

Trainingslager Mallorca, vom 13.03. – 27.03.09

Knapp 3000Km in 14 Tagen, so lautet die sportliche Bilanz von Team Schneifel im Trainingscamp auf Mallorca. Kaum Blessuren und fast nahtlos braune Beine, sind die nicht minder wichtigen Ergebnisse nach den zwei Wochen.

Die beiden Radsportler, Josef und Bernie brannten 1000, bzw. 1400 Km auf den Asphalt. Dauerläufer Raimund brachte es auf satte 300 Km.

Zeigte sich die Baleareninsel in den vorherigen Jahren recht launig, mit wechselhaftem Schauerwetter und Temperaturen z.T. im einstelligen Bereich, wurde man in diesem Jahr von der Sonne regelrecht verwöhnt. 14 Tage blauer Himmel und Temperaturen von 16-20°C, garantierten optimale Trainingsbedingungen. Lange Ausfahrten von 120 – 175Km, waren somit kein Problem. Das tägliche Poker um Beinlinge oder lange Hose fiel somit aus. Wie schon im Vorjahr, bezog man in der ersten Woche Quartier in Puerto d´Alcudia. Die Adresse dort war das gute Mittelklasse Hotel Viva Tropic.

Der Norden der Insel bietet einfach die besten Trainingsvoraussetzungen. Ausgedehnte Flachstrecken auf einsamen Nebenstrassen liegen ebenfalls vor der Haustür, wie die klassischen Bergstrecken von Sa Calobra, Cap Formentor und Lluc. Auch Randa und Sant Salvador, bei Felanitx sind von hier aus problemlos erreichbar. Auch unser „Marathon Man“ hält große Stücke auf diese Region. Gibt es hier doch ein sehr vielfältiges Wegenetz, das sich zu einer idealen Laufstrecke kombinieren lässt.

Sich bei den ersten Ausfahrten auf die eigenen Trainingsziele zu besinnen und seinen eigenen „Stiefel“ zu fahren, ist anhand der lebhaften Konkurrenz, nicht immer einfach. Die Straßen im Norden Mallorcas sind übersät mit unzähligen Radsportlern. Da lässt man sich doch allzu gerne auf ein Duell mit anderen „Pedaleuren“ hinreißen.

Doch an den ersten Tagen wurde stur an der Grundlage gefeilt. Das heißt einfach ausgedrückt: Mäßiges Tempo und viele Kilometer. Denn von einer guten Grundlage konnte bis dato nicht die Rede sein. Zu lange war der Winter in der Eifel! Längere Trainingseinheiten im Freien waren beim besten Willen nicht drin. Statt dessen Rollentraining bis zum Erbrechen!!

Im Anschluss an das eifrige Kilometersammeln kam das tägliche Deja vu im positiven Sinne, in Form einer Tasse „Americano“ in einen der zahlreichen Cafes im Hafen von Alcudia.

Nach erlebnisreicher erster Woche wechselten wir zur hügeligen Westküste nach Paguera.

Das gute 4 Sterne Hotel Don Antonio sollte für die restlichen 7 Tage unsere Unterkunft sein. Waren in der ersten Woche die jungen Leute und vor allem Sportler in der Überzahl, waren es nun Wanderer und Paare im gediegenen Alter. Doch das sollte nicht von Nachteil sein. Fielen im Viva Tropic die ausgehungerten Radfahrer wie Werwölfe über die Speisen her, ging es hier etwas ruhiger am Buffet zu.

Von der Landschaft ist diese Region im Westen der Insel einfach ein Traum. Schmale, fast autofreie Strassen schlängeln sich durch dieses Waldgebiet am Fuße des Galatzo. Einer von 10 Gipfeln Mallorcas, die die 1000 Meter Marke überschreiten. Auch die wunderschöne Westküstenstraße von Andratx, über Deià bis nach Sóller, liegt vor der Haustür.

Das Kilometerfressen war aber hier nun zur Schwerstarbeit geworden. Nach kurzen Einrollphasen hing man sofort am Berg. Im Westen wartete der Coll de Sa Gremola, im Osten der Coll de Sa Creu und Richtung Norden die Bergstrasse hinauf zum knapp 500m hoch gelegenen Ort Galilea. Bei der längsten Tour an der Westküste von 171Km, zeigte der Höhenmesser auf meinem Hac nach 51Km schon 1250Höhenmeter an! Die Anstiege am Coll de Sa Gremola, Coll d´es Pi, Coll de Bastida, Coll den Claret, Coll de Sóller, Coll de Hono und Coll de Sa Creu, summierten sich am Ende auf 3000 Hm. Der ideale Härtetest für die anstehenden Frühjahrsklassiker wie Flandernrundfahrt, Flèche Wallone und Tilff-Bastogne-Tilff.

Was für den Ballermannstouristen der Eimer Sangria am Strand bedeutet, sind für den Radsportler eben die schönen Anstiege des Tramuntana Gebirges. Bleibt noch festzuhalten, dass trotz der langen Tagestouren noch genügend Zeit blieb, die Gastfreundlichkeit der Mallorquiner zu erleben. Auch nach 10 Jahren Mallorca sind wir der Insel noch nicht überdrüssig, im Gegenteil, man hat sie ins Herz geschlossen und freut sich jedes Mal auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr. Ein Dank gilt auch an das Velo Sport Team um Hannes Schernikau. Die von ihm gelieferten Räder der Marke Cucuma liefen hervorragend und waren in einem Top Zustand.

Bernie Thies, April 2009

Radfahren auf Mallorca:

Wenn man sich auskennt, ist Mallorca das „Eldorado“ für