicht ständig erreichbar sein - die haben eine Sekretärin. In diesem Punkt stimmt sogar einmal Nachbar Brägel zu. Selbstverständlich ist der Läpp komplett ausgerüstet und tüttelt den ganzen Tag im C-, D- und E-Netz herum. Aber wenn es auf die Piste

geht, schaltet er doch lieber die Mailbox ein. »Einmal brauch' ich auch Zeit für mich«, sagt er.



Soviele Einsicht ist lobenswert, gilt aber nur für das mobile Telefon. Ansonsten reiht er sich freudig in die Reihe der Zubehörradler ein, die Dinge mit sich herumschleppen, die nun wirklich kein Mensch braucht — zumindest kein Hobbyfahrer. Die Tasche links neben dem Handy beladen viele gerne mit diversen Energieriegeln. So ein kleines, klebriges Ding enthält soviele Kalorien, wie ein 75-Kilo-Mensch beim Anstieg zum Mont Ventoux verbraucht. Manche verschlingen drei davon auf 30 flachen Kilometern und wundern sich, warum ihnen dauernd schlecht ist und sie trotz eifriger Trainings kein Gramm abnehmen. Sehr beliebt ist auch der Vierfach-Flaschenhalter. Derart aufgerüstet, wird aus dem 6.000 Mark teuren Neun-Kilo-Rad schnell wieder ein hundsgewöhnlicher 22-

Pflinder, weil zwei Liter Powerdrink eben auch zwei Kilo wiegen. Dazu kommen dann noch zwei Tafeln Schokolade gegen den Hungerast und eine Banane zum Nachschub von Magnesium, damit die Wade nicht krampft. So ausgestattet geht es auf die 40-Kilometer-Abendrunde — bei einer Außentemperatur von zwölf Grad. Kurz vor der Heimkehr werden mindestens 1,5 Liter Restflüssigkeit in den Graben gekippt. Manchmal hat diese Entsorgung groteske Folgen. Die Feldhasen in unserem Dorf sind neulich die ganze Nacht wie bescheuert über den Acker gerast, weil sie Brägels weggekipptes Red Bull aufgeschlabbert haben. Ebenso beliebt ist auch das Mitführen von allerlei medizinischem Gerät. ABC-Pflaster, elastische Binden, Aspirin und kodeinhaltiger Hustensaft (Achtung: Doping) beulen die letzte noch freie Trikottasche aus. Mittlerweile wiegt der Bock locker 13 Kilo - aber wir sind noch nicht fertig. Hinterm Sattel prangt eine gewaltige Tasche mit allen möglichen Ersatzteilen: vier Faltschlüche, ein bleischwerer Abzieher nebst Reservezahnkranz fürs Hochgebirge. Ein Bremszug und zwei Speichen nebst Schlüssel komplettieren die Ausrüstung.

Mittlerweile sind fast 15 Kilo erreicht, aber offensichtlich muss das so sein. Es lebe das Zubehör, auch wenn es keiner braucht. Unsereins fährt allerdings lieber mit so gut wie nix durch die Gegend. Eine Trinkflasche reicht, dazu noch zehn Märker, einen Schlauch und eine Telefonkarte — mehr Ballast muss nicht sein. Bei größeren Pannen können ja die Materialfahrer helfen. Und die tun das auch gerne. Endlich einmal eine Gelegenheit, die ganze Palette auszupacken. Und da sie auch noch das nötige Werkzeug und Wissen haben, dürfen sie die Reparatur auch gleich selber machen. Unsereins probiert so lange mal alle Energiedrinks aus, isst drei bis vier Bananen und zwei Energieriegel.

Und dann noch ein bisschen mit dem Handy spielen.  
»Hallo, ich bin es. Ich habe da eine kleine Panne und  
komme ein bisschen später nach Hause. Bis dann.«  
Manchmal hat so ein Handy auch Vorteile — vor  
allem, wenn es einem nicht gehört.

# Konzentration aufs Wesentliche

*Die Stars machen es vor: Man kann nicht das ganze Jahr über in Bestform sein. Jeder braucht seinen Saisonhöhepunkt...*

Zu meiner großen Freude kommt Brägel zur Zeit ziemlich bleich daher. »Na, Alter, was ist? Hast du Grippe, oder ist deine neue Flamme doch wieder mit einem anderen abgezwitschert?« Eigentlich müsste er nach so einer Ansprache am Montagmorgen aus der Haut fahren. Wenigstens ein kleines bisschen. Statt dessen nimmt mich der Läpp mit Leidensmiene zur Seite. »Pass gut auf«, flüstert er. Und dann geht es los. Von wegen Grippe. Er habe sich beim Italiener durch eine mit alter Sahne verhunzte Lasagne eine Schädigung seiner empfindlichen Darmflora zugezogen (Durchfall). Das wiederum hatte eine katastrophale Störung seines Trainings zur Folge. Besonders, weil auch noch eine hartnäckige bakterielle Infektion der oberen Atemwege (Husten) dazukam. Zudem plagen ihn eine Einblutung in die unteren Hautschichten am linken Oberschenkel (blauer Fleck nach Kontakt mit der Schreibtischkante) und eine chronische Entzündung in der Mundhöhle (Zahnfleischbluten nach Biss in einen grünen Apfel). »Von wegen ein bisschen blass; ich bin am Ende«, nuschelt der Nachbar. Das mag ja sein, seine weinerliche Art ist aber doch ziemlich neu. Zumaldest, wenn er noch nicht einmal im Sattel sitzt. Also bohre ich ein bisschen nach, bis er endlich mit dem Grund seiner Leiden



rüberkommt. Brägel hat ein Buch der »Arbeitsgemeinschaft Radsportärzte in Deutschland« (ARD) gelesen. Der Titel: »Jan Ullrich — in 100 Tagen vom Totenlager zum Toursieg«. Das hat ihn schwer beeindruckt und mit zwei Erkenntnissen zurückgelassen. Erstens: Jeder sportive Mensch ist im Prinzip dermaßen krank, dass er sekündlich mit seinem Ende rechnen muss. Zweitens: Radsport auf höchstem Niveau ist nur dann möglich, wenn man maximal einmal im Jahr ernsthaft in die Pedale tritt. Für ihn heißt das: alle Konzentration gilt dem 18. Juli 1999, einem Sonntag. Da findet die RTF »Rund um Kleckersdorf« statt, und Brägel hat für die mittlere Strecke gemeldet. 90 Kilometer mit zwei Hügeln. So ein Schmarrn. Der Kerl weiß genau, dass wir jedes Jahr Kleckersdorf fahren, manchmal sogar die 135

Kilometer. Und er weiß auch, dass wir uns an diesem Tag wie jedes Jahr nachmittags auf meiner Terrasse zur Übertragung der Touretappe treffen werden. Den Hinweis kontiert er freilich gnadenlos. »Du willst ja auch nur mitfahren. Ich will alles, ich will den Sieg.« Und deswegen ist er jetzt sterbenskrank. Weil ja auch der Ullrich immer erst zu dick und dann zu schwächlich daherkommt, kopiert Brägel gnadenlos das südbadische Erfolgsmodell, was ihm beim Gewicht sowieso nicht schwerfällt. Und den ganzen Krankenzirkus macht er nur, um mich an einem lächerlichen Fünfprozenter abzuhängen; was ihm im übrigen nicht gelingen wird. Ganz sicher nicht.

Der Wahnsinnige konsultiert jetzt einen Sportmediziner, einen Ernährungsberater, einen Physiotherapeuten, einen Akupunkteur, vier Geistheiler, eine spiritistische »Gnade« und einen Guru aus der Schweiz, der gut gegen Blähungen sein soll und 500 Mark pro Sitzung kassiert. Dienstag abends geht er zudem in ein Re-birthing-Seminar. Brägel glaubt ganz fest daran, dass er die Wiedergeburt von Fausto Coppi sei. Das ist natürlich völliger Blödsinn, weil der Nachbar schon gelebt hat, als Coppi noch gar nicht tot -war. Außerdem ist der Italiener nie von Lasagne krank geworden. Capito? »Dann war ich eben Eddy Merckx«, grollt er. Himmel, hilf; am Ende einigen wir uns darauf, dass er früher vielleicht einmal als Josef Fischer unterwegs war. Nein, nicht unser Außenminister. Fischer hat 1896 die erste Auflage von Paris-Roubaix gewonnen und müsste damit 1999 eigentlich für eine Wiedergeburt zur Verfügung stehen. Aber auch das ist unwahrscheinlich, schließlich haben die Jungs damals nicht so geschwächtelt.

Brägel hat jetzt erst einmal alle RTF-Termine bis Mitte Juni abgesagt. Er will mit seiner Entourage im warmen Süden trainieren und sich zum ersten Mal Mitte Juni

über 60 Kilometer bei einer 200-Kilometer-Touristikfahrt in der Emilia Romagna ausbelasten. »Bei der ersten Verpflegung gehe ich aber raus«, sagt er. Wenn das der alte Fischer hören könnte.

Auch das Training hat er radikal umgestellt. Brägel radelt mit vorgeschnalltem Pollenfilter und trinkt vorher zwei Liter Blutreinigungstee. Auch das ist von Ullrich im übrigen nicht bekannt, ebenso wenig wie der tägliche Einlauf mit Bachblütenextrakt. Für die Zeit nach dem 18. Juli hat Brägel eine Serie kleinerer RTFs (so um die 40 Kilometer) eingeplant. »Und einige Pressetermine«, erklärt er. Sollen wir ihm wirklich sagen, dass die örtliche Zeitung seit Wochen stöhnend seine Faxe in den Papierkorb wirft? Besser nicht, er ist schon bleich genug. Außerdem wird ihn die Erkenntnis hart treffen, dass es bei der Kleckersdorfer RTF gar keine Zeitmessung gibt. Zumindest nicht bei der mittleren Runde. Aber, wie gesagt, er hat sowieso keine Chance, auch gesund nicht. Doch dass er im Moment so blass ist, macht einem schon Sorgen. So sieht Jan Ullrich nicht mal im Dezember nach einer Woche Vollgas-Fete aus. Vor einigen Jahren gab es ja einmal einen Dopingverdacht gegen Brägel. Er soll mit Eigenurin experimentiert haben. Es ist zwar (leider) nicht bewiesen worden, aber eines ist auch klar: Nie wieder ein Schluck aus seinem Bidon. Am Ende wird man davon noch krank.

# *Alles sauber?*

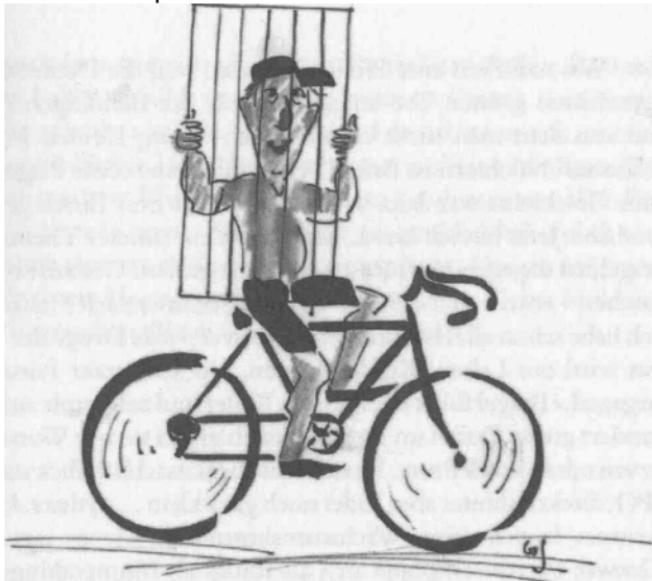
*Vorsicht, Radsport! Heutzutage müssen nicht mehr nur die Rennfahrer auf der Hut vor Doping-Kontrollen und Polizeiverhören sein.  
Auch der ganz normale Radsport-Fan sollte gut vorbereitet zur Tour de France reisen ...*

Es gibt wirklich erstaunliche Dinge auf diesem Planeten. Erdbeeren im Januar, Filme mit Pamela Andersen, grünen Schleim, der nirgends anklebt und die beste Shimano-Gruppe im Alukoffer (mit Uhr). Alles prima, aber das erstaunlichste Ereignis überhaupt, sorry, Pamela, ist die Tour de France. 21 Tage Vollgas rund um Fronkreich, Bergetappen, Zeitfahren; einfach grandios. Und jetzt kommt noch eine neue Wertung dazu: Knastfrei. Die Mannschaft, die alle neun Fahrer auf freiem Fuß nach Paris bringt, bekommt das graublaue Gittertrikot (gesponsert vom Weltverband der pharmazeutischen Industrie) und dazu eine Million Francs für den besten Mannschaftsarzt. Während der Tour gibt es pharmazeutische Tageswertungen, die allerdings erst am Abend nach 23 Uhr veröffentlicht werden können, wenn im Knast »Licht aus« befohlen wird. Nach 21 Tagen werden in Paris auch die Gendarmen mit der höchsten Arrestierungsrate geehrt.

Übertrieben? Wissen wir nicht, nur Brägel ist sich wieder ganz sicher, dass die Franzosen auch in diesem Juli die ganz harte Nummer schieben werden. Und jetzt hat er ein Problem.

Eigentlich möchte er wie in jedem Jahr zum Galibier. Er hat aber Angst, dass ihn die Gendarmerie schon an der Grenze in die Zelle packt—dabei ist Doping mit Bachblüten-Extrakt und Eigenurin nicht strafbar. Und

was anderes nimmt der Nachbar nicht ein - sagt er wenigstens. Mal abgesehen davon, dass ich auch keinen in mein Land lassen würde, der sich in die Trinkflasche pinkelt...



Trotzdem sollte der Fan gewappnet sein. Vor dem Grenzübertritt empfiehlt es sich, Pillen, egal von wem und gegen was, zu entfernen, Festina-Trikots gegen normale T-Shirts zu tauschen und einen entspannten, nüchternen Eindruck zu vermitteln.

Mich interessiert jetzt aber schon noch die Frage, warum, um Himmels Willen, Brägel derart Angst vor der französischen Polizei hat. Also habe ich ihn bei seiner neuen Flamme aufgesucht und verhört. Was natürlich eine Höllenqual war, weil die Dame wieder irgendeinen grünen Tee aufgetischt hat, der Blähungen macht und von dem man nicht einmal einen winzig kleinen Rausch bekommt. Nüchtern ist Brägel bekanntlich eine echte Plage, aber seine Geschichte war dann so absurd, dass ich drei Tassen

getrunken habe. Jetzt bin ich krank, aber das ist ein anderes Thema. Brägel hat dagegen beschlossen, im ganz großen Geschäft mitzumischen — er will als Doping-Dealer im Sommer nach Frankreich. »Ich habe schon alles beisammen«, jubelt er, »jede Droge der Welt. Das wird ein Leben. Kohle, Frauen, ein schwarzer Porsche — megageil.« Brägel führt mich in den Keller und zeigt stolz auf etwa hundert große Dosen im Regal. Aussehen tun sie wie Wurstkonserven oder Hundefutter. Draufsicht aber tatsächlich dick und fett EPO, direkt dahinter aber leider noch ganz klein .. .xytharz. Direkt darunter lagern seine Wachstumshormone, wie er sagt. Der »Growth Factor« entpuppt sich allerdings als Blumendünger aus Vogelmist, was man sich nun wirklich nicht spritzen sollte, nicht mal als Radprofi. Die Päckchen mit Oral – Turinabol - Tabletten hat er angeblich aus einem Hamburger Pornoversand. Über die genaue Zusammensetzung muss ich leider schweigen, das glaubt sowieso kein Mensch. »Aber das hier, das ist wirklich der Hammer«, jault er, »synthetischer Blutersatzstoff, die Höllendroge.« Fragt sich nur, für wen? Brägel hat vier Flaschen »Südtiroler Bauernblut« gekauft, ein ziemlich pappiger Rotwein, den man normalerweise unliebsamen Gästen gibt, damit sie schneller gehen. Fürs Doping taugt das Zeug aber sicher nicht, man kann sich damit höchstens einen massiven Leberschaden holen.

Wieder nix, Herr Nachbar. Der Mann ist jetzt natürlich völlig am Boden zerstört. Es hätte alles so schön sein können. Als neuer Dr. Mabuse die Szene aufmischen und gespannt sein, ob auch mal der Herr Pantani anruft. Jetzt kann er wieder nur zu Hause vor der Glotze sitzen.

Und nachdem wir eine der üblichen Zwei-Liter-Pullen Rotwein gekippt haben, erzählt er auch den wahren Grund. Seine neue Flamme geht ihm auf die Nerven.

Und da dachte er sich, so zwei Wochen U-Haft in Lilie würden einiges von alleine erledigen. Das lässt sich machen: Wir werden Brägel am 2. Juli in einem VW-Bus über die Grenze jagen. Festina-Jacke an, im Handschuhfach vier Schachteln Aspirin und zwei Calciumspritzen. Das reicht garantiert für einen Abgang in Handschellen und eine kleine Meldung in der Tagesschau. Noch vor Pamela Anderson.

# Wallfahrt

*Berg der Leiden, Schicksalsberg, Scharfrichter der Tour - der Mont Ventoux beflügelt seit Generationen die Fantasie der Radsport-Fans.*

Und besonders die eines allseits bekannten Freizeitsportlers, der wieder aufgetaucht ist...

Endlich, ich dachte schon der Mann ist tot, hat geheiratet oder am Ende beides. Weder noch, neulich ist Brägel wieder aufgetaucht. Morgens beim Bäcker stand er plötzlich neben mir, in einem schwarzen Trainingsanzug der Größe XXL und ziemlich mopsig im Gesicht. Kein Vergleich mehr zum Trainingslager im Februar auf Mallorca, wo er verdächtig gut in Form -war. »Ich habe ein Jan-Ullrich-Problem«, jammert er und bestellt vier Mohnschnitten, zwei Quarktaschen, zwei Stück Schwarzwälder-Kirsch-Torte und zwei Brötchen. »Zum Frühstück«, sagt er. Für wie viel Personen, frage ich, und Brägel zeigt mir lächelnd zwei Finger. »Weißt du, ich und meine neue Flamme, wir bereiten uns auf die Tour de France vor.«

Allmächtiger! Ich nehme den Kerl beiseite und erkläre ihm knapp, dass Ullrich nicht deswegen zugenommen hat, weil er die Tour gewinnen will. Das Gegenteil sei der Fall, der Profi zudem auf Diät und eine neue Freundin habe er auch nicht. Ganz nebenbei - Brägel wiegt schon im Normalzustand 85 Kilo, was mehr ist, als ein Jan Ullrich im Winter. Und im Moment liegt der Läpp garantiert über 100. Dafür scheint wenigstens seine neue Freundin netter zu sein als die letzte, bei der er immer Buchweizengrütze und esoterischen Magerquark aus kontrollierten Kühen (oder so ähnlich) essen musste. Dafür war er damals verdammt schnell mit dem Rad unterwegs. Keine Frage — die Neue ist

mir jetzt schon sehr sympathisch, aber wahrscheinlich blind oder ein kleines bisschen seltsam veranlagt.

Aber es hilft ja nichts. Brägel will zur Tour, er hat schon frei genommen und sich die Etappe von Carpentras auf den Mont Ventoux ausgesucht. »Der Gnadenberg der Tour«, jault er, »den bezwingen wir.« Ich erkläre ihm, dass es gnadenlos heißt und dass der Ventoux für ihn garantiert zur Grabstätte wird, wenn er mit seinem Mohnschnitten-Kessel hoch fahren will. Zur Sicherheit verabreden wir deshalb einen Testlauf und fahren für ein verlängertes Wochenende zum Training ins Vaucluse. Das machen die Profis schließlich auch so auf ihrem Weg zur Tour. Brägel bekommt vorher zwei Wochen Diät, die Freundin ein Kochverbot und sein Velo vorne einen Dreifach-Kranz. Dazu kommt noch ein Stapel neuer Trikots. Zur Vorsicht packen wir noch einen Satz Laufräder extra ein — man weiß ja nie. Also, auf zum Ventoux. Die Tour hat am 14. Juli Bergankunft auf dem knapp 2.000 Meter hohen Steinbrocken. 1.600 Meter Höhenunterschied sind zu knacken, 21 Kilometer bergauf. »Vive le tour, vive le velo, vive la France«, bellt Brägel und rast los. Er hat sich die Seite von Bedoin her ausgesucht. Wie jeder weiß, ist das die schwerere. Der Kerl rammt in die Pedale, als wolle er einen 30er-Schnitt zum Gipfel fahren. Es läuft auch gut. Was Brägel nicht weiß - die ersten sieben Kilometer geht's noch ziemlich moderat aufwärts und es hat Rückenwind. Und zwar mächtig. Vierzehn Kilometer vor dem Gipfel biegt die Straße links in den Wald. Es wird steil. Brägel brüllt »Heia, Pantaniiii«, geht aus dem Sattel und rast weiter. Ziemlich genau 165 Meter, dann kracht die Kette erbärmlich, weil er vorne zwei Blätter auf einmal runterschaltet. Willkommen am Ventoux.

800 Meter weiter nähert sich Brägels Gesichtsfarbe den Lavendelfeldern an, er japst, reißt am Lenker, tritt wie ein Hamster im Rädchen und fällt trotzdem

beinahe um. Noch 13 Kilometer. Eine Bergläuferin joggt fröhlich lächelnd an uns vorbei: »C'est dur, hein?« Brägel stöhnt: »Die meint dich, ich bin nicht dürr«, und tritt weiter. Ich versuche ihn ein bisschen zu motivieren. »Denk an Tom Simpson«, rufe ich ihm zu, »der ist hier gestorben. Allerdings viel weiter oben.« Zugegeben, auch nicht wirklich lustig. Brägel fließt fast aus seinem Keime-Trikot, aber er gibt nicht auf. »EPO«, röchelt er, »gebt mir EPO«. Sollen wir ihm sagen, dass das jetzt auch nichts mehr bringt? Ist aber auch ein echter Kotzbrocken, dieser Ventoux. Immer mindestens zehn Prozent und jetzt, sechs Kilometer vor dem Gipfel, auch kein Schatten mehr.

Am Chateau Renard sieht Brägel aus wie der Tod auf Rädern. Mindestens. Er fährt Schlangenlinien, von Straßenrand zu Straßenrand. Plötzlich sieht er eine Glasscherbe in der Sonne blitzen. Schnell drüberfahren, ein bisschen am Lenker drücken — peng, der Reifen platzt. Brägel strahlt: »So ein Mist, eine Panne! Ehrlich, ich wäre durchgefahren, es fing gerade an zu laufen, ich hätte dich noch locker eingeholt ...«, und so weiter, und so fort. Etwas unsicher steht er am Straßenrand, die Waden zittern, die Wampe vibriert leicht mit dem rasenden Puls.

Nach dem Reifenwechsel kriechen wir weiter. Brägel erreicht mit zwei weiteren Stopps den Gipfel. Am Simpson-Gedenkstein hat er geweint und seine Luftpumpe hinterlegt. Warum? »Ich weiß nicht, aber es ist so schön«, schluchzt er.

Endlich oben. Brägel reißt sich das Trikot vom Leib. Darunter trägt er ein weißes Unterhemd mit schwarzer Aufschrift: »No moun-tain too high, Clara«, hat der Idiot draufgeschrieben. Clara ist seine neue Freundin.



»Qu'est-ce que c'est?«, fragt die freundliche Bergläuferin, die schon seit einer Stunde da ist. Ich zeig' ihr den Vogel, dann auf Brägel. Sie nickt und strahlt. Abwärts. Brägel ist euphorisch und lässt es laufen. Keine Chance zum Mitfahren, der Mann ist einfach zu schwer und hat die angeborene Fähigkeit, bergab sein Gehirn vollends auszuschalten. In Bedoin hat er etwa vier Minuten Vorsprung. »Nicht der Gipfel ist wichtig«, sagt er, »es zählt nur, wer als Erster im Ziel ist.« Hoffentlich sehe ich ihn bei der Tour de France nicht wieder. Und seine Freundin soll ihn bekochen, bis er aus seinem XXL-Trikot platzt. Aber subito.

# Der Trittmaster

*Brägel entdeckt die wirre Welt des Internets und  
radelt lieber virtuell als auf der Straße.  
Das hat Folgen*

Das ganze Elend hatte damit begonnen, dass Brägel sein zitronengelbes Cabrio ausgemustert und sich einen Computer mit allen Schikanen gekauft hat. In erster Linie natürlich, um seiner neuen Flamme zu gefallen, die Rennrad fahren für die Freizeitbeschäftigung krankhaft geltungssüchtiger Machos hält und Cabrioten leiden kann wie Bauchweh. Zum anderen, weil er unbedingt die 8.000-Punkte-Marke im Moorhuhnschießen schaffen wollte und die Trainingszeit im Büro begrenzt war. Aus meiner Sicht war diese Entwicklung natürlich zu begrüßen, denn seit acht Wochen hämmert Brägel nur noch in die Tasten, lässt die Maus klicken und trainiert mangels Zeit und wegen der neuen Flamme viel zu wenig.

Seine Januarform ist jedenfalls völlig futsch, und neulich, bei der RTF über 90 Kilometer, ist er nach knapp 60 derart kaputt gegangen, dass ihn Fräulein Hildegard (die neue Flamme) mit Bachblütentee behandeln musste. Normalerweise kuriert man finale Sattelschwächen mit ein oder zwei handlichen Dosen Weizenbier, mit EPO oder mit Cola, aber das ist ein anderes Thema. Und Bachblütentee passt irgendwie auch besser zum Sommer dieses Jahres als Weizenbier.

Brägel war seine Formkrise aber völlig wurscht, zumal er nach dem Tee einen ergänzenden Einlauf mit Kamille und Jasminhonig gerade noch abwenden konnte. »Weißt du«, sagt er, »ich fahre jetzt eh lieber virtuell.« Der Läpp hat sich irgendein Spiel auf die Festplatte geladen, mit dem man Etappen der Tour

nachspielen kann. Jetzt sitzt er im Gelben Trikot vor der Glotze und kachelt mit den Cursortasten wie Pantani hinauf nach L'Alpe d'Huez. Unterstützt wird die Hatz durch zwei Tüten Chips und einen Liter Cola, das schon klebrige Spuren auf dem Trikot hinterlassen hat. So viel zu den harmlosen Verfehlungen.

Dummerweise hat Brägel das Instrument der Suchmaschine entdeckt, weil er Yahoo zunächst für die Website von Anton aus Tirol gehalten hat. Brägel an der Suchmaschine — das ging, wie nicht anders zu erwarten, fürchterlich schief. Weil er sein ganz reales Velo gewichtsmäßig etwas reduzieren wollte, begab er sich auf die Suche nach leichteren Bauteilen für Vorbau und Sattelstütze. Dabei muss er begrifflich irgendeinen winzigen Fehler gemacht haben. Als Antwort erhielt er jedenfalls 13.829 Internet-Adressen, bei denen es nicht annähernd um Carbon, Alu oder ähnliches ging. Brägel war mittendrin im virtuellen Rotlichtviertel, saß drei Nächte mit wirrem Blick vor seinem Bildschirm, sabberte noch viel mehr und war am Ende um ein paar Mark ärmer. In zwei Wochen soll noch eine lebensgroße Silikonpuppe geliefert werden, wobei sich der Radklub jetzt schon fragt, wie er das Fräulein Hildegard erklären will.

Seiner PC-Begeisterung tat das aber keinen Abbruch. Brägel hat jetzt einen neuen Radcomputer mit PC-Schnittstelle und druckt damit nach jedem Training Kurven aus, die verdammt flach sind. Was an 32 Kilometern mit einem Schnitt von 25,6 statistisch interessant sein soll, bleibt sowieso sein Geheimnis. Seine durchschnittliche Wattzahl reicht jedenfalls nicht mal für eine halbwegs ordentliche Glühbirne. Außerdem nervt er die Gruppe gewaltig,



weil er jeden Mist, den er über Radsport finden kann, ausdrückt und mit dem ihm eigenen Sendungsbewusstsein am Stammtisch verteilt. Neulich hat er auf einer pharmakologischen Seite einen Testbericht über einen flüssigen, künstlichen Sauerstoffträger entdeckt, in dem man eine Maus eine Stunde lang versenkt hat. Das Tierchen hat hinterher immer noch gelebt. Weiß der Teufel, wie der Mann an so was kommt, aber er behauptet steif und fest, das Mittel sei die Dopingdroge der Zukunft. In diesem speziellen Fall könnte Brägel sogar ausnahmsweise Recht haben. Er will jedenfalls versuchen, sich ein paar Ampullen zu besorgen, um seine verlorene Januarform wieder zurückzuholen.

Zuvor denkt Brägel aber über eine eigene Website nach, Lance Armstrong habe schließlich auch eine, sagt er. Brägel worldwide. Unter der Rubrik »Mein sportliches Jahr« will er Berichte über all seine RTFs einstellen. Er hat schon mal geübt und seinen

heldenhaften Kampf bei der RTF »Rund um das Salzlangenstetter Ries« aufgeschrieben. Überschrift: »Ich •wollte gewinnen, aber an diesem Tag waren die Elemente gegen mich.« Wenn ich mich recht erinnere, hatte er an diesem Sonntag einen Kater. Dazu gibt es ein Foto, das ihn an der ersten Verpflegungsstelle nach 30 Kilometern mit Banane und Isostar zeigt. Das zweite Foto stammt von Kilometer 45 und darauf ist Brägel mit Banane und Isostar aus eigenen Beständen abgebildet. Das Lächeln hat etwas nachgelassen. Im Ziel bei Kilometer 72 hat er sich nochmal ablichten lassen. Diesmal mit einem Salamibaguette und einer Pulle Jägermeister. »Das drückt aus, dass wir Athleten auch Menschen sind«, sagt er. Der Radklub nickt ergriffen, wir empfehlen ihm aber, die Seite vielleicht von einem Profi überarbeiten zu lassen. Brägel im Internet wäre ja ganz nett, sozusagen als Diskussionsforum von Mensch zu Radler, aber so? Als zweites Highlight hat er sich noch »Hildegards Ecke« ausgedacht. Unter diesem Link soll seine neue Flamme über sportgerechte Ernährung, die reinigende Kraft von Einlaufen und über die Wohltat warmer Sitzbäder referieren. Brägel lässt sich also nicht beirren. Er habe schließlich etwas zu sagen, eine Geschichte, er sei ein Mann des Rads, ein Trittmaster allererster Güte. Und — das wichtigste — »man muss sein Wissen im Sinne einer globalen Entwicklung des RadSports weitergeben«. Das kann ja heiter werden.

# Kompjutah

*Radfahren ohne elektronische Leistungskontrolle —  
das wäre ja wie ein Big Mac ohne Fleischklops.*

*Denken viele. Doch die wissen nicht,  
was Kollege Kompjutah wirklich will: uns zum  
Gespött der Menschheit machen*

Neulich erzählt mir doch einer, dass die Menschheit vor 20 Jahren tatsächlich ohne Pehzeh, faxmodemintegriertes Häändi oder Wäschetrockner mit Baumwolldetektor ausgekommen ist. Was für ein Alptraum! Nein, da freuen wir uns doch lieber am technischen Fortschritt, genießen die Segnungen japanischer Ingenieurskunst, gucken Tiewie am Handgelenk und lassen uns abends am Pehzeh den Durchschnitt der täglichen Tastkontakte am Lichtschalter im Heizungskeller für die letzten 36 Monate ausdrucken. Wir wollen es schließlich genau wissen, und — dem Tschipp sei Dank — es bleibt uns auch überhaupt nichts mehr verborgen. Nur, um ganz ehrlich zu sein, da gibt es so ein Ding, das hätten die Softwähr-Päpste besser nicht erfunden: den gnadenlosen Rad-Kompjutah.

Wissen Sie noch, früher, da hatte man nur den mechanischen Kilometerzähler. Angetrieben von einem Gummibändchen zeigte der kleine Kasten unten an der Nabe an, wieweit die Reise gegangen ist. Ende des Jahres haben wir einmal hingeschaut, die Zahl brav und stolz ins Trainingsbüchlein geschrieben — das war's. Später kamen dann Tachos dazu. Wahre Ungetüme, wellengetrieben, schwer und von bestechender Häßlichkeit. Aber irgendwie liebenswert, weil man nie genau wusste, ob die tanzende Nadel nun auf »25« oder »35« zeigte. Ganz im Gegenteil zu den heutigen Folterzwergen. Nichts, aber auch gar

nichts, was die nicht messen könnten, kommagenauf, unbestechlich. Jeden Tag demonstriert dir das Mistding gnadenlos deine Mickrigkeit, und trotzdem hängen deine Augen süchtig an den schwarzen Zahlen. Jedes Plus ein Glück, jedes Minus eine Katastrophe. Die Landschaft drumherum nimmst du gar nicht mehr wahr.

Und -wozu das Ganze? »Was, Schnitt 29,34?«, höhnt die Gemahlin, die irgendwann einmal gelesen hat, dass die bei der Tour locker über 40 kommen. »Lächerlich, einfach lächerlich!« Außerdem: Nirgends kann man das Rad stehen lassen, ohne dass irgendeiner am Kompjutah rumfummelt, den Kopf in Richtung Displeh senkt und lachend abzieht.

Selbst der härteste Hund unter der Sonne wird nervös, wenn der Schnitt auf einer Trainingsrunde gegenüber dem Vorjahr um 0,15 Kilometer pro Stunde bei vergleichbaren Windverhältnissen zurückgeht. Tagelanges öffentliches Wehklagen über vorzeitige Vergreisung oder irreversiblen Muskelschwund sind da noch die harmlosesten Folgen. Oft trifft man die armen Kerle völlig verzweifelt beim Internisten, der natürlich nichts Besseres zu tun hat, als ein Belastungs-Ehkageh auf dem Rad-Ergometer zu machen — und dabei klemmt am Gesundheitslenker schon wieder so ein unseliger Kompjutah.

Los werden wir die Dinger nicht mehr, das ist klar. Aber wie schützen wir unser attackiertes Ego? Kurzfristig dürfte die Eingabe eines viel zu großen Radumfanges oder das Ausschalten des Kompjutahs am Berg ausreichen. Das verbessert den gefahrenen Schnitt, ist aber unwürdig und leicht zu durchschauen.

Nachbar Brägel stolzierte neulich aufgeblasen wie ein Gockel in der Straße auf und ab und hielt jedem seinen Rechner unter die Nase, der einen Schnitt von 37,42 anzeigen. Lächerlich — einmal den richtigen Knopf gedrückt, und schon war klar, dass sich die Zahl

nur auf eine Strecke von 0,4 Kilometern bezog. Bergab. Langfristig brauchen wir einfach andere Geräte. So eine Innovation, die nach getaner Tretarbeit irgendeine wahnsinnig imponierende Zahl ins Display einspeist.



Zum Beispiel eine knackige »200«. Ein gigantischer Wert, den Komjutahschatzel so errechnen könnte: Alle 24 Straßenpfosten wurden 0,12 Liter Flüssigkeit aufgenommen. Daraus resultiert ein Pfosten-Liter-Verhältnis von 24 geteilt durch 0,12 — ist gleich 200. Na, wenn das keine Leistung ist!

Weitere individuelle Spitzenwerte könnte unser kleiner elektronischer Freund aus allen beliebigen Parametern errechnen: aus dem Mittelwert der Trittfrequenz beim Vorbeifahren an Claudia Schiffer, der Herzfrequenz beim Reifenwechsel und der Höhenmeterdifferenz zwischen Biergarten und Klohäuschen der Pausenwirtschaft. Das Ergebnis wären in jedem Fall Vorzeige-Zahlen, gegen die das Gelb von Indurains

Trikot sich merkwürdig blass ausnähme.

Was — Sie wollen das gar nicht wissen? Ihnen reicht ein Dreißigerschnitt, Sie freuen sich an Ihren 3.890 Jahreskilometern, an einem Vauniax von 63,4 und dass der Puls an einer Steigung bei Tempo 14 unter 120 bleibt, wo er noch vor 14 Tagen mit 145 gebumpert hat? Sie brauchen auch kein faxmodemintegriertes Häändi und hängen Ihre Wäsche im Garten auf? Dann sind Sie wohl ein sehr glücklicher Mensch. Wenn auch nicht hundertprozentig kompatibel mit dem elektronischen Zeitalter.

Dort erholt sich Brägel jetzt drei Monate mit gestressten Managern in einer Spiel- und Tanzgruppe, denkt über prägende Kindheitserlebnisse, einen verdrängten Mutterkomplex und irgendeinen Defekt in der oralen Phase nach. Auf jeden Fall wurde ihm ärztlicherseits der Wahn attestiert, einmal so aussehen zu wollen, dass er optisch zu seinem 8000-Mark-Renner mit Carbonrahmen passt. Für die Dauer der Therapie pflege ich Brägels vier Meerschweinchen und seine Boa, wobei ein Meerschweinchen mittlerweile fehlt und die Schlange in der Mitte seltsam dick ist und nur noch schlält. Aber das ist ein anderes Thema. Bei Brägels unfreiwilliger Trainingspause komme ich aber schon ein wenig ins Grübeln. So sind wir halt, wir Radler. Ständig bemüht, fit zu sein, gesund, schön und schnell. Aber wir sind eben auch nur Menschen mit Schwächen, die man selbst mit rasierten und geölten Waden nicht aus der Welt schaffen kann.

Stichwort Öl: Die Radlerwelt schaut demnächst ja gebannt Richtung Verona zur Weltmeisterschaft. Natürlich fahren wir vom Radclub auch dahin, vielleicht sogar mit Brägel, wenn er bis dahin Freigang hat. WM im Veneto; das heißt, tagsüber selbst radeln, Muskelaufbau und Fettreduktion betreiben und abends Vino Rosso trinken, das Bauernbrot ins Olivenöl tunken, bis es tropft und sinnenfroh die Wampe

streicheln. Und wenn am nächsten Tag der hagere, lustfeindliche und unsympathische Asket am Fünfzehnprozent vorbeiheschelt, werden wir zwar wieder fluchen (wer noch kann), Besserung geloben aber nur im Geist. Soll er doch sein seit drei Wochen eingeweichtes Achtkorn-Müsli selber schlabbbern.



Wir geben uns am Abend wieder einem kulinarischen Gelage hin, wobei ich mir persönlich fest vorgenommen habe, künftig wenigstens die Waden mit Olivenöl einzureihen, wegen des lokalen Flairs. In die Flasche kommt aber weiterhin nur Isotonisches oder höchstens noch ein Dopingmittel.

Aber es ist sind ja nicht nur Alkohol und gutes Essen, die uns Sattelhelden immer wieder in Versuchung

fuhren. Das schlimmste Gift sind Partner (oder -innen, je nach Geschlecht des Lesers) die andauernd das Training stören (»Muss das jetzt sein, Heinz-Hubert?«), oder mit unglaublichen Forderungen an einen herantreten. Warum er denn, zum Teufel nochmal, nicht mit dem Rennvelo zum Bäcker fahren könne, wollte neulich eine nörgelnde Frau von ihrem Mann wissen. Die beiden sind mittlerweile geschieden. Völlig zu Recht, übrigens. Damit nicht noch mehr passiert, hier für alle Unwissenden die wichtigsten Gründe, warum das mit dem Bäcker eben nicht geht: kein Ständer, kein Schutzblech, kein Schloss, keine passenden Schuhe, keine Lust. Das sollte wohl reichen.

Wahrscheinlich sind nichtradelnde Partner auch der Grund, warum sich der um Leistung und Askese bemühte Hobbyist immer wieder dem Alkohol hingibt. Im Wein liegt Vergessen, heißt es doch so schön. Wobei Sie diese Weisheit allerdings nicht als Grund dafür angeben dürfen, wenn Sie im Restaurant die Rechnung nicht bezahlen wollen. Hinderlich am sportlichen Erfolg sind auch regelmäßige Arbeitsverhältnisse. Wer nicht gerade das Glück hat, im Lotto gewonnen zu haben oder eine halbe Stelle bei vollem Lohnausgleich als Lehrer erwischt hat, kann eben höchstens noch dreimal in der Woche zwei Stunden trainingshalber in die Pedale steigen. Ein bisschen wenig, um den eigenen Ansprüchen gerecht und den bösen Spuren diverser Menüs nebst Tischgetränken Herr zu werden.

Es hilft wohl alles nichts; wer unbedingt in Topform kommen will, der muss leben wie ein Mönch in einem alkoholfreien Kloster. Und da es das bekanntlich nicht gibt, fügen wir uns lieber in unser Schicksal, eben doch nie Alpe d'Huez zu gewinnen oder wenigstens auszusehen wie ein waschechter Profi. Und zwar bevor wieder einer das Radio aus dem Fenster wirft,

nur weil er nicht die Figur hat wie Fernande Escartin nach der Tour de France. Die Polizei hat übrigens Brägels Velo konfisziert. Was sie jetzt damit machen, weiß allerdings kein Mensch.

# Dabeisein ist alles

*hat sich Kollege Brägel gesagt und noch schnell  
ein Ticket nach Sydney gebucht. Jetzt ist er beseelt  
vom olympischen Geist*

Es gibt Geschichten, die glaubt kein Mensch, aber sie sind trotzdem wahr. Also, es war so: Mein Chef ist ein guter Kerl und hat mich vor ein paar Wochen nach Sydney zu den Olympischen Spielen geschickt. Das ist eine verdammt weite Reise, und wenn man dann nach 24 Stunden in verschiedenen Fliegern down under ankommt, ist der Normalmensch ein bisschen durcheinander. Deshalb dachte ich zunächst an eine Halluzination, an einen Ausraster nach derbem Jetlag oder so etwas. Auf dem Weg ins Hotel kam ich an einer ziemlich abgerissenen Kneipe vorbei, die 24 Stunden geöffnet hat und in der ein permanenter Karaoke-Wettbewerb stattfand. Als ich vorbei ging, war drinnen die Hölle los. Die Leute johnten, und auf der Bühne grölte einer »One moment in time« von Whitney Houston — und zwar derart grauenhaft, dass es keinen Zweifel geben konnte: Er war da, 20.000 Kilometer von zu Hause entfernt, aber er war's. Ein Blick genügte, und mir wurde fast schlecht: Brägel stand auf einem Bretterpodest. Der Kerl hatte eine schwarze Trainingshose an, ein gelb-grünes Australia-T-Shirt, eine Goldmedaille aus Schokolade um den Hals und eine dunkelblaue Schildkappe der Brauerei Fosters auf dem Kopf. Das hätte schon genügt, aber dazu noch das Gewinsel, da wurden selbst die freundlichsten Australier sauer. Ich habe ihn dann lieber rausgezerrt und gefragt, was, um Himmels willen, er hier in Sydney-Lidcombe mache, wo seine neue Flamme wäre und überhaupt. Brägel war,

vorsichtig ausgedrückt, angetrunken, hat nur gegrinst und gelallt: »Dabei sein ist alles.« Himmel, hilf! Das Wichtigste zuerst: Von Fräulein Hildegard hat er sich getrennt, die gemeinsamen rituellen Einläufe mit Jasmintee und Honig zur Reinigung von Seele und Körper waren ihm dann doch zu viel, zumal sie auch unangenehme Auswirkungen auf sein Radtraining hatten, aber das ist eine andere Geschichte. Kurzum — um die Trennung besser zu verarbeiten, hat er sich entschlossen, am olympischen Straßenrennen teilzunehmen. Beim Bund Deutscher Radfahrer hat man ihm auf sein schriftliches Ersuchen höflich mitgeteilt, dass man sich zwar über sein Interesse freue, die Equipe aber aus den Herren Ullrich, Zabel, Voigt, Klöden und Aldag bestehe, deren Qualifikation minimal höher wäre als sein Formnachweis durch vier abgestempelte RTFs. Er könne ja in vier Jahren noch einmal vorsprechen oder vielleicht bei der Elfenbeinküste nachfragen. Mit freundlichem Gruß. Daraufhin hat sich Brägel um die Staatsbürgerschaften von Trinidad und Tobago, Äquatorialguinea, Ost-Timor und den Virgin Islands beworben. Zwei Absagen hat er schon, von Ost-Timor kam eine Mitteilung, dass man leider kein richtiges Land sei und Äquatorialguinea hat sich Bedenkzeit erbeten, man wolle zunächst noch seine Fähigkeit als nationale Identifikationsfigur prüfen. Das war genauso gut wie eine Absage, aber Brägel hoffte noch und ließ derweil down under die Sau raus. Die Sache mit dem Olympiastart erledigte sich dann aber am nächsten Morgen. Beim ersten ernsthaften Training schaute er bei der Einfahrt in eine Kreuzung nach links, was in einem Land mit Linksverkehr ziemlich fatal ist. Das Auto konnte zwar noch bremsen, für deftige Prellungen und ein angebrochenes Schlossbein hat es aber gereicht. Dafür kam seine Geschichte auf Seite 8 im Sydney Morning Herald und »Braegel« wurde für einen Tag bekannt.

Äquatorialguinea wollte ihn aber trotzdem nicht, und so musste Brägel das olympische Straßenrennen und das Zeitfahren als Zuschauer erleben. Besonders beim Kampf gegen die Uhr fiel ihm das verdammt schwer. »So schnell wie der Züle wäre ich auch gewesen«,



maulte er. Sollen wir ihm wirklich sagen, dass der neue Vorradier des deutschen Team Coast als Drittletzter zwar grottenschlecht war, aber immer noch einen Schnitt so um die 45 gefahren ist, den Brägel höchstens aus zwei Versuchen addiert zusammenbringt, wenn überhaupt?

Ich habe es gelassen, und Brägel hatte noch seinen Spaß in Sydney - und seither noch eine Meise mehr. Olympia hat ihm so gut gefallen, dass er jetzt zu Hause jeden Abend ein Feuerwerk in seinem Garten abbrennt. Rad fahren kann man mit ihm auch nicht

mehr, weil er jeden Passanten freundlich grüßt, wie er es in Australien gelernt hat, was aber beim Windschattenfahren große Probleme macht. Außerdem spinnt er weiter seinen olympischen Traum. »Athen 2004 — ich bin dabei« hat er sich auf alle seine Trikots bügeln lassen. Ich habe ihn daran erinnert, dass er dann 46 ist und sich bei Olympia eigentlich die Jugend der Welt treffen sollte - das ist ihm aber wurscht. Etienne De Wilde hätte in Sydney mit 42 Jahren eine Silbermedaille auf der Bahn gewonnen, sagt er. Stimmt, aber der Belgier kann auch Rad fahren. Egal, Brägel trainiert jeden Tag, bewirbt sich um die Staatsbürgerschaft von Grenada und hat sich doch wieder seiner Hildegard zugewandt, weil Athleten ein geregeltes Umfeld brauchen, wie er sagt. Ob dazu auch rituelle Einläufe gehören, ließ er offen.

Im Winter will er jetzt im Radklub Vorträge über olympische Ideale und sportgerechte Ernährung halten. Einmal im Monat geht er zu einem Stufentest auf dem Ergometer. Sein letztes Ergebnis: 230 Watt. Das ist nicht einmal die Hälfte eines Jan Ullrich und wahrscheinlich auch für einen Staatsbürger von Grenada zu wenig. Aber er hat ja noch vier Jahre Zeit.

# Hallo Zukunft

*Im nächsten Jahr tausend wird alles anders:  
Ein neues Rad, mehr Kraft in den Beinen  
und Glück in der Liebe.  
Hoffen wir zumindest...*

Die Leute drehen langsam durch. Draußen werden die Tage kürzer, aber kein Mensch redet in diesem Herbst von Depressionen, von Weihnachten, von Glühwein und Advent oder wenigstens von der neuen Zehnfach-Schaltung. Nicht einmal Schröder ist ein Thema. Außer einer einzigen Nacht Ende Dezember scheint es kein anderes Ereignis mehr zu geben. Millennium, Millennium, Millennium.

Im Prinzip wird es in der Nacht zum 1.1. 2000 auch nur ein normales Silvesterbesäufnis geben, aber eben eines, an dem der PC und die elektronisch geregelte Heizung versagen, und deshalb ist Millennium etwas ganz Besonderes. Auch Brägel ist schon furchtbar aufgeregt. Neulich ist er mit seinem Radcomputer zum Händler gerast: »Was passiert mit dem Ding am 31. 12. um Mitternacht?« »Nix«, sagte der Händler und wandte sich wieder wichtigeren Sachen zu. Somit kann Brägel beruhigt seinem Silvesterwahn entgegenrollen. Der Mann hat eine neue Flamme, und die hat es gerne extravagant. Ein richtiges Luxusweib eben. Ein Vamp, der sich gerne in schwarze Einteiler aus Frankreich zwängt, die ungefähr das Monatsnetto eines Abteilungsleiters kosten. Eigentlich wollte sich Brägel mit dem Radclub wie jedes Jahr zum finalen Ritzeltrinken im Vereinsheim treffen (26 Pils auf den Bergkranz - und Prost!), jetzt fährt er mit seiner Caroline-Genevieve (sprich: Karo-liiin-Schönevjäv)



nach Paris. Radcorso auf dem Champs-Elysees, ein Gläschen Schampus um Mitternacht, dann mit der Concorde nach New York und im Konfettiregen über den Broadway strampeln. Zum Ausklang dann auf die Bikerfete in den Club 54, wo Lance Armstrong verkündet, dass er der erste Toursieger des neuen Jahrtausends werden wird. Alternativ dazu gibt es ein Date in einer Geburtsklinik in Brooklyn. »Super, Ingo«, sage ich und bin irgendwie froh, dass der Läpp nicht im Vereinsheim dabeisein wird. Und Karoliin-Schöneyjäv auch nicht. Mich würde nur interessieren, wie es sich bei Minus 20 Grad in New York so radelt. Besonders in Brägels neuem Armani-Dress mit Nashornledereinsatz.

Nun gut — ein bisschen Verständnis muss man schon haben. Auch für weniger durchgeknallte Typen ist der Schritt ins nächste Jahrtausend nicht ganz alltäglich. Das gilt zumindest für alle Geburtshelfer im Dienst und für uns Radler natürlich besonders. Wenn schon

normale Jahreswechsel eine lange Liste guter Vorsätze verursachen, dann ein Jahrtausendsprung wohl erst recht. Was sich allerdings auch im 21. Jahrhundert nicht ändern wird, sind Trainingsstörungen durch missliebige Chefs, durch radmüde Lebenspartner oder gar durch Weißkittel, die etwas von »Schonung in Ihrem Alter« oder sonstigen Unsinn reden. Schade eigentlich — aber da müssen wir durch, und die neue Zeit hat ja auch ihr Gutes. Endlich gibt es die Chance für den Kauf neuen Materials ohne Gewissensbisse. Ich meine, wir sind ja sonst bald alle reif für die Couch. Kein vernünftiger Mensch kann doch wegen ein paar hundert Mark zum Gespött im Sattel werden. Ich höre sie schon höhnen, die Carbon-Konkurrenten: »Na, das Radel stammt aber auch nicht mehr aus diesem Jahrhundert.« Stimmt, genau genommen nicht einmal mehr aus diesem Jahrtausend. Es führt kein Weg daran vorbei: Wer 2000 noch wie ich Achtfach fährt und auf einem Stahlrahmen sitzt, der bekommt die Steinzeitplakette. Wahrscheinlich ist das ganze Millenniumtheater eh eine Erfindung der Industrie — so wie der Muttertag (Blumen) und die Sonnenfinsternis (Brillen). Warum sonst sollen wir jetzt zehnfach schalten? Eddy Merckx hat fünfmal die Tour de France gewonnen, fünffach.

Trotzdem habe ich keine Lust auf dumme Sprüche. Deshalb werde ich mir neben Carbonrahmen und der nagelneuen Campa auch noch dem Anlass entsprechende Trikots machen lassen. Am besten mit der Aufschrift: »2000 — ich war dabei«, oder so ähnlich. Vielleicht könnte man damit sogar ein kleines Geschäft machen. So kirre wie die Leute sind. Man hört ja jetzt schon die erstaunlichsten Geschichten, was so alles passieren soll nach dem 31. Dezember. Aber aufgepasst - nicht alles entspricht der Wahrheit. Dass Trondheim-Oslo im kommenden Jahr viermal zu fahren ist (»2.220 Kilometer im Jahr 2000«) ist ebenso

ein Gerücht, wie die Erhöhung des Preises für eine Woche Radtraining auf Mallorca auf pauschal 2.000 Mark (»Bezahlen Sie einfach die Jahreszahl«). Es ist auch eine böswillige Unterstellung, dass die Telekom ihren Cheftexter gefeuert hat, weil der für das kommende Jahr den Slogan »2.000 Prozent für Jan Ullrich« erfunden haben soll. Da hätten schon die Gewerkschaften nicht mitgemacht. Ich halte mich da eher an kleinere Ziele. 20mal Brägel versenken wäre nicht schlecht, vielleicht mal wieder 200 Kilometer am Stück fahren oder mit 2.000 Mark im Geldbeutel locker in den Radläden marschieren — so könnte man sich den Start ins neue Jahrtausend auch gut vorstellen. Es wird aber wohl nichts daraus werden, weil es im Prinzip weiter gehen wird wie vorher auch. Oder glauben Sie ernsthaft, dass im Jahr 2000 alles anders wird? Eben. Ich habe mir trotzdem vorsichtshalber die neue Schaltung bestellt. Ausgeliefert wird sie allerdings erst im Februar. Die Erstbestellung meines Händlers war nämlich bereits reserviert für Brägel und seine neue Flamme. Manche Dinge ändern sich eben auch in tausend Jahren nicht.

# Primat der Technik

*Radfahren ist eine gesunde, sportliche Betätigung auf einem Gerät, das perfekt auf die Bedürfnisse des Menschen abgestimmt ist. Oder?*

Früher hockte der Mensch auf Bäumen, die Knie irgendwo bei den Ohren, zupfte ein paar Blätter und war eigentlich ganz zufrieden. Wenn er mal in die Welt hinein wollte, sauste er auf allen vieren durchs hohe Gras, schrie gelegentlich »Ugah, ugah«, damit nicht aus Versehen ein Mammut auf ihn drauftrampelte, und ließ es sich gut gehen. Das waren halt noch so richtig schöne Zeiten. Das Leben kam heiter daher und beschwingt.

Jetzt haben wir den aufrechten Gang und einen rechten Stress. Was hat uns denn die Evolution gebracht? Richtig — viel Arbeit, viel Ärger, und hätte nicht irgendein genialer und aufrechter Mensch die Braukunst erfunden, dann gab's noch nicht einmal ein Weizenbier.

Man kann nun aber leider nicht jeden Abend gläserweise Weißbier in sich reinschütten. Erstens leidet die Form, zweitens schmeckt's im Winter nicht so recht und drittens jault die Gattin, weil immer die Zitronen aus sind. Dem Himmel sei Dank, gibt es aber noch das gute Radel und neuerdings eine Entwicklung, die am Zahn der Zeit ein paar Millionen Jährchen abschleift. Der Velo-Mensch hat allerlei aerodynamische Hilfen am Lenker entdeckt, die ihn zurück in die heitere Vergangenheit zwingen. Jetzt duckt sich der Homo Strampelcus aufs Gerät, krümmt sich zusammen wie ein Wurm, beugt wie einst der Primat das Kreuz dem Boden zu. Und wo sich der Mensch wieder zum Halbaffen entwickelt, ist einer natürlich nicht weit — genau, Kamerad Brägel. Der

kam neulich mit einer abenteuerlichen Konstruktion daher. Nach einer Fernsehübertragung vom Stundenweltrekord in Manchester war er in den Keller geflitzt, hatte den Wäscheständer seiner Freundin auseinandergeschraubt, aus den Einzelteilen ein Rechteck aus vier Rohren gebastelt und das Ganze mit Schraubschellen an seinen Lenker geklemmt. Danach sah das arme Velo aus wie eine Fernsehantenne auf Rädern, und wenn Brägel nach den Griffen (mindestens einen Meter vor dem Vorbau) fingerte, berührte sein Hintern gerade noch so die Sattelspitze. Kurzum wieder einmal ein Bild des Jammers. »Genau wie Boardman«, jubelte der Läpp dagegen, als er mühsam die Straße runtereierte. Ein klarer Fall von Selbstüberschätzung. Der Brite hat sich bei seinem Stundenweltrekord flach gemacht wie ein Bierdeckel, Brägel dagegen klemmte wie ein aufgeklappter Zollstock auf seiner peinlichen Konstruktion. An jenem Tag waren das übrigens seine letzten Worte. Die Aluröhrchen gaben unter seinen 95 Kilo nach, er stieg kopfüber ab und musste sich auch noch vor seinem Hausbesitzer in Sicherheit bringen. Der war nämlich kurz zuvor fassungslos vor seinem durchgeschnittenen Gartenschlauch gestanden. Brägel hatte noch irgend etwas als Griff gebraucht ... Es dauerte fast vier Tage, um die Szenerie wieder zu beruhigen. Schließlich packte Brägels Freundin ihren Koffer wieder aus, der Vermieter nahm die Kündigung wegen Vandalismus zurück, Brägel wurde im Krankenhaus an der Stirn genäht und bekam 14 Tage Sportverbot.

Das Problem aber bleibt — Aerolenker, das muss jetzt einfach sein. Damit ist der Mann nun allerdings nicht alleine auf der Welt. Wer was auf sich gibt, macht sich krumm. Angefangen hat das Ganze seinerzeit mit einem Ami namens Greg LeMond, der sich bei der letzten Etappe der Tour de France 1989 einen, damals

nur Triathleten bekannten, Lenkerbügel ans Rad schraubte und im abschließenden Zeitfahren Laurent Fignon noch aus dem Gelben Trikot fuhr - um acht Sekunden nach 4.000 Kilometern.



Das hat schon Eindruck gemacht auf die Szene. Und heute gibt es nun Sachen, die gibt es eigentlich gar nicht. Aberwitzig verbogene Rohre, mit Polster und ohne, Griffe mit Gummi oder mit Kork, Hörnchen und Sticks und weiß der Teufel, was noch. Das Resultat dieser Art von Aufrüstung bleibt aber in jedem Fall das gleiche. Der Mensch bringt sich in eine Position, die ungefähr so bequem ist wie Unkraut jäten im Stehen. Und weil bei vielen die Lendenwirbelsäule auch schon ein bisschen steif geworden ist, wird der Bügel eben solange nach oben gebogen, bis es wieder bequemer wird. Da sitzt nun unser Aeroradler, fast wieder aufrecht, aber mit zusammengedrückter Lunge, weil er den engen Bügel nicht loslassen will.

Genaugenommen können die ganzen Dinger ja nur von Orthopäden erfunden worden sein, die sich

Gedanken um die Patienten von morgen gemacht haben. Der letzte Lenkerschrei bestätigt das. Die spartanischen Griffe vorne zwischen den Bremsen sollen ja schon Jan Ullrich über die Pyrenäen geholfen haben. Mittelgriff und dann rein ins Pedal. Man nennt das übrigens »Spinaci« (zu deutsch: Spinat), was bedeutet, dass man davon so dicke Arme wie weiland Popeye bekommt. Allerdings nicht wegen der Muskeln, sondern weil die Unterarme ungeschützt auf dem harten Lenkerrohr abgestützt -werden müssen.

Nein, wir wollen hier nicht meckern. Streng wissenschaftlich gesehen ist es ja sogar gesund, sich ins Lenkerhorn zu legen. Aber nur dann, wenn alles stimmt. Auflage 20 Zentimeter unter Sattelhöhe, Winkel zwischen Ober- und Unterarm zwischen 90 und 105 Grad, desgleichen auch zwischen Oberarm und Oberkörper. Und wenn das Knie hochkommt, darf es maximal zehn Zentimeter am Ellenbogen vorbeidrehen. Soweit die Theorie: Wer Brägel gesehen hat, braucht keinen Winkelmesser. Seine Knie können gar nicht bis auf zehn Zentimeter an die Ellenbogen heran, weil dazwischen die Wampe schwabbelt. 90 Grad kennt der nur in der Sauna, und was passiert, wenn die Arme 20 Zentimeter unterm Sattel sind - siehe oben.

Es gibt eben einfach leichtere Wege zurück zu den Wurzeln der Menschheit. Zum Beispiel mit einem Weizenbier in der Hand auf einem Baum hocken, die Knie an den Ohren, warum nicht? Beim Radeln darf es aber schon noch ein bisschen mehr moderner Mensch sein. An dieser Stelle müssen wir leider aufhören — Brägel kommt mit farbigen Nasenplastern über die Straße gehetzt. Aber das ist eine ganz andere Geschichte.

# Elitetruppe

*Für Team Telekom*

*brechen jetzt wirklich harte Zeiten an.*

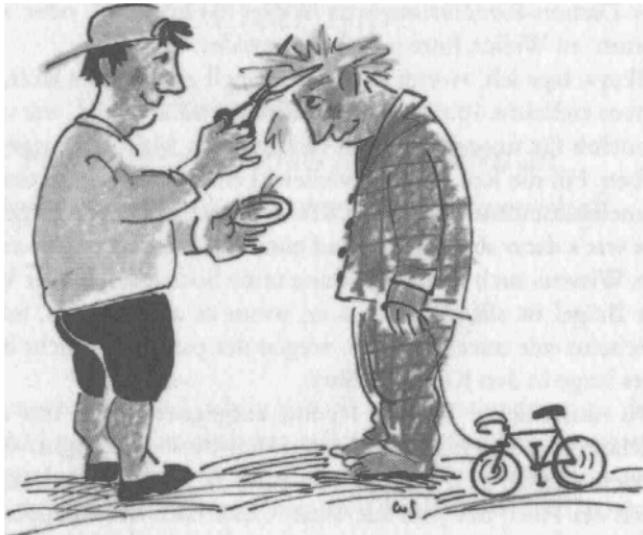
*Denn Brägel gründet eine Profi-Mannschaft*

Es war noch nicht mal richtig hell, als es Montagmorgen an der Haustür klingelte. Natürlich war es Brägel, ein bisschen derangiert wie immer, aber sonst sah er recht nüchtern aus. »Hör' zu«, sagte er, »ich möchte von dir eine Haarprobe, bevor du deinen Vertrag kriegst.« Vertrag? Brägel schaute ein wenig verwundert, fragte, ob ich noch nichts davon gehört hätte, schließlich würde ja der ganze Radclub seit Tagen von nichts anderem reden. Ich hab' ihn schnell reingezerrt in die Wohnung und die Türe zugemacht, bevor noch ein zufälliger Ohrenzeuge den Psychiatrischen Eildienst alarmiert. Also, der Reihe nach. Brägel plant die Gründung eines Profiteams. Was heißt plant, er hat schon einen Namen und einen Sponsor. Die Mannschaft nennt sich »Autohaus Rolf-Hubert Maier« und soll im Frühjahr 2001 die ersten Rennen bestreiten. Der alte Maier hat Brägel 6.000 Mark und einen zwölf Jahre alten Kombi übergeben, weil der Läpp ihm die Teilnahme an der Deutschland-Tour für nächstes Jahr zugesagt hat — und für das Jahr darauf mindestens den Giro, wahrscheinlich sogar die Tour. Auch die Gärtnerei Friedensreich Vogel hat 500 Mark locker gemacht. Im Falle einer Tour-Teilnahme verpflichtet sich Herr Vogel zudem, das Grab von Brägels Opa Fünfjahre lang kostenlos zu pflegen. Interesse hat auch das Damen-Konfektionshaus Weller (»Größe 40 oder mehr: komm' zu Weller, bitte sehr«) angemeldet.

»Okay«, sage ich, »wenn alles sensationell gut für dich läuft, werden es vielleicht 10.000 Märker, also

ungefähr so viel, wie wir im Radclub für unseren letzten Ausflug nach Mallorca ausgegeben haben. Für die Kohle gibt es vielleicht einen Satz Trikots und fünf gemeinsame Busfahrten zu RTFs in unserer näheren Umgebung; das war's dann aber auch.« Und einen GS-10-Status gibt es meines Wissens auch nicht. Also eine reine Schnapsidee. Der Vorteil für Brägel ist allerdings, dass er, wenn es nicht klappt, und das erscheint mir unvermeidlich, wegen der paar Mark nicht besonders lange in den Knast einfährt.

»Du musst deine Träume leben«, entgegnet Brägel mit einem Lächeln, das er seit seinem letzten »Ich-bin-so-supergut«-Managerseminar vor sich her trägt. So ähnlich, meint Brägel, sage das auch der Herr, der jetzt das Team Coast nach oben peppen will. Mag sein, aber der Herr Coast schiebt dafür ziemlich genau tausendmal mehr Kohle 'rüber, als Brägel vielleicht jemals zusammenkratzen kann. Und wer soll eigentlich die Rennen fahren? Nun ja, bis jetzt habe er schon einmal den Sohn vom Zahnarzt aus dem Nachbarort sicher. Der hat schließlich im Juli »Rund um den Hatzenfurter See« gewonnen und da sei ja immerhin auch ein Eliteamateur am Start gewesen, meint Brägel. Das stimmt, der Amateur sollte sich aber dabei nach einer Verletzung aktiv regenerieren und nur mit Puls 140 mitrollen. So stand es wenigstens in der Zeitung. Außerdem sei es doch ein wenig dünn, sich mit einem 17-jährigen Schüler für die Deutschland-Tour zu bewerben. Gut, gut, meint er, aber die anderen Jungs aus dem Radclub seien Feuer und Flamme, und von mir hätte er jetzt gerne die Telefonnummer von Udo Böltz. Mein Gott, Brägel! Böltz ist zwar ein netter Kerl und hört sich deine Geschichte aus Höflichkeit sicher an, aber die Chance, dass er bei deinem Budget und deinem bisherigen Team auch nur einen Meter für »Autohaus Rolf-Hubert Maier« fährt, ist äußerst gering.



»Mag sein«, sagt Brägel, »aber Bölt wird zuhören, - weil ja auch der Zülle 2001 bei uns fährt.« Und dann erzählt er, dass er dem Manager des Schweizers ein Angebot gemacht hat. Zülle soll 20 Prozent mehr bekommen als bei Coast. Noch hat er nicht geantwortet, aber Brägel ist zuversichtlich. »Du kannst doch nicht einmal die Portorechnung vom Manager zahlen«, sage ich. Brägel kontert sanft: »Du musst deine Träume leben.« Es könnte auch ein Alptraum werden. Wer macht eigentlich den Sportlichen Leiter, will ich wissen. »Na ich«, kommt es prompt. Er könne Auto fahren, Hotels buchen und »schneller, schneller, jetzt volle Kanne« brüllen. Das sollte doch reichen, oder? Damit hat er im Prinzip sogar Recht, aber wie gesagt, ohne Rennfahrer und mit dem alten Kombi vom Maier wird es nicht ganz leicht werden.

Dann hat es mich doch interessiert, warum, um Himmels Willen, Brägel von mir eine Haarprobe will. »Wir fahren drogenfrei«, erklärt er, »und du bist als Kapitän für die kleineren Rennen vorgesehen.« Ich?

Mit 43 Jahren? Klar, sagt Brägel, Danny Clark hat im August bei der Tasmanien-Rundfahrt eine Etappe gewonnen. Und der ist schon fast 50. Stimmt, aber Danny-Boy besteht wahrscheinlich keinen Haartest, war mal richtig gut und trainiert zehnmal mehr als ich, weil er ja sonst nichts zu tun hat in Tasmanien. Spätestens jetzt ist klar, dass Brägel völlig übergeschnappt ist. Andererseits, wenn man es sich so überlegt. Da gibt es jemanden, der einem in meinem Alter noch das Vertrauen schenken will, der einem Führungsaufgaben zutraut. Habe ich am Ende Brägel all die Jahre falsch eingeschätzt? Ein bisschen gerührt trenne ich mich von einem Büschel Haupthaar. Am Nachmittag werde ich bei Optik-Seeböck anrufen. Der Sohn vom Chef schuldet mir noch einen Gefallen. Vielleicht steigen sie ja ein in unser Team. Außerdem habe ich exzellente Kontakte zum Gasthof »Zum stillen Zecher«. Die könnten auch noch ein paar Mark rausrücken, nach all dem, was ich da schon liegengelassen habe. Werden die Haare auch auf Weizenbier untersucht, will ich wissen. Brägel schüttelt den Kopf. Dann kann es ja losgehen.

# Wintertraum

*Pause, was für eine Pause?*

*Rennradfahren ist längst ein Sport  
fürs ganze Jahr. Und gegen die  
Kälte kann man sich ja wappnen...*

Liebe Leserinnen, es folgen nun ein paar Takte über ein reines Männerthema. Das muss auch einmal sein, deswegen sind Sie herzlich gebeten, die nächsten rund zwanzig Zeilen großherzig zu überspringen oder wenigstens nicht süffisant zu lächeln. Danke. Also, liebe Kollegen, es war so. Neulich erschüttert ein furchtbarer Schrei unser Haus — natürlich aus Brägels Wohnung. Es ist so gegen elf Uhr morgens, draußen scheint die Wintersonne aus einem tiefblauen Himmel, aber es ist lausig kalt. Ich schätze mal, so um minus fünf Grad. Brägel ist trotzdem trainieren gefahren, weil er in den letzten Tagen viel zuviele Weihnachtsfeiern abgesessen hat. Und jetzt steht er splitternackt in seinem Bad und brüllt panisch. Der Kerl sucht verzweifelt seinen Mannesstolz und findet nichts mehr. Sie wissen schon: sooooooo kalt war's. In seinem medizinisch sicher hochinteressanten Fall haben sich üblicherweise außenliegende Teile nahezu komplett nach innen verzogen. Der arme Mann schaut entsetzt an sich hinunter, und zu allem Überfluss windet sich seine neue Flamme neben ihm vor Lachen. »Na, du Ladykiller«, prustet sie, »ist wohl nix mit Königstiger.« Nun gut, normalerweise gönne ich Brägel ja jede Gemeinheit von ganzem Herzen, aber das ist dann doch ein Angriff auf uns Männer allgemein. Also schiebe ich die Lady aus dem Bad. Brägels Restteile werden zum Auftauen eilig in einen Skisocken verstaut (natürlich von ihm), was nun wirklich wahnsinnig aussieht. Jetzt dürfen Sie übrigens wieder weiterlesen,

verehrte Damen. Sei's drum; ich mache uns erst einmal einen ordentlichen Glühwein, und nachdem sich der Arme halbwegs gefangen hat, diskutieren wir die Frage, ob Radfahren denn nun Wintersport sei oder nicht. Die Antwort ist klar: aber sicher. Nur weil Brägel mit ungenügendem Weichteil-Wärmeschutz unterwegs war, lassen



wir uns den Spaß auf keinen Fall verderben. Zumal Winterradeln auch noch in hohem Maße zur Sozialhygiene beiträgt. Gerade im Dezember werden normale Menschen schließlich unentwegt mit Besuchen traktiert: Tante Rosa kommt, die Oma aus Mallorca, der Chef mit Gattin und etwa 256 Freunde der lieben Kinderlein, die kekskrümelnd die Wohnung versauen und die letzten Dominosteine verputzen. Da ist die Flucht aufs Rad oft der einzige Schutz vor aufkeimendem Wahnsinn. Selbst Brägel ist zwei Tage

nach seiner Tigernummer schon wieder in den Sattel gestiegen. Zu Hause hat sich seine Flamme mit ihren herzigen Freundinnen zu einem alternativen Wintermeeting getroffen. Es gab biologischen Wein aus dem Baskenland, Met aus Nicaragua, Vorträge über geselliges Weihnachten ohne Geschenke und irgendwelches zuckerfreies Gebäck, das politisch völlig korrekt gebacken wurde. Dafür war es leider breithart. Dann doch lieber schlitternd im Sattel, zumal Brägel jetzt mit einer Schrittheizung fährt, die er sich aus einem Skihandschuh mit integrierten Wärmedrähten gebastelt hat. Außerdem kann sich der engagierte Hobbyradler eine echte Pause überhaupt nicht leisten. Spätestens zum Trip nach Mallorca müssen etwa 1.000 Kilometer auf dem Tacho stehen. Mindestens. Wer heutzutage ohne Training zum Training fliegt, ist ein ganz armes Schwein, soviel ist sicher. Im Februar treffen sich auf den Balearen schließlich nur Leute, die scheinheilig Stein und Bein schwören, dass sie seit Dezember keinen Meter gefahren sind und anschließend über die Berge fliegen, dass es nur so kracht. Wer mit den üblichen 38 Kilometern von der Neujahrsrunde in Palma landet, ist jedenfalls verloren.

Schon deshalb muss die Fron wider die Kälte sein. Außerdem kann man sich ja schützen, auch ohne umgebaute Skihandschuhe. Es empfiehlt sich allerdings, auf Pudelmützen zu verzichten. Zum einen sieht der Wollbommel in Verbindung mit einer rotgefrorenen Nase und einer Sonnenbrille ziemlich dämlich aus. Zudemoutet man sich bei jungen Leuten damit als über 30-jährig, also als grabesnaher Oldie auf Rentnerfahrt. Pudelmützen sind ungefähr so »in« wie Skistöcke bei Snowboardern. Das gleiche gilt für Skihandschuhe (zumindest an den Händen), knatternde Windjacken und Stirnbänder mit dem Aufdruck eines Skiherstellers. Einen Nachteil hat das

Winterradeln aber doch - man wird verdammt schnell krank. Triefnase, rasselnde Bronchien und erhöhte Leberwerte wegen der Megadosis Jägertee gehören leider zum bitterkalten Alltag. Außerdem steigt die Sturzgefahr rasant, weil man nach etwa einer Stunde jämmerlich friert und zu zittern anfängt, egal, was man nun alles anhat.

Wir haben übrigens beschlossen, künftig bei Temperaturen unter minus drei Grad doch nicht mehr zu fahren, zumindest nicht draußen. Da gehen wir dann lieber ins Sportstudio zum Spinning. Dort drehen wir dann das ganz große Rad und peinliche Zwischenfälle wie nach dem Eisradeln gibt es auch nicht. Im Gegenteil — in der Sauna wird Brägel dann doch wieder zum Königstiger. Wenigstens ein kleines bisschen.

# Einmal Profi sein

*Es gibt zahllose Gründe, kein Profi zu werden oder.  
Wie man eine Karriere verhindert*

Seit vier Monaten hatte ihn keiner mehr gesehen. Beim Bäcker erzählte man sich, dass Brägel seinen Job gekündigt und sich Richtung Süden abgesetzt hat. Ich wollte das erst nicht so richtig glauben, aber kurz vor Weihnachten stand der Nachbar plötzlich vor meiner Tür. Ein wenig schlanker, braungebrannt, in einem nagelneuen Festina-Dress und guter Dinge. »Ich fange ein neues Leben an«, tönte er, »ich habe alle Brücken abgebrochen und 10.000 Kilometer im Süden trainiert. Im nächsten Jahr werde ich Radprofi.« Vor Schreck wäre ich beinahe an einem Stück Zimtstern erstickt. Profi will er werden, der Läpp. Bei jeder lumpigen RTF nach 50 Kilometern schwächein, aber die Tour fahren wollen. Gut, sehen wir einmal davon ab, dass es lächerlich ist, wenn einer mit 37 Jahren und locker zehn Kilo Übergewicht (trotz Training) Berufsfahrer werden will. Lassen wir dem Wahnsinnigen seine Illusion. Dann bleibt trotzdem noch die Frage: Was, um Himmels willen, ist denn so erstrebenswert daran, Radprofi zu sein? »Das ganze Jahr in freier Natur«, sülzt Brägel, während er über die Zimtsterne herfällt, »Sport in frischer Luft, das wahre Leben. Und am Ende reich und berühmt werden.« Na bravo, dann müssen wir dem Kerl erst einmal ein paar Zähne ziehen, zumal sich herausstellt, dass er noch nicht bei Festina vorgesprochen hat, also noch nichts verloren ist. Profis, mein lieber Brägel, fahren im Schnitt 40.000 Kilometer im Jahr. Das heißt, mehr als 100 Kilometer jeden Tag -Weihnachten, Ostern und Neujahr inklusive.



Und das bei Regen, Wind und Kälte, und im Januar sogar auf Mallorca, ohne jede Chance auf ein Bier im Ballermann, weil der gerade geschlossen hat. Nur Elektrolyte, Tee und Mineralwasser. »Na und«, kräht er, »dafür entschädigen die ersten Rennen. Mailand-San Remo, Paris-Roubaix und dann erst die Tour de France.« Da schau her. Leider ist es aber so, dass Mailand-San Remo meist nur auf dem Papier die Fahrt in den Frühling ist. Das einzige Warme an diesem Rennen ist oft nur die Lasagne für die Helfer an der Verpflegungsstation kurz vor Genua. Und Paris-Roubaix: Spaß macht das allerhöchstens dem Sieger. Dem Rest brummt der Schädel von der Schüttlei — wenn er Glück hat. Andere haben auf dem Kopfsteinpflaster schon die Chance auf eigene Kinder verspielt, werfe ich Brägel an den Kopf. Das ist zwar eine pädagogische Notlüge, aber bevor sich der Kerl

bei irgendeinem Sportlichen Leiter lächerlich macht, wollen wir ihm doch lieber helfen.

Und von der Tour reden wir erst gar nicht. Die fährt er höchstens in der Werbekarawane für die Weight Watchers. Außerdem: 4.000 Kilometer am Auspuff von einem Motorrad riechen — mit Sport in frischer Luft hat das nun überhaupt nichts mehr zu tun. Wenn das noch nicht reicht, soll er sich mal eines überlegen: Radprofis müssen im April in Belgien Rennen fahren. In einem Land also, wo es zwar Pommes, aber sonst nur Gegenwind, Graupelschauer und 22-prozentige Anstiege gibt — und das meist in einem einzigen Rennen.

»Mag ja sein«, wirft er ein wenig geknickt ein, »aber dafür kann ich als Profi den ganzen Tag essen, ohne dick zu werden.« Schon möglich, aber was? Pommes auf jeden Fall nicht, nicht einmal in Belgien. Dafür Spaghetti zum Frühstück, trocken, nur mit ein bisschen staubigem Parmesan. Dazu tonnenweise Müsli, klebrige Drinks, ganze Stauden Bananen, in Wasser gedünstetes, salzfreies Gemüse, vielleicht mal ein bisschen weißes Fleisch vom Huhn. Früher hat man Köche, die so etwas aufgetischt haben, auf dem Marktplatz öffentlich verdroschen. Heute nennt man die lustfreie Ernährung »nach dem Beruf leben«. Auf jeden Fall gibt es für Profis keine Schweinshaxe, noch nicht einmal eine Curry spezial. »Der Jens Heppner träumt bei der Tour von einem Big Mac«, haue ich Brägel um die Ohren. Und das ist keine pädagogische Notlüge. Offenbar plagen ihn jetzt doch Zweifel. Und weil wir gerade dabei sind, räumen wir weiter auf mit dem Traumberuf Radprofi: Das ganze Jahr stecken die Buben in bunten Hemden von Baumärkten oder Versicherungen und müssen Tag und Nacht versichern, dass Casto-Uno oder Rabo-Polti das Allergrößte überhaupt und es ihnen eine große Ehre sei, beim Rennen des ehrenwerten Herrn Soundso in

Hinterwinkel an den Start gehen zu dürfen. Der Sponsor zahlt, der Sponsor bestimmt. Beim Kaffeemaschinenhersteller Saeco haben sie einen fristlos rausgeschmissen, weil er morgens im Hotel Kamillentee getrunken hat, die Fahrer von Mercatone Uno werden im Frühjahr immer von Bienen gestochen, weil sie wie Blümchen aussehen (außer Pantani), und bei Telekom gibt's neuerdings Handypflicht für alle. »Das ist doch nicht schlimm«, wimmert Brägel. »Doch«, setze ich den Konter, »weil der Rudolf Scharping alle Nummern hat.« Nebenbei hat man noch das zweifelhafte Vergnügen, alle Mittelklassehotels Europas mit zu weichen Matratzen und kaputten Klimaanlagen kennenzulernen, sich die Lunge an irgendwelchen Cols oder Pics aus dem Leib zu keuchen, pro Jahr eineinhalb Tonnen Autogrammkarten zu unterschreiben und sich alle drei Wochen die Beine zu rasieren. Das Ganze, wenn man nicht gerade die Tour oder die Weltmeisterschaft gewinnt, für einen Durchschnittslohn, für den Meister Becker, unser aller Tennisheroe, höchstens einen Schaukampf spielt. Ein wahrer Traumberuf also. Das reicht, Brägel gibt auf. Wimmernd wirft er sein Festina-Trikot in den Mülleimer. Der Mann hatte Glück, sein Chef hat ihn wieder angestellt. Und die 10.000 Kilometer werden ihm bei der ersten RTF auch noch etwas nützen — vielleicht.

# Lagerkoller

*Im alljährlichen Frühjahrs-Trainingslager  
wird selbstverständlich nur ernsthaft trainiert, seriös  
an der Form gearbeitet und auf die  
Gesundheit geachtet. Oder?*

Keine Frage, nächstes Jahr wird alles besser, respektive leichter. Das Wetter, das Gehalt, natürlich auch das Körpergewicht und die Raten fürs Eigenheim. Neues Jahr, neues Glück, was auch für die Form im Sattel gilt. Jetzt oder nie lautet die Devise, und was liegt da näher als ein Trainingscamp im Süden? Richtig, gar nichts. Während der knapp 2.000 Kilometer Anfahrt an die Costa Bianca hält die diebische Freude munter, dass Brägel zu Hause die Beine hochlegt — im sicheren Glauben, unsereins sei für zehn Tage zur seelischen Läuterung im Kloster Einsiedel. Eines ist schließlich wichtig — Trainingsreisen gen Süden sind der Konkurrenz stets zu verschweigen. Sonst geht der Überraschungseffekt bei den ersten Frühjahrstouren hierzulande flöten. »Brägelein, geht dann ein« singend (zur Hänschenklein-Melodie) ist nach 16 Stunden Fahrt das Ziel erreicht. Luft 21 Grad, Himmel blau, was will das Radlerherz mehr, Mitte Februar? Richtig, gar nichts.

Erster Tag: 70 Kilometerchen stehen auf dem Programm. Die Sonne sticht, die Kette surrt, links der Straße das tiefblaue Meer, rechts sanfte Hügel, milde Luft umschmeichelt die nackten Arme und Beine. Die Seele jubiliert — patsch, pfffffft, schüttel, aus. Panne total, ein Flaschenhals schlitzt den Schlauch nebst Mantel auf. Wer denkt schon an sowas - Schlauch ja, aber Mantel!? Polyglotter Hilferuf: »Ah scusi, excuse, mucho problema, mantelo finito.« Der Spanier lacht freundlich: »Indurain gutt, Romingähr nix gutt.« Ein

herzhafter Klaps auf die Schulter, weg ist er. Abends stehen 24 Kilometer auf dem Tacho: zwölf gefahren, zwölf geschoben. Das kästige Wintergesicht beginnt zu glühen. Was lernen wir daraus? Schlauch und Mantel mitnehmen. Und Sonnencreme.



Zweiter Tag: Es regnet, was an der Costa Bianca höchstens an 30 von 365 Tagen der Fall ist. Statistisch betrachtet. Dritter Tag: Es regnet. Die Leute feiern, eine der schlimmsten Dürren seit Jahren ist beendet. Die deutsche Tageszeitung von vorgestern schreibt: »Rekordniederschläge im südlichen Spanien.« Was bedeutet das? Richtig, Statistiken sind Krampf. Vierter Tag: Es regnet.

Fünfter Tag: Es regnet, gefahren wird trotzdem, weil einen die Ehefrau aus dem Ferienhaus wirft — das ständige Gemotze übers Wetter gehe auf die Nerven.

Also gut, aber nach 35 Kilometern ist Schluss, weil die Knie blaugefroren sind, die Winterklamotten sind natürlich zu Hause. Abends muss der Frust nebst einer Pfanne Paella mit einem Liter Vino Tinto weggespült werden. Der Wirt zeigt stolz ein altes Foto vom Februar Neunzehnhundertigendwann. Schnee an der Costa Bianca. »Maybe tomorrow«, donnert er strahlend. Na, bravo — wir ordern noch einen Liter Tinto. Sechster Tag: Von wegen Schnee. Blauer Himmel, die Sonne strahlt, die Straße dampft. Juchhei — wenn nur der Schädel nicht so dröhnen würde. Schnell aufs Rad, Reservemantel unter den Sattel geschnallt, und ab geht's. Nach zehn Kilometern wird der Tritt schwer, der Puls hämmert in den Schläfen, im Magen grummelt's komisch. Verdammter Tinto, die Welt ist nicht gerecht. Die Muscheln bekommt das Meer zurück. Jetzt geht es ein bisschen besser, aber so richtig Sonne-in-den-Speichen-Herrlichkeit kommt nicht mehr auf. Nach 65 Kilometern ist Schluss. Was sagt uns das? Richtig, besonders in der frühen Trainingsphase ist gesunde Lebensführung das A und O.

Siebter Tag: Kopf und Bauch sind klar, dafür regnet es. Trotzdem wird gekurbelt. 106 Kilometer, ein Pass mit 1.000 Metern Höhendifferenz ist auch dabei, der Tritt ist ordentlich und am Ende kommt sogar die Sonne raus. Was das heißt? Richtig, Wintertraining im Süden ist das Allergrößte.

Achter Tag: Kleine Panne - die am Vorabend vor lauter Euphorie abrasierten Beinhaare haben das Klo verstopft. Im Bad steht das Wasser knöchelhoch, der Klempner muss kommen. Anschliessend 90 Kilometer, ein bisschen freudlos.

Neunter Tag: Finale grandiose. 120 Kilometer ohne Panne, in der Sonne, mit freiem Schädel und lockeren Beinen. So schön kann Radfahren sein. Insgesamt ein Riesenerfolg. 4.000 Kilometer Autofahrt, 440 Kilometer

Radtraining - ein vernünftiges Verhältnis, meint das Familienoberhaupt. Der Rest sieht's anders. Zwischen Montpellier und Nimes taucht plötzlich Brägels tiefergelegter Japaner auf. Hintendrauf das Velo. Der Schuft hat trainiert, heimlich und am Ende vielleicht sogar mehr als ich. Wahrscheinlich war alles umsonst: die weite Fahrt, das Training, der Wein, der Klempner, der Dauerregen, einfach alles. Was lernen wir daraus? Richtig, noch früher anfangen, noch härter trainieren, noch weniger trinken. Oder vielleicht wäre so ein Klostertrip nächstes Jahr doch nicht so schlecht?

# Frühlingsgefühle

*Alles ist für die Radsaison gerichtet:  
Das Rad geputzt, das Trainingslager gebucht,  
die Beine rasiert. Doch dann passiert's —  
das zarte Geschlecht betritt die Szene  
und es kommt ganz anders ...*

Mein Gott, wie ich das hasse. Montag morgens, so kurz nach sieben, rauscht einer fröhlich Schlager pfeifend durch den Hausgang und haut mir seine Pranke jovial ins Kreuz. Natürlich Nachbar Brägel, obwohl er kaum zu erkennen ist. Der Läpp steckt im allerfeinsten Zwirn, dekoriert mit einer knallgelben Krawatte auf der rote und grüne Papageien auf blauen Stangen sitzen. Aus jeder seiner edelgeknitterten Bügelfalten wabert der Duft eines uralten Davidoff-Gemischs, sein schütteres Haupthaar ist streng nach hinten gekämmt und nach Tigerart gesträht. Kurzum — ein Anblick, der nur sehr schwer zu ertragen ist. Und jetzt dröhnt er auch noch wie der Kanzler im Wahlkampf: »Morgen, schöner Tag, was?« Dieser Alpträum kann nur zwei Ursachen haben: Entweder der Knabe ist völlig durchgeknallt oder verliebt. Kurz danach die Erklärung beim Bäcker. Die nette Verkäuferin, die immer alles weiß, erklärt mir, dass Herr Brägel seit drei Tagen eine neue Freundin hat. Eine Rennradlerin sei es und eine fesche obendrein. Unvorstellbar, besonders das mit dem fesch. Mir aber gerade recht. Dann verliert der Kerl bei seiner Balzerei bis zum ersten Härtetest im Juni wertvolle Trainingskilometer und außerdem vergeudet er sein Sexualhormon Testosteron für andere Dinge als für den asketischen Muskelaufbau.

Eine Woche später die Ernüchterung — für ihn und für mich. Brägel schleicht durch den Hausgang,

nachlässig gekleidet, mit schwarzer Krawatte, die Schultern nahe bei den Knien. Er ist verlassen worden, gestern Nachmittag. Beim gemeinsamen Radeln hat ihn seine neue Flamme am ersten längeren Anstieg gnadenlos versenkt. Oben hat er dann die Attacke der Dame mit netten Worten wie »Scheiß-Emanzipation« und »Sport ist nix für Weiber« kommentiert. Seither ist er wieder solo. Und da ich keinen Menschen leiden sehen kann, nicht einmal Brägel, verabreden wir uns für den Abend, um eine Strategie zu entwickeln, wie ein Mann, der partout nicht darauf verzichten will, 200 Stunden im Jahr im Sattel zu sitzen, doch noch zu einer Frau kommt.

So gegen vier in der Früh' wankt der Nachbar mit einem schriftlich fixierten Leitfaden zur Partnersuche nach Hause: Brägel solle am nächsten sonnigen Tag in einem farblich dezenten Trikot durch die Fußgängerzone radeln, sich beiläufig in der Nähe einer ihm genehmen Dame an den Tisch eines In-Cafes setzen, zuerst einen Brauen mit Mineralwasser und anschließend, nach längerer Diskussion mit dem Kellner, einen auf 17,8 Grad Celsius erwärmten Rosso di Montalcino ordern. Zum Wein solle er mit staatstragender Miene die »Frankfurter Allgemeine Zeitung« lesen, und zwar zuerst den Wirtschaftsteil (Börsenkurse intensiv), danach das Feuilleton und zum Schluss, nach einem kurzen Streifzug durch den Sport, die Politik. Erst danach sollte er die Frau direkt ansprechen und bei der beginnenden Konversation darauf achten, dass er a) den Rotwein nur bedächtig trinkt und b) bei der gehobenen Konversation Titanic nicht mit Titan verwechselt. Das alles hat der Nachbar schriftlich in seinem Handbuch.

Vorschlag Nummer zwei sah einen Ausritt an den Baggersee vor, wo er sich als durchtrainierter Naturbursch' präsentieren sollte. Schnelles Anfahren, sofortiges Einspringen ins noch kalte Wasser, wild

kraulend durch den halben See, danach mit eingezogenem Bauch zwei Weizen trinken und dabei die Porsche-Sonnenbrille nicht von der Nase nehmen.



Zwingend ist dabei eine feuerrote Radhose nach dem Vorbild von Mario Cipollini und eine breitgliedrige Goldkette um den Hals und um ein Handgelenk. Sollte es zu einer Unterhaltung mit einer Frau kommen, hat er alle drei Sätze beiläufig seine Nähe zur Profiszene einzuflechten. Dazu gehören beliebte Starter wie: »Als ich neulich mit Zabel in Andalusien« ..., oder: »Wenn wir beim Italiener essen, sagt Jan immer« ...

Nach dem Briefing war zwei Wochen nichts mehr vom Nachbarn zu hören. Zufrieden, ein gutes Werk getan zu haben, wandte ich mich dem Training zu, bis mich die nette Verkäuferin beim Bäcker aus allen Träumen riss: »Herr Brägel liegt im Krankenhaus.« Im Krankenhaus dann ein erbarmungswürdiges Bild.

Brägel mit Veilchen, ein Bein dick eingegipst. Mühevoll erzählt der Läpp seine Geschichte - ein Protokoll des Versagens. Die intellektuelle Nummer ging völlig in die Hose. Brägel kam zwar im dezenten dunkelblauen Trikot, hatte aber seine Pagageienkrawatte um. Danach bestellte er einen 94er Campagnolo, gut gekühlt. Damit war eigentlich schon alles erledigt. Seine letzte Chance vergab er, als er die Hose herunterlassen wollte, als eine Frau ihn höflich fragte, ob sie »einmal in seine FAZ schauen« dürfe.

Ohne Frau, aber immerhin noch unverletzt, versuchte er sich am Baggersee. Dabei radelte er 24-mal am FKK-Abschnitt vorbei und jubelte den Mädels zu: »Ich kenn Jan Ullrich.« Beim 25. Versuch passten ihn einige junge Männer ab, die für das blaue Auge sorgten. Brägel radelte stinksauer nach Hause. Und da er trotz Dämmerung die Porsche-Brille nicht abnehmen wollte, übersah er ein Schlagloch und hat jetzt dafür einen achtfach genagelten Oberschenkelhalsbruch. In sechs Wochen, so Anfang Juni, soll er entlassen werden. Dann will er eine Kontaktanzeige schalten oder ins Kloster gehen.

Derlei Schicksale machen nachdenklich. Ist der Radler grundsätzlich beziehungsungeeignet, oder nur Brägel? Am nächsten Morgen habe ich der netten Verkäuferin beim Bäcker den Tipp gegeben, den armen Brägel doch mal im Krankenhaus zu besuchen. Seither habe ich von beiden nichts mehr gehört. Vielleicht klappt es ja doch noch — ganz ohne Handbuch.

# Jeder ein König

*Autofahrer sind rücksichtslos, aggressiv und drängeln  
immer. Sie haben kein  
Verständnis für Radler, nichts in den  
Beinen und dafür umso mehr unter der  
Motorhaube. Wirklich?*

Montag morgen, so kurz nach acht. Die Schlagzeile im Lokalteil der Tageszeitung ist nicht besonders groß, aber eindeutig: »Rabiate Radfahrer tritt Autotüre ein«. Au weia, schon wieder. Es folgt die kurze Geschichte aus dem prallen Leben: Am Samstagnachmittag versucht ein Autofahrer, wild hupend den Rennradler von der überbreiten und nahezu verkehrsfreien Straße auf einen holperigen Radweg abzudrängen. Der verschreckte Pedaleur zeigt darauf den Vogel oder Schlümmeres. Danach tauschen die erregten Herren verbale Gemeinheiten aus, drohen, rot vor Zorn, wahlweise mit Polizei, Anwalt und Prügel, bis es dem Radler schließlich zu bunt wird, und — siehe Überschrift. Fast jeden Montag dasselbe Theater. Und immer, wenn sich der Radler unerkannt vom Tatort verabschiedet hat, klingelt dann bei mir so kurz vor halb neun das Telefon. Brägel ist dran: »Eine Frage — warst du das?«, flötet er durch die Leitung. Was heißt da Frage, die Antwort liefert er schließlich gleich mit. »Natürlich«, höhnt er, »rotes Velo, schwarze Hose, blauer Helm. Das ist doch eindeutig.«

Na bravo. Nur mit viel Mühe lässt sich der durchgeknallte Nachbar vom Gang zur Polizei abhalten. Dass die Beschreibung auf ungefähr die Hälfte aller Rennradler zutrifft, überzeugt ihn dabei aber nicht. Nur die Eintrittskarte vom Fußballstadion zur besagten Zeit und die eiskalte Drohung, ihn bei seiner Männergruppe als üblichen Denunzianten

anzuprangern, zieht schließlich.



Tief drinnen glaubt der Schuft aber weiterhin an das »animalische Element« (O-Ton Brägel) in mir. Zugegeben, auch ich hatte zunächst den Nachbarn im Verdacht. Rotes Velo, blauer Helm: Passt. Latent gewalttätig ist der Läpp auch — Männergruppe hin oder her. Hinter all dem Ärger steht ein seit Jahrzehnten unausrottbares Missverständnis. Die meisten Autofahrer meinen, Radler müßten partout, immer und unbedingt auf Radwegen fahren, auch wenn die maximal die Qualität von Übungsstrecken für Panzer haben und zudem von Inline-Skatern, Kinderwagen, Spaziergängern und sonstigen Hindernissen blockiert werden. Dagegen sind viele Rennradler felsenfest davon überzeugt, dass Automobilisten eine Freude daran haben, minutenlang auf engen Straßen hinter Dreierreihen herzuzuckeln. Beides ist falsch, allerdings wohl nicht zu ändern,

solange es auf der Welt noch zwei Gruppen gibt, die sich unversöhnlich gegenüberstehen.

Da ist zum einen der sogenannte »Paradeautomobilist«. Dieser Mensch benutzt seine Beine normalerweise nur zum Kuppeln und Gasgeben, kann die STVO auswendig herunterbeten und fährt meistens ein Fabrikat mit eingebauter Vorfahrt (meint er jedenfalls). Darüber hinaus beansprucht der motorisierte Hardliner die ganze Straße für sich. Radfahrer sind für ihn auf jeden Fall potentielle Störfaktoren oder, noch schlimmer, Grüne. Der Paradeautomobilist hat ein starkes Sendungsbewusstsein, weshalb er nicht einfach überholen kann, sondern sich hupend, fluchend und wild gestikulierend vorbeidrängt. Je nach Alter erkennt man diese Spezies am Dackel mit Wackelkopf auf der Hutablage, am Duftbaum, oder an der grobgliedrigen Goldkette um den Hals. Radfahrern ist nur zu raten, jeden Zwist mit diesen Leute zu meiden. Hier gilt, selbst für Brägel: Der Klügere gibt nach. Auf der anderen Seite treten die Allmachtsradler in die Pedale. Dieser Spezies ist die Existenz einer wie auch immer gearteten Ordnung auf der Straße völlig wurscht. Ampeln werden grundsätzlich als eine Art folkloristischer Blinkzeichen angesehen, Vorfahrt hat, wer schneller an der Kreuzung ist. Für den Radfreak sind Autofahrer die Pest auf Rädern, faule Wohlstandsmaden, die ihre Wampen hinters Steuer zwängen, anstatt sich im Sattel zu stählen. Selbst die höfliche Bitte, vorbeifahren zu dürfen, wird mit hundsgemeinen Verbalattacken beantwortet. Ganz klar, wenn zwei aus diesen Gruppen zusammentreffen, fehlt schon mal eine Tür oder ein Zahn.

Wie: gibt's ja gar nicht, alles übertrieben? Schön wär's, aber leider ist das der Realität abgeschaut. Eigentlich verwunderlich, wo doch die allermeisten

Radelfahrer auch noch einen Führerschein nebst Auto haben. Aber deshalb sind wir, die radelnden Automobilisten, ja auch die besseren Menschen. Wir können uns auf die Bedürfnisse der Zweiradler einstellen, sind höflich, überholen weiträumig und ohne dämliches Gehupe. Gut, manchmal hat man es auch ein bisschen eilig, das Kind wartet vor der Schule oder die Oma an der Bushaltestelle. Und es muss ja auch wirklich nicht sein, schon gar nicht werktags, dass die Arbeitsscheuen da vorne auch noch in Zweierreihen fahren. Wir hupen ja dann auch nur, weil Radler keine Rückspiegel haben. Sozusagen aus fürsorglicher Höflichkeit.

Und was hat man davon? Sofort recken acht Mann den Mittelfinger in die Luft. Sagen Sie selbst, ist das gerecht? Eben, und deshalb wird es doch wohl erlaubt sein, den Kollegen ein munteres Wort mit auf den Weg zu geben. Kann doch auch so schlimm nicht sein. Ganz Deutschland freut sich über Walter Moers' Comicfigur »Das kleine Arschloch«, nur die Herren im Sattel regen sich auf, weil wir das Wort »klein« durch »groß« ersetzt haben. Absolut humorlos. Beim Vorbeifahren will noch einer mit der Luftpumpe auf das Dach hauen. Das darf doch nicht wahr sein, Meister Brägel versucht sich in vorsätzlicher Sachbeschädigung. Der gleiche Mensch, der einen permanent verdächtigt, irgendwelche Türen einzutreten. Da bleibt uns doch nur der Aufruf zu mehr Toleranz unter den Menschen auf den Straßen. Respekt und ein bisschen Rücksicht — so schwer ist das doch nun auch wieder nicht. Wir können es doch auch. Meistens jedenfalls. Also gut, gelegentlich. Auch nicht? Dann sagen wir es mal so: Wir bemühen uns, aber wer ist schon perfekt? »Ich«, brüllt einer vom Balkon. Raten Sie mal, wer.

# Muskelprotz

*Zu hundert Prozent sei der Radsport Doping-verseucht, sagen italienische »Dottori«: Zu hundert Prozent? Das würde ja bedeuten ... Ein schrecklicher Verdacht keimt auf: Ist selbst der Nachbar nicht mehr ganz sauber...?*

Es nützt ja doch alles nichts. Beinhartes Training, asketisch-freudloses Dasein — die Wade bleibt irgendwie schlaff. Seit Januar lebe ich nun brav wie Rocky vor seinem 29. Titelkampf. Alkoholfreie Disziplin, jeden zweiten Tag in den Sattel, selbst wenn es Katzen hagelt; aber schon bei einem kleinen bisschen Gegenwind tut es bereits weder weh.

Also gut, muss es eben anders gehen. Ohne Doping ist nix zu holen. Was sagen Sie? Das sei unlauter, eine Sauerei, Betrug? Ach was, die anderen sind doch auch alle voll. Schon mal bei einer RTF im Startbereich rechts und links in die Büsche geschaut? Sollten Sie mal tun. Da sieht es oft so aus, als habe eine Großapotheke ihren Müll entsorgt. Pillenschachteln, Ampullen, alles kreuz und quer. >Gibt's doch gar nicht<, sagen Sie? Gibt's doch. Gedopt wird, was die Leber hält. Man sollte halt nur wissen, wie. Neulich, Sie ahnen es, ging's mal wieder mit Brägel auf die Piste. Als der Kerl am Treffpunkt schon so hinterhältig aus seinem Banesto-Zeitfahreinteiler herausgrinst, schwant dem Rest der Truppe Schlimmes. Los geht's. Brägel pfeift diese Hymne vor sich hin, die immer bei Henry Maske gespielt wurde, bevor der sich auf die Glocke hauen ließ. Dazwischen beobachtet er abwechselnd Pulsmesser und Trittfrequenz, und am ersten Hügel tritt er an. »Lieber tot als zweiter«, jault er und rast los. Genau 300 Meter, dann hüpf't Brägel aus dem Sattel

und verschwindet im Gebüsch. Nein, nicht um zu sterben, der Läpp hat es mit Koffeindoping versucht. 16 Tassen Kaffee und eine Flasche Hustensaft obendrauf—jetzt ist ihm schlecht. Viel gebracht hat es ihm eh' nicht. Die Medizin war laut Packungsbeilage für »Säuglinge und Kleinkinder bis zu 18 Monaten« geeignet und der Kaffee koffeinfrei. Es ist eben gar nicht so einfach, sich richtig aufzupeppen. EPO, neue Wunderdroge der Profis, verbietet sich von selbst. Zu teuer und nur wirksam, wenn das Zeug ständig im Kühlschrank gebunkert wird und die Blutwerte überwacht werden. Außerdem wird das synthetische Hormon offiziell nur an Nierenkranke verschrieben. »Kein Problem«, kräht Brägel in die Runde, »ich geh' zu meinem Doc und sage ihm, ich hätt' da irgendwas an den Nieren.« Eisiges Schweigen.

So einfach geht es dann doch wieder nicht. Bleiben also nur Anabolika, die chemischen Muskelmäster. Das Zeug hat allerdings einen brachialen Nachteil. Wer zuviel schluckt, sieht zwar aus wie Arnold aus Hollywood, bekommt aber Potenzprobleme und Schrumpfmoden (Männer), respektive Bartwuchs und Brummstimme (Frauen). »Na und«, quengelt Brägel, »ich will nur einmal am Berg die Power haben, ein einziges Mal so richtig vorneweg krachen, ach, war' das schön.«

Nachdem ihm einer in aller Ruhe den Begriff Hoden erklärt hat, wird er dann doch ein bisschen ruhiger und schaut sinnend an sich hinunter. »Auch egal«, sagt er, »wenn es soweit kommt, nehme ich halt Wachstumshormone, dann wird's schon wieder.« Eisiges Schweigen.

Wir wollten ihm dann noch die Wirkungsweise von Ephedrinen erklären, haben es aber doch gelassen. Wer Nasenpflaster zu einem Ring klebt und mit einem Glas Wasser runterspült, ist noch nicht reif für trainingsunterstützende Maßnahmen aus der

Apotheke. Aber aufgeben will er trotzdem nicht. Neulich hat ihn einer in der Kneipe beim Lesen einer Broschüre ertappt. Der Titel: »Gesund und fit durch Eigenurin«. Wir befürchten das Schlimmste. Der Wirt übrigens auch.

Soweit darf es nun doch nicht gehen. Nein, nein — wer vernünftig ist, besinnt sich am Ende doch wieder auf die alten Mittel, die schon unsere Vorfahren schnellgemacht haben. Drogen Nummer eins bleibt somit das Hefe-Weizenbier. Hefe ist gut für die Haut, und der Alkohol sorgt für eine heitere Grundstimmung, die einen die eigene Mickrigkeit im Sattel wesentlich gelassener ertragen lässt. Ganz nebenbei steigert regelmäßiger Konsum das Eigengewicht und damit zumindest die Grundgeschwindigkeit bergab.

Eine nachgerade phänomenale Wirkung wird auch einem Einlauf mit Chinaöl nachgesagt. Nach etwa 20 Minuten setzt ein dermaßen höllisches Brennen im Gedärn ein, das erst nach etwa einer Stunde körperlicher Höchstbelastung langsam wieder nachlässt. Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie mich aber bitte nicht. Segensreich und leistungssteigernd sollen auch sein: Kiloweise Spaghetti, trocken und maximal mit etwas Parmesan verfeinert, Blütenpollenextrakte, tibetischer Meditations-Tee, Rote Beete, sowie überreife Bananen aus der Südregion von Costa Rica. Alles bewährte Hausmittel von Leuten, die dummerweise im Sattel noch nie irgendwas gerissen haben.

Und natürlich Kokain. Ein Naschen Stoff, und die Last im Sattel wird zur Lust. Sagt man. Es kann natürlich schon sein, dass einer dabei gutgelaunt auf einen stehenden Laster knallt, weil er im rauschhaften Bewusstsein übermenschlicher Kräfte drüberfahren wollte. Aber ein bisschen Risiko gibt es eben überall. Unser aller Norbert Blüm überlegt schon, zur Entlastung der Rentenkasse Rennradlern ab 65

Jahren das Mittel kostenlos zur Verfugung zu stellen.



Brägel hat es natürlich auch schon probiert. Sie ahnen es — ohne jeden Erfolg. Weil das Pulver so schön weiß war, hatte er es sich »in ein Getränk« gerührt, wie er sagt. Wir wollten natürlich wissen, in welches Getränk. Brägel schweigt hartnäckig. Entsetzen in der Runde.

Jetzt reicht es wirklich. Doping gehört geächtet. Wer schnell sein will, muss eben doch hart trainieren. Und Brägel darf erst nach der Kontrolle seiner Trinkflasche wieder mitfahren.

# Zitterpartie

*Gelobt sei, was die Birne weich macht —  
Paris-Roubaix passt so gut zu modernen  
Rennrädern wie ein Supermarkt-Parkplatz  
zu Mountainbikes. Aber was wäre der  
Profi-Zirkus ohne die Schüttelei...*

Vor uns steht Monsieur Legrand (alle Namen sind natürlich rein zufällig). Aus seiner linken Augenbraue löst sich ein kleiner Schlamm tropfen und fällt, platsch, auf den edlen Kamelhaarmantel. Aber das ist jetzt eh schon wurscht, der Mann sieht schließlich so aus, als sei er eine Stunde hinter einer Jauche-Schleuder spazieren gegangen. Monsieur Legrand ist Inhaber der Firma Marmala, die einen Profi-Radrennstall gleichen Namens sponsert. Für die fünf Millionen Mark im Jahr wollte der Chef gerne einmal seine Werbeträger in Aktion sehen und deshalb steht er nun ziemlich bedeppert und eingesaut da, zusammen übrigens mit dem Prokuristen, seiner Frau und dem kleinen, weißen West-Highland-Terrier. »Paris-Roubaix — Chef, das ist das Größte«, hatte Legrands Assistent zuvor noch geschwärmt, »der archaische Kampf Mensch gegen Natur, gewaltige Leiden in der Hölle des Nordens.« Also hat sich der Boss in einem verlassenen Winkel Nordfrankreichs an den Straßenrand karren lassen. Vor ihm liegt eine holprige Steinpiste, die die letzten hier noch lebenden Bauern seit Jahren umfahren, weil sie sonst immer die Schrauben an ihren Treckern nachziehen müssen.

Dummerweise hat der Assistent nicht viel Ahnung von Radrennen. Und so hat er seinen Chef mit dem blau-rosa-gelb-grünen Marmala-Fähnchen an einem der 22 Pave-Ab schnitte irgendwo bei Wallers-Aremberg postiert, wo den Weg aus grausigen Steinbrocken

zufällig noch ein zwanzig Zentimeter breiter Dreckstreifen säumt. Zuerst rumpelte ein Polizeimotorrad an den Steinen vorbei durch den Matsch und versaute Legrands Beinkleider. Danach kamen die Fahrer, einer nach dem anderen, fluchend und Dreck spritzend. Nach zehn Minuten war alles vorbei, Frau Legrand einer Ohnmacht nahe, der Gemahl und das Fähnchen eingesaut und der Assistent gefeuert. Nur der Hund, der jetzt als brauner Dackel durchgehen würde, wedelte erfreut mit dem Schwanz. Ob im Profipulk auch ein Marmala-Fahrer war — und wenn ja, wo wusste hinterher auch keiner. Viel zuviel Dreck auf den blau-rosa-gelb-grünen Trikots.



So ist das eben bei den meisten Klassikern im Frühjahr. In Belgien eine Ansammlung von 22-Prozentern auf glitschigen Holperfisten hinaufkeuchen, in Frankreich 266 Kilometer bei Gegenwind durch gottverlassene Gegenden strampeln, davon gut 50 Kilometer über

Kopfsteinpflasterstrecken, die teilweise unter Naturschutz stehen oder von der Societe du Tour de France gekauft wurden, damit die alljährliche Zitterpartie überhaupt noch stattfinden kann. »Kasseien« nennen die Belgier den Straßenbelag für die absolut legale Tiefschlagorgie. Das klingt ganz ähnlich wie »kasteien«, was aus dem lateinischen kommt und bedeutet, dass sich jemand Entbehrungen auferlegt. Ganz ähnlich hört sich auch »kastrieren« an. Es ist allerdings nur ein Gerücht, dass sich das Wort direkt auf die Radelei über Holpersteine zurückfuhren lässt. Hart sind die Paves aber allemal. Und irgendwie auch prägend. »Ich hab' so gezittert, ich konnte zwei Tage keine Tür aufmachen«, jubilierte einst Gilbert Duclos-Lassalle nach seinem Sieg - und das mit einer Federgabel. Wir freuen uns ganz narrisch mit dem Franzosen. Gelobt sei, was die Birne weich macht.

Irgendwie ist es schon seltsam. Da arbeiten Legionen von Ingenieuren und Technikern jahrelang an der Optimierung des Zweirads, und dann werden die Berufsfahrer zwischen Rübenfeldern auf Strecken gehetzt, die früher wahrscheinlich als Zufahrt zur örtlichen Hinrichtungsstätte gedient haben und die zu den filigranen Rennrädern passen wie Mountainbikes auf einen Supermarkt-Parkplatz. Kein Zweifel — diese Pisten taugen eher für Haltbarkeitstests von Zahnpflegespezialisten als für Radrennen und außer dem Sieger macht die Schüttlei wirklich niemandem Spaß. Das ist ganz sicher. Jan Ullrich ist wahrscheinlich gottfroh, dass er im Frühjahr immer ein bisschen zu schwer ist. Auf den Paves würde er sicher jeden Rahmen gnadenlos zu Bruch reiten.

Trotz der Härte gibt es Paris-Roubaix auch für jedermann. Brägel hat sich neulich angemeldet, will aber vorher vorsichtshalber zur Samenbank gehen, weil er gerne noch Kinder haben möchte. Wenn er den prophylaktischen Gang vergessen sollte, könnten in

diesem Fall die Paves doch noch ein gutes Werk vollbringen. Aber das ist ein anderes Thema.

Was haben sich die Ingenieure nicht alles einfallen lassen, um die Leiden zu mindern. Früher hat man es mit ballonartigen Schlauchreifen und gaaaanz weichen Lenkerbändern versucht. Heute gibt es Rock-Shox-Gabeln und vollgefedeerte Renner. Was aber auch nicht immer nützt. 1995 zerbrach Johan Museeuws Feder-Velo kurz vor dem Ziel. Anschließend brauchte ein Mechaniker eine Minute, um den Belgier von seinem neuen Pedal zu befreien. Wahrscheinlich war es festgeschüttelt worden. Der Weltmeister von 1996 hat im übrigen sicher die Schnauze voll vom Kopfsteinpflaster. Im Frühjahr knallte er bei einem Sturz böse aufs Knie. Komplizierter Bruch, das Karriereende droht. Vielleicht sollten sie bei der UCI mal über Alternativen nachdenken. Wie wäre es zum Beispiel mit »Bozen-Innsbruck« über den Alpenwanderweg? Oder mit »Quer durch den Panzerübungsplatz«?

Aber irgendwie gehört die Schüttelei doch auch dazu. So zu Hause, gemütlich vor dem Fernseher, schauen wir doch immer wieder gerne hin. Monsieur Legrand hat sich im übrigen auch nicht vom Radsport abgewandt. Zuerst wollte er ja schon den Geldhahn zudrehen, aber der Anblick seiner dreckverkrusteten und hellauf empörten Gattin hat ihm dann doch wieder sehr gut gefallen. Außerdem wurde einer seiner Fahrer Dritter und kam in einem frischen Trikot als Held aus der Hölle des Nordens in die Zeitungen. Monsieur Legrand wird also auch im nächsten Jahr dabei sein. Dann allerdings auf der Ehrentribüne der Radrennbahn zu Roubaix.

# Das Tour-Orakel

*Wer gewinnt, wer verliert, wer wird berühmt?  
Prognosen gibt's genug, doch die Tour de France ist  
unberechenbar. Ein Blick in den Kaffeesatz von  
Fortunas Frühstückstasse ...*

10. Juli, Dublin: Wirbel am Tag vor dem Prolog. Mario Cipollini wird in einer Hafenkneipe in eine Schlägerei verwickelt, weil Männer mit Gel im Haar und in gelben Radhosen mit schwarzem Sakko dort nicht gern gesehen werden. Aufregung beim Team Telekom: Jan Ullrich wird von einem vierköpfigen Greifertrupp im Auftrag der Zeitung »L'Equipe« zwangsgewogen. Das Ergebnis: 73,8 Kilo. WAS ERLAUBT SICH ULLRICH? - 800 GRAMM ÜBERGEWICHT titelt die Zeitung einen Tag vor der Tour auf der Seite eins und beschimpft den Champion als Rollmops. Trotzdem wird Ullrich Vierter beim Prolog, allerdings auf einem normalen Rad, da die UCI seine neue Spezialmaschine zehn Minuten vor dem Start verboten hat.

15. Juli, Cholet: Die Szene lacht über Telekom. Rolf Aldag liegt vier Minuten vor dem Feld und ist auf dem Weg ins Gelbe Trikot, als er sich über das neue Handy-System im Mannschaftswagen meldet. Aldag will wissen, wie weit es noch bis ins Ziel bei Cholet sei. Rudolf Scharping, Dauergast im Teamwagen, nimmt das Gespräch entgegen und leitet den armen Profi auf die Toilette einer Autobahnraststätte. Cipollini gewinnt den Spurt, ist auch im Gesamtklassement vorn, wird aber am nächsten Morgen disqualifiziert, weil er sich weigert, das Gelbe Trikot ohne eine künstlerische Überarbeitung von Giorgio Armani überzustreifen. 18. Juli, Zeitfahren nach Correze: Bjarne Riis hat die beste Zwischenzeit, als an seinem Rad die Kette abspringt. 200 Meter nach dem Zwangsstopp fahrt der Däne

auch noch platt, feuert sein Velo über einen Weidezaun und pfeffert sein Reserverad gleich hinterher. Da hinter dem Zaun ein französischer Prachtbulle angriffslustig auf die nervösen Menschen startt, verliert Riis weitere zwei Minuten, ehe er mit Scharpings Privatvelo, das eilig aus dem Kofferraum geholt wird, weiterstrampeln kann. Das Zeitfahren gewinnt überraschend Marco Pantani (»Ich habe anders trainiert«), der auch in Führung geht. Ullrich liegt im Gesamtklassement auf Platz sechs.

21. Juli, Luchon: Revolution in den Pyrenäen — Udo Bölts in Gelb. Der Pfälzer ist am Col de Solour weisungsgemäß in einer Ausreißergruppe dabei und hat das Tempo hochzuhalten. Bölts dreht sich nicht ein einziges Mal um, zerlegt seine Gegner, rast über Tourmalet, Aspin, Peyresourde und gewinnt am Ende mit 21 Minuten Vorsprung auf die Favoritengruppe. Pantani scheidet wegen Zeitüberschreitung aus (»Ich habe falsch trainiert«). 23. Juli, Ruhetag in Ariege: Pro 7 steigt als letzter deutscher Sender in die Berichterstattung ein und verpflichtet dafür Verona Feldbusch, die radsportfachlich von Rudolf Scharping beraten wird. Bölts, Ullrich, Zabel, Riis, Godefroot, Ron Sommer und Tourdirektor Jean-Marie Leblanc bemühen sich um einen Interviewtermin.

27. Juli, Les 2 Alpes: Hitzeschlacht in den Alpen. Udo Bölts steigt geschwächelt vom Rad, nachdem ihn die Teamleitung am Abend zuvor gezwungen hatte, mit seinem Pfälzer Landsmann Guido Hörn in den Tagesthemen von Co-Sponsor ARD Nussecken live zu mampfen. Virenque attackiert, aber Ullrich kontert und fährt doch noch in Gelb. Teamsprecher Schumann ist nervös, weil er die Chefredakteure von Spiegel, Stern und Focus erwartet, die per Hubschrauber eingeflogen werden sollen. Die Herren sind auch ganz in der Nähe, allerdings am Gegenhang in Alpe d'Huez.



Dort treffen sie nur auf einige Golf spielende Touristen und den namhaften deutschen Fallschirmspringerkönig Eberhard Gienger, der mit Verona Feldbusch im Tandem zum Interview abgesprungen ist. Leider führt die Tour in diesem Jahr nicht nach Alpe d'Huez. Frankreich feiert indessen euphorisch Ullrichs erneuten Coup: 72,3 KILO PURE KRAFT jubelt L'Equipe. 30. Juli, Neuchatel, Schweiz: Eklat an der Grenze: Jan Ullrich wird von einem Zöllner an der Einreise gehindert, weil er am Abend zuvor in einem Interview erklärt hatte, es sei ihm »egal«, wo er morgen fahre. Das, so der schweizerische Beamte, sei eine völkerrechtswidrige Beleidigung seines Landes, Ullrich somit eine unerwünschte Person. Godefroot kann nur mühsam daran gehindert werden, dem Zöllner an die Gurgel zu springen. Schließlich regelt Frau Feldbusch den Konflikt, die seit drei Tagen statt Herrn Scharping im Telekom-Auto sitzt. Der Zöllner gibt eine Minute später mit roten Ohren die Fahrt frei. 2. August, Finale in Paris: Unternehmen Tour erfolgreich beendet: Ullrich gewinnt, Zabel triumphiert auf der letzten Etappe und sichert sich das Grüne

Trikot. Verzögerungen gibt es nur bei der Siegesfeier. Angekündigt hat sich auch der Bundeskanzler, der aus Wahlkampfgründen mit dem Fallschirm einschweben wollte. Das scheiterte daran, dass sein Sprungpartner »Ebse« Gienger nirgends zu finden war—er war in Neuchatel bei einem Tandemsprung mit Karl Dali wegen unerlaubter Verletzung des neutralen Luftraumes verhaftet worden.

Folgt: Fernseher an - es wird drunter und drüber gehen bei der Tour, und wir wollen alles sehen. Besonders natürlich Frau Feldbusch.

# TV-Tortour

*Drei Wochen Tour de France —  
das erfordert nicht nur von den Profis im Sattel  
Stehvermögen. Auch auf die Fans  
im Sessel warten Strapazen ...*

»Jetzt fahr' doch, du Pfeife.« Mein Gott, wie stellt der sich wieder an. Das bisschen Tourmalet und schon Quark in den Waden. Wenn der wüsste, was unsereins für ein Theater gehabt hat, bevor endlich die Tour am TV organisiert war, würde er sicher nicht so kraftlos mit dem kleinen Blatt 'rumschrubben. Ist doch so - die wahren Helden der Tour sitzen zu Hause im abgedunkelten und überhitzten Wohnzimmer und kämpfen sich an der Seite von Rudi Altig und Jürgen Emig tapfer über jeden Pass. Und das ist nun wirklich nicht leicht. Vor dem ersten Druck auf die Fernbedienung mussten Geschäftstermine verlegt, der Chef verladen und die Familie mit allen Tricks (Kinokarten, Einkaufsgutscheine und Schnupperkurse im Fitnesscenter) ruhig gestellt werden. Jetzt jault nur noch der Hund und will raus, aber da hat er sich geschnitten. Sicher nicht jetzt, mitten in den Pyrenäen. Platz! Keine Diskussion, der Sessel-Marathon vor dem Schirm ist schließlich die knüppelharte Königsdisziplin im Radsport. Stundenlange Qualen im Wohnzimmer, und keiner der Herren im Sattel tut, was man will. Riis attackiert nicht, Ullrich ist nicht zu sehen, Böltz fahrt zwar vorne, aber die französischen Kameramänner zeigen lieber wieder, wie Jalabert die Trinkflasche wechselt. »Ullrich hat Defekt«, brüllt plötzlich Meister Altig ins Mikro. Beim Aufspringen stoße ich mit der Kniescheibe an die Tischkante, das Weizenbier kippt um und läuft über den neuen Teppich. Das Designerstück ist erst seit zwei Wochen im Haus und

von der lieben Gattin zu ihrem Heiligtum erklärt worden. Schnell den nächsten Lappen geschnappt. Jetzt nur keine Zeit verlieren — Virenque, der Schuft, greift an. »Dranbleiben, Bjarne!« brüllen, das Bier wegwischen und mit Tränen in den Augen gegen den stechenden Schmerz im Knie anfluchen ist eins. Bei der abendlichen Nachbereitung der Etappe stellt sich dann dummerweise heraus, dass der Lappen eine Seidenbluse war, die zum Zwecke des Knopfannähens auf dem Tisch gelegen hatte und jetzt nicht mal mehr für die Altkleidersammlung taugt.

Das Theater war ziemlich heftig, aber da muss man eben durch. Die nächste Etappe schauen wir uns dann bei Brägels an. Doch,



doch, bei aller Rivalität muss man wissen, wann es geboten ist, um der Sache willen die Gemeinsamkeiten zu betonen. Wenn die Tour über die Mattscheibe flimmert, ist der Nachbar ein wahrer Schatz. Brägel sitzt gelöst da, wahlweise im original Gelben Trikot oder in Telekom-Vollausstattung (immer mit Sonnenbrille, Handschuhen und Stirnband) und hört sich bei lautstärkereduziertem O-Ton geduldig die 43. Auflage meiner Geschichte vom »heroischen Kampf in L' Alpe d'Huez im Jahre 1992« an.

Mittlerweile kennt er jedes Detail, jede Übersetzung, jede einzelne meiner Muskelzuckungen auf den 14 Kilometern bergauf. »Gaaaanz doll gemacht«, nuschelt er alle zwei Minuten. Vielleicht hätte er doch nicht fünf Weizenbiere bei 32 Grad im Schatten trinken sollen. Oder wenigstens ein bisschen weniger schnell. Aber was soll's. Wenn Brägel wieder klar ist, diskutieren wir die wichtigen Fragen der TV-Tour. Wann und wie pinkelt eigentlich ein Moderator bei sechs Stunden Live-Reportage? Wieso nehmen wir während der Etappe ein Kilo zu, die Fahrer drei Kilo ab? Warum wird, um alles in der Welt, sechsmal am Tag Bernard Hinault im fahrenden Auto interviewt? Und überhaupt - wozu braucht ein Radrennen drei Mottos, wie heißen die, und warum schreiben die Franzosen »Moto« nur mit einem »t«? Das hätte uns schon mal interessiert, aber jetzt kommt Walter Godefroot. Telefoninterview aus dem Auto, live natürlich: »Hallo Herr Godefroot, hören sie uns?« »Ja.«

»Das ist gut.« Rauschen. »Wie bitte?« »Wir sagten, das ist gut.« »Gut.«

»Wie sieht es aus?«

»Gut, wir sind vorne mit dabei, Bjarne ist in guter Konditio...« Großes Rauschen.

»Hallo Walter, hören sie uns?« Rauschen, Knacken, Rauschen.

Keine Verbindung mehr, und plötzlich ist auch Brägel weg. Der Läpp sitzt auf dem Dach und dreht an der Satellitenschüssel. »Wir brauchen dringend Antenn döh«, brüllt er, »bei den Franzosen kommt heute abend das Tour-Magazin.« Nur mit der Drohung von Weizenbier-Entzug ist er davon abzuhalten, die Schüssel aus der Halterung zu reißen und gen Frankreich (Westen) zu drehen. Zum Zieleinlauf ist er wieder im Fernsehsessel. Bergankunft in den Pyrenäen. Mein Gott, was machen die wieder Fehler.

Ullrich hat zu wenig getrunken, das sieht jedes Kind, Riis den falschen Gang aufgelegt, und keiner hat wieder auf Zülle aufgepasst. War' uns ganz klar nicht passiert, aber uns lässt ja keiner. Flamme rouge, letzter Kilometer, dieser Franzose mit dem Cowboy-Gesicht gewinnt vor einem kurzsichtigen Schweizer und einem einsamen Italiener.

Na ja, ganz ordentlich. TV aus, Brägel stakst in den Radschuhen zum Kühlschrank und holt sich noch ein Bier. Ich gehe zur verdienten Massage, wie nach jeder Etappe. Morgen wollen wir versuchen, vier Stunden ohne Toilettenpause bei Eurosport durchzuhalten. Und in zehn Tagen, beim Finale in Paris, gibt es die Tour d'Honneur um den Wohnzimmertisch. Mit Schampus statt Bier, Lachshäppchen statt Salzstangen — und natürlich im Gelben Trikot. Sechzig Stunden vor dem Schirm durchgehalten, das macht uns so schnell keiner nach. Danach gehen wir in den verdienten Urlaub. Das muss auch sein nach dem Stress. Und wenn wir dort noch eine schöne neue Seidenbluse finden, dann war es eine richtig schöne Tour de France.

# Schüsselerlebnis

*Sicher will man als Politiker immer den Kopf frei haben, weil es ja stets ums Große und Ganze geht. Aber muss man einem gestandenen Parteisoldaten wie Scharping wirklich noch sagen, dass es Situationen geben kann, in denen man sich besser bedeckt hält?*

Na, bravo — das er hat er ja wirklich prima hingekriegt, der Herr Rudolf Scharping. Da legt sich der velobegeisterte Pfälzer mit 45 Sachen knallfall ins Gelände und muss anschließend mit Kopfverletzungen ins Krankenhaus, weil er keinen Helm getragen hat. Sauber, sauber, Herr Ex-Kanzlerkandidat. »Normalerweise habe ich immer einen auf«, jammerte er hinterher. Dabei weiß doch jedes Kind, dass es immer genau dann kracht, wenn die Halbschale zu Hause an der Garderobe hängt. Das ist ein Naturgesetz, und außerdem hätte der Politprofi wissen müssen, dass jetzt wieder die halbe Nation über die doofen Radler lacht, nur weil ein Prominenter Mist gebaut hat. Bleibt nur zu hoffen, dass in der Folge nicht auch noch ein schneidiger Christdemokrat auf dumme Gedanken kommt, so nach dem Motto: »Meine sehr verehrten Damen und Herren, wenn sich ein Sozialdemokrat auf die Schnauze legt, dann können wir das, und ich sage das mit aller Entschiedenheit, noch besser.«

Vorsichtshalber sagen wir mal in Richtung Berlin: So ein Helm ist eine gute Sache, und zwar auf dem Kopf und nicht zu Hause oder im Kofferraum des Autos. Die Dinger wiegen fast nichts, sind gut belüftet, und so mancher sitzt heute nur deshalb unbeschwert im Sattel, weil er im entscheidenden Moment eine Halbschale aus Styropor auf dem Kopf hatte.

Es gibt natürlich auch Menschen, die sehen das wieder mal ganz anders. Neulich ist mir, man ahnt es, Nachbar Brägel über die Füße gefallen. Der Läpp hat sich auf einer »Ädwentschermesse« (O-Ton Brägel) Inlineskates um 499 Mark gekauft und stolpert jetzt unentwegt mit Knie- und Ellenbogenschützern bewehrt die Straße auf und ab — immer ganz nah am Zeitgeist. Seine aberwitzige Figur hat er in ein bauchkurzes Top gezwängt. Ein Bild des Jammers, die Wampe schwabbelt, auf dem Kopf glänzt nur die hohe Stirn. Genau wie vor zwei Tagen beim Radeln. »Na, Brägel, wo ist dein Helm?«, hab' ich freundlich gefragt. »Ach weißt du«, kam es zurück, »mit so einem Ding sieht man aus wie ein Arsch mit Ohren.« Wie bringt man einem wie Brägel jetzt schonend bei, dass seine Optik sich gar nicht mehr zu seinem Nachteil verändern kann? Es ist überhaupt ein Witz, wenn sich einer wie er Gedanken um sein Aussehen macht. Fangen wir unten an: Brägels Beine stecken in Radschuhen, die noch nie in ihrer sechsjährigen Leidenszeit Schuhcreme gesehen haben. Seine unrasierten Waden werden von den unvermeidlichen Tennissocken aus dem Supermarkt (fünf Paar Neunneunzig) umschmeichelt. Die weiße Kunstfaser endet wahlweise in einem dunkelblau-roten oder hellblau-gelben Doppelstreifen — einfach grauenhaft. Die Radhose trägt die Aufschrift »Capri Sonne«, das war einmal ein Rennstall, so ungefähr vor 15 Jahren. Das Trikot ist von »Super-U«, kommt aus Frankreich und war, glaube ich, irgendwann einmal zitronengelb. Nach der zweihundertsten Wäsche sieht es aus wie der Träger — ziemlich blass.

Aber es hat auch neu schon nicht zur Hose gepasst. Von den Handschuhen wollen wir gar nicht reden, die stammen wahrscheinlich aus dem Nachlass von Fausto Coppi. Aber keinen Helm tragen wollen aus optischen Gründen. Da hört sich wirklich alles auf.

Dabei hat sich doch die Industrie richtig ins Zeug gelegt.



Es ist schließlich gar nicht so lange her, da sahen Radhelme tatsächlich noch wie Suppenschüsseln aus. Wenn man so ein Ding aus Versehen hat rumliegen lassen, hat die Oma den Salat drin angemacht oder der Opa reingepinkelt oder beides. Heute gibt es optisch wunderbare Sachen, und man braucht nur noch ganz wenig Feingefühl, um bei der Auswahl nicht danebenzugreifen. In Australien haben sie jetzt sogar Sonnensegel zum Überstülpen entwickelt. Wer so ein Tuch über den Helm zieht, kommt so elegant daher wie ein britischer Kolonialherr auf Indiensafari. Aber wahrscheinlich ist das Absicht. Hierzulande ist auch schon ein Exemplar dieser Gattung gesichtet worden, wobei es einigermaßen albern aussieht, wenn einer auf der Schwäbischen Alb rumpfährt wie Lawrence von Arabien.

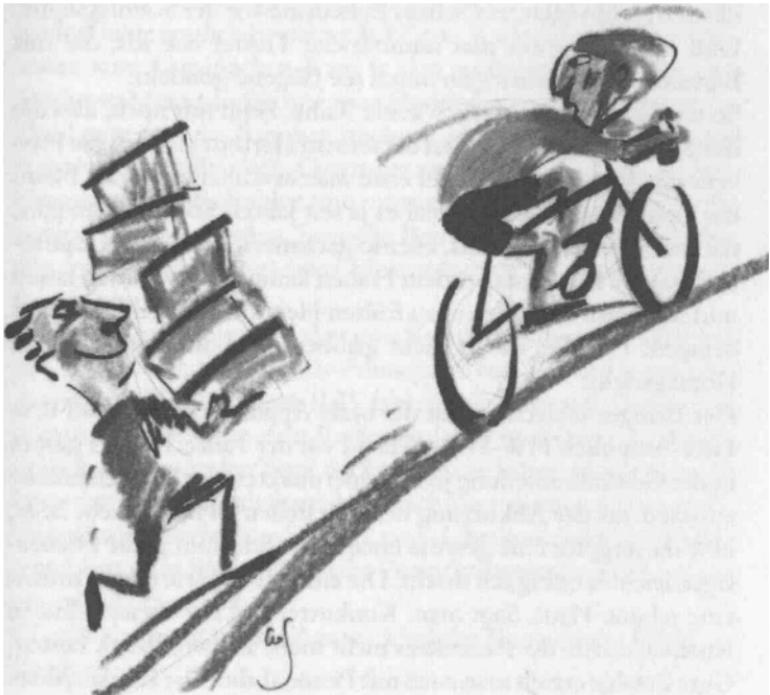
Doch wer sich ein bisschen Mühe gibt, findet schnell das passende Dach. Gemütliche Freizeitradler greifen zum Modell »Breite Halbschale«, mittelprächtig durchlüftet. Bei den Dingern steckt das Geld in der Sicherheit, nicht im Design. So ein Helm ist praktisch und kann zur Not auf jedem Flohmarkt wieder verkauft werden — allerdings nur noch für höchstens fünf Mark. Für den Fortgeschrittenen gibt es aerodynamisch gestylte Kopfschützer. Von hinten sieht man dann zwar aus wie ein Rennrodler aus der DDR, ist dafür aber extrem windschnittig unterwegs.

Mein lieber Nachbar hat sich übrigens dann doch noch einen Helm gekauft. Wahrscheinlich hat ihm irgendjemand weisgemacht, dass man damit wahnsinnig »Imitsch«-Punkte machen kann, wenn genug »Heiteck« drin ist: Luftpolster zum Beispiel, die mittels Pumpe an den Kopf gepresst werden. Brägel ist ja so leichtgläubig und hat gleich den teuersten ausgesucht. Jetzt nennt er sich Ingo »Air« Brägel. Peinlich. Hoffentlich macht Scharping ihm das nicht nach: Rudolf »Air« Scharping, das wäre dann wohl der letzte Karriereknick.

# Voll breit

*Doping im Radsport: Nein, danke.  
Die wahren Schnellmacher für jedermann  
kommen sowieso nicht aus der Apotheke ...*

Kennen Sie den Beinberg im Schwarzwald? Nicht? Seien Sie froh. Da geht's höllisch rauf, ganz schlechte Straße, 13 Prozent Steigung, und dummerweise machen die bei der RTF in Bad Liebenzell auch noch ein Bergzeitfahren an diesem Kotzbuckel. Brägel hat sich natürlich eingetragen. Ausgerechnet der Läpp mit seiner Wampe und den dürren Waden. Ganz nebenbei spannt über seinem Schnitzelfriedhof das Original-Bergtrikot der Tour. Und zwar so heftig, dass es die roten Punkte zu Ovalen verzieht. Ich tue lieber so, als hätte ich diesen Kerl noch nie gesehen und fahre die gut 200 Höhenmeter gegen mich und nicht gegen die Uhr hinauf. 111 Kilometer mit 1.300 Höhenmetern insgesamt — da brauche ich am ersten von fünf Buckeln nicht auch noch zu hetzen, Brägel eigentlich schon gar nicht. Doch unplötzlich rast der Kerl an mir vorbei. Ziemlich dicker Gang, ordentlicher Tritt, puterroter Kopf. Gleich platzt er, das Tempo kann er nicht halten, denke ich. Kann er aber doch. Brägel stampft ungeniert weiter, ich habe keine Chance mitzufahren. Oben genießt er die respektvollen Blicke der Zeitnehmer und flirtet heftig mit einer jungen Dame, die ebenfalls schwer beeindruckt zu sein scheint. Mich empfängt er mit einem grinsenden »Wo bleibst du denn so lange — können wir weiter — ich habe heute noch was vor!« Aber jetzt reicht's mir: »Du bist gedopt«, brülle ich, »voll bis zum Rand. Jetzt weiß ich endlich, warum das Breitensport heißt. Alle voll, alle breit — schäm' dich.«



Brägel schämt sich nicht. Er erklärt eiskalt, dass Doping schließlich dazu gehört, dass es prima und völlig harmlos sei und wenn ich wolle, würde er mir gleich die Internet-Adresse seines Dealers diktieren. Himmel hilf, ein Alptraum. EPO bei der RTF, Anabolika für Hobbyisten, ein Schuss Ephedrine vor der Sonntagsfahrt. Und mittendrin ein paar altmodische Trottel wie ich, die mit Bananen und Müsliriegeln durch die Gegend gondeln. So was lässt einem natürlich keine Ruhe. Fehlt nur noch, dass die französische Polizei den Kerl bei seinem Herbsttrip durch die Provence in den Knast steckt; der erste wäre er schließlich nicht. Nein, das kann so nicht sein, zumal es ja seit Jahren Stimulantien gibt, die garantiert wirken und, ebenso garantiert, auf keiner Dopingliste

stehen. Mittel, die zudem Frauen keine Barte wachsen lassen und Männern nicht den allzu frühen Herztod oder Potenzverlust bringen. Für alle, die es nicht glauben, hier die besten legalen Dopingtricks:

Der Bringer schlechthin ist die orale Applikation von zwei 0,5-Liter-Ampullen HW-H am Abend vor der Fahrt. HW-H gibt es in der Getränkeabteilung jedes Supermarktes, der Branchenname entstand aus der Abkürzung beim Bestellen: »Hefeweizen, hell«. HW-H sorgt für eine gewisse entspannte Stimmung, die Niederlagen leichter erträglich macht. Die enthaltene Hefe macht zudem eine schöne Haut. Sagt man. Konkurrenzlos der Preis: Selbst in Kneipen dürfte die Renndosis nicht mehr als zwölf Mark kosten. Gute Erfolge erzielt man auch mit Penne al alio. Die Kohlehydratspeicher werden gefüllt, der Knoblauch wirkt durchblutungsfördernd und hält zudem lästige Konkurrenten auf Distanz. In Verbindung mit HW-H eine nahezu unschlagbare Mischung. Neuerdings ist auch mechanisches Doping zu beobachten. Ein drittes Kettenblatt vorne erlaubt selbst Dünnwaden eine pantaniähnliche Trittfrequenz am Berg. Noch nicht ganz ausgereift ist die dabei erzielte Geschwindigkeit. Die besten Ergebnisse werden durch zusätzliches Tachometer-Doping erreicht. Dabei wird der programmierte Reifenumfang einfach verdoppelt. Wer vor nichts zurückschreckt, erzielt auch mit Prämiendoping erstaunliche Wirkungen. Wobei nicht der Sieg, sondern das Vermeiden von Niederlagen ausgezeichnet wird. Der Radclub Hinterdorf lobte neulich bei seiner RTF eine Kaffeefahrt für zwei Personen zum Lamadecken-Kauf in den spätherbstlichen Harz aus (inklusive Mittagstisch); und zwar für den letzten der Bergwertung. Die Leute sind die Rampen hochgekachelt wie verrückt. Lauter Bestzeiten. Der Prämien-Gewinner wurde in der Toilette der Vereinsgaststätte aufgefunden und musste

zwangsweise zur Siegerehrung geschleppt werden. Schnelle Beine machen auch Einladungen zu Tupper-Parties oder Eintrittskarten ins nächstgelegene Insektenmuseum.

Das ultimative Doping ist aber eine Kombination aus Möglichkeit eins (HW-H und Knoblauch-Penne) und familiärem Zwang. Wer am Sonntag 150 Kilometer RTF fahren will, sollte sich für drei Uhr nachmittags Freunde zum Kaffee einladen und dabei der Gattin versichern, dass er den Tisch decken und die Sahne schlagen werde. Dazu muss man natürlich um kurz nach zwei wieder zu Hause sein. Brutaldoping heißt dann Startzeit neun Uhr; anders gesagt: Dreißigerschnitt oder Ehekrach. Diese Perspektive weckt Kräfte, dagegen ist Epo ein Witz.

Es geht also auch ohne Chemie. Und das Beste daran: Brägel ist Single.

# Radtriumphfahrt

*Radtourenfahrten, kurz RTF genannt,  
bieten Entspannung vom Alltagsstress und  
Genussradeln mit Gleichgesinnten.  
Meistens jedenfalls ...*

Es war ziemlich genau bei Kilometer 113 der wunderbaren RTF »Rund um das brachiale Hügelland«. Wieder ein hundsgemeiner Anstieg, der fünfte bei dieser RTF und, schätzungsweise, der zweihundertfünfzigste der Saison. Jetzt ist es genug, blitzt es durchs Gehirn. Herbstzeit, Pause.

Das haben wir uns jetzt wirklich verdient. Seit April teuren wir nun fast jeden Sonntag durch die Republik, immer schön buckeln und treten, Stempel, Punkte und T-Shirts sammeln. Die Familie ist eh' schon seit Juli sauer, weil sie die Heldengeschichten wie »Allein in den Weiten der Südpfalz« nicht mehr hören mag und es auch albern findet, dass sich erwachsene Männer alle drei Wochen die Haxen rasieren und mit den superschrägen Sonnenbrillen durchs Land gondeln, die schon bei den jungen Profis im Fernsehen eher peinlich aussehen.

Wir haben dafür jetzt die Zeit, Bilanz zu ziehen. Kurzum: Die Saison war wie immer schön — schön hart vor allem. »Das muss auch so sein«, schwadroniert Brägel am Stammtisch, »sonst hieße es ja auch nicht Rad-Tempo-Fahrt.« Sollen wir es ihm wirklich sagen? Dass T natürlich nicht für Tempo, sondern für Touren steht? Dass man Tour mit Reisen oder Wandern übersetzen, dass also eine Rad-Touren-Fahrt etwas durchaus gemütliches sein kann? Aber das würde der Läpp kaum verstehen. Und seit Jan Ullrich schon gleich gar nicht mehr. »Meinen Sie vielleicht, Tour de France heißt Wandern durch

Frankreich?», bellt der Nachbar spöttisch. Wir geben es auf- Brägel fahrt seit Juli schließlich nur noch im Gelben Trikot und hat sein altes Handy verkauft und auf DI umgesattelt. RTFs sind für ihn keine Frage nach Leben oder Tod — sie sind mehr.



Aber damit ist er ja nicht allein. Bei den RTFs trifft sich allerdings ein ziemlich gemischtes Völkchen. Rennfexe, Hobbyradler und — doch, die gibt es auch — ambitionierte Tourenfahrer ganz ohne Renninstinkt. Morgens um sieben sind alle Starter noch Hobbyradler—mindestens. Am Start gibt sich der routinierte RTFler schwach, von einer Formkrise geschüttelt, am Ende der Saison ausgelaugt und überhaupt sei es doch viel schöner, die 220 Kilometerchen gaaaanz locker und entspannt hinter sich zu bringen. Ehrgeizig ist keiner und in Form sowieso nicht. Seltsamerweise wollen trotzdem viele in der ersten Gruppe fahren, tragen etliche den neuesten Einteiler, schieben modernstes und leichtes Gerät zum

Start, duften streng nach Massageöl und schlürfen unentwegt dieses pappsüße Zeug, mit dessen Hilfe man anscheinend schneller über den Berg kommt. Das brauchen sie auch. Glaubt man den Geschichten am Start, sind die meisten erst vor kurzem vom Krankenlager aufgestanden. Los geht's, die Meute rollt locker auf die Strecke, völlig entspannt. So etwa vier Kilometer. Dann kommt die erste Steigung und die RTF ist plötzlich doch ein Rennen. Die Herren »Gaaanz locker« hauen rein, wer kann geht mit, Brägel lässt sofort abreißen und erklärt, dass er es nun wirklich nicht nötig habe, bei einer gemütlichen Runde Tempo zu bolzen. Genau, reihen wir uns lieber in eine weniger ambitionierte Gruppe ein. Das Schöne an einer RTF ist ja auch, dass man sich aussuchen kann, mit wem man fährt. Startnummer 498 hat einen dieser neuen Anhänger hinten dran gebunden, in dem ein dicker, freundlicher Hund sitzt, hechelt und ganz stolz die Startnummer um den Hals trägt. Endlich mal einer, den Brägel im Gelben Trikot am Berg versenkt. Nach dieser Glanztat verkündet er stolz, dass er nächstes Jahr zum ersten Mal in seinem Leben Trondheim-Oslo anpacken will. Jetzt ist es wirklich Zeit, dass die Saison vorbei ist.

Was bleibt, sind schöne Erinnerungen und einige Dinge, die jetzt hoffentlich auch in den Winterschlaf gehen. Bis März wollen wir keine Bananen mehr sehen, keine Müsliriegel und auch keine isotonischen Getränke mehr. Wir freuen uns auf Duschen, wo man nicht dauernd auf einem Schmierfilm aus Massageöl ausrutscht und auf Sonntage, an denen nicht schon um sechs in der Früh' der Wecker kreischt.

Und wie geht es weiter? In spätestens drei Wochen juckt es wieder in den Beinen. Wir planen die neue Saison, natürlich mit mindestens drei Marathons, bringen das Velo auf den neuesten Stand der Technik und vertrauen nachts unserem Kopfkissen an, dass wir

- a) nächstes Jahr die meisten RTFs entspannt angehen und mit Augen für die schöne Natur, und dass wir
- b) einmal, wenigstens ein einziges Mal, die ganzen Rennhorden so richtig auseinanderfahren werden.  
Eine RTF als Rad-Triumph-Fahrt - ach, war' das schön.

# Winterfrust

*Wieder das Jahresziel nicht geschafft, wieder zu wenig Kilometer getreten, wieder an der eigenen Bequemlichkeit gescheitert. Was man jetzt braucht, ist ein Crash-Kurs in Sachen Ausreden — sonst ist der Ruf ruiniert*

Der Blick aus dem Fenster lädt ein zum Suizid — mindestens. Nieselregen, grauer Himmel, achtkommavier Grad im Dauerschatten, und das seit Tagen, eigentlich seit Monaten. Jetzt reicht's dann langsam, die Natur geht vom Vorfrühling nahtlos in den Frühwinter über, da kann einem doch wirklich niemand einen Vorwurf daraus machen, dass es wieder einmal nicht geklappt hat mit dem Jahresziel. Gestern abend flog der Trainingsplaner samt RTF-Kalender der Saison ins Altpapier. Von wegen Alb-Extrem oder Öztaler Radmarathon. Es sind halt wieder nur 3.500 Kilometerchen geworden, meistens zwischen 30 und 60 und überwiegend flach.

Nachbar Brägel trägt zwar neuerdings selbst im Büro Nasenpflaster, hat aber noch weniger in den Beinen. Dafür übt er sich freiwillig in der ganz harten Nummer. Zur Straßen-Weltmeisterschaft im Oktober war er nach Lugano gedüst und hat den ziemlich heftigen Kurs unter die Räder genommen — allerdings nur einmal, weil, wir ahnen es, natürlich auch im Tessin der Himmel grau und die Straße nass waren. Dafür sitzt Meister Brägel jetzt auf einem Original-Telekom-Rad, ernährt sich streng vegetarisch, spült sein Omelette aber überwiegend mit Weißwein runter wegen der linksdrehenden Fettsäuren, oder so ähnlich. Zur Steigerung der Form trinkt er neuerdings Heublumen-Nektar und hat sich im Herbst mit einer Rad-Koryphäe der frühen 1980er-Jahre ins Trainingslager nach

Umbrien verdrückt. Richtig, Umbrien - Toskana macht ja mittlerweile jeder. Allein der Name lässt Szenegänger gelangweilt die Augenbrauen hochziehen. Oh Gott, Toskana! Aber Umbrien — das hat was. In Brägels Fall vor allem Regenstürme, und als Zugabe sogar ein kleines Erdbeben.



Der Trainingswert war dagegen eher gering. Aber, ganz ehrlich, die Saison war für uns doch schon im Mai gescheitert. Zu wenig Kilometer, zu wenig Zeit, zu viele Kalorien, notabene zuviel Weizenbier — also wieder nix. Und wenn doch mal die Chance war, dann hat es natürlich geregnet. Jetzt sitzen wir mit gelockertem Gürtel am offenen Kamin. Die Waden, die im sogenannten Sommer nur durch Spritzwasser gelegentlich braun geworden waren, sind käseweiß und haarig wie eh und je, die Hüften voll und der Erklärungsnotstand groß. Alle Welt will wissen, warum du um Himmels willen für tausend Mark Felgen gekauft hast, die erst bei einem Tempo Vorteile haben, das du in deinem jämmerlichen Zustand höchstens

bergab erreichst — wenn überhaupt. Natürlich haben die Spötter keine Ahnung vom Sonne-in-den-Speichen-blitzen und so. Zum Glück wissen sie aber auch nicht, dass sich in den Dingern Wasser ansammelt, wenn man kein Loch reinbohrt. Sei's drum, das Genörgle der Fußgänger geht einem doch kräftig gegen den Strich. Aber keine Bange, hier kommen sechs ultimative Erklärungen für individuelle Formschwäche. Richtig präsentiert, vertreiben sie jedweden Winterfrust. Theatralisch überhöht und darstellerisch überzeugend, können sie beim Gegenüber sogar Mitleid auslösen.

Ausrede Nummer eins: die heimtückische Verletzung. Seit dem Frühjahr leidest du an einer rätselhaften Reizung der Achillessehne links. Trotz ausgiebiger Untersuchungen in den Universitätskliniken von Heidelberg, Bonn und Hamburg-Eppendorf ist keine Besserung in Sicht. Radtraining ist nur unter gewaltigen Schmerzen möglich. Abwandlungen machen sich auch gut mit chronischer Angina, eingeklemmten Nerven (natürlich Ischias) und Bandscheibenproblemen. Dabei empfiehlt es sich, mit mehrseitigen ärztlichen Bulletins in Latein zu winken, die es für Neunundvierzig-neunzig bei Konrad Kujau in Stuttgart zu kaufen gibt. Beim Vortrag ist eine gramgebeugte Position einzunehmen, die Stimme auf ein kaum hörbares Flüstern zu senken. Leichte Schatten unter den Augen (Schminke!) erhöhen die Wirkung.

Ausrede Nummer zwei: das böse Weib, respektive der fiese Kerl. Das ganze Jahr hat er/sie einem wieder versaut, der/die intolerante Partner/in. War das Wetter mal passabel (selten genug), musstest du zum Zeitgeist-Shopping in irgendeinen schrägen Laden für katalonische Wohnkultur oder zu einer Präsentation grüner Tees aus der Inneren Mongolei. Der karge Rest der Freizeit ging drauf als Elternsprecher im

Kindergarten oder als Samstagmorgendackel (Autowaschen, Müll wegbringen, Gartenzaun streichen oder Keller aufräumen). Solcherlei Geschichten erzählt man am besten den Kollegen in der Firma und achtet darauf, dass sie nicht bis nach Hause dringen, weil das zu Problemen führen könnte. Ausrede Nummer drei: Arbeit, Arbeit, Arbeit. Man wäre ja soooo gerne gefahren, aber der Job frisst einen förmlich auf. 70 Stunden in der Woche sind normal, nebenbei noch die Ämter als Honorarkonsul von Barbados und als Kassierer vom Sportverein. Statt im Sattel sitzt du armes Schwein im Vorstand vom Männergesangsverein und bist Gründungsmitglied der Liga »Freiheit für Velofahrer - nieder mit der Radwegepflicht«. Ganz abgesehen davon, dauert die Sportschau, die mittlerweile »ran« heißt, dummerweise jetzt zwei Stunden statt einer.

Ausrede Nummer vier: das regenerative Jahr. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass alle vier Jahre eine Sportpause von drei Monaten im Sommer eingelegt werden sollte, weil sich dann die Muskelfasern im Oberschenkel besser erholen als im Training. Kurzum wer zur rechten Zeit nicht fährt, wird schneller. Das ist zwar ein ausgemachter Schmarrn, wissenschaftliche Ausführungen machen sich aber immer gut.

Ausrede Nummer fünf: natürlich, das Wetter. Über den Sommer '96 braucht man eigentlich keine Zeile zu schreiben. Schlicht ein Skandal. Wofür bekommt der Kachelmann eigentlich seine Gage, wozu ist Kohl Kanzler? Das können wir auch alleine. Regen im Mai, im Juni, im Juli sowieso — und im August gab es in den Bergen den ersten Schnee.

Zusatztipp: Ziehen Sie Schreinemakers Betroffenheits-Show ab. Eignet sich für die Ausreden eins bis fünf. Alle Entschuldigungen wirken doppelt so gut, wenn sie in Margaretes Tränentimbre

daherkommen. Also — die Hände falten, ein bisschen nach vorne beugen, die Augen schön weit auf und mit leicht brechender Stimme den Welt- oder Körperschmerz hervorpressen. Wer den Pake gut kann, bringt sein Gegenüber zum Weinen und sollte am besten auch gleich ein Spendenkonto in eigener Sache eröffnen. Eines ist klar — die Form konnte in diesem Jahr gar nicht kommen, unmöglich. Trotzdem nagt ein bisschen der Winterfrust. Aber nach Sylvester wird alles gaaaaanz anders. Training, Askese, ein alkoholfreies und trittbetontes Leben. Trondheim-Oslo möchte schon drin sein. Brägel ist übrigens zurück aus Umbrien. Der Nachbar will nächstes Jahr auch auf Eier, Milch und Senf verzichten und im Frühjahr in vier Tagen einmal um Island radeln.

Ende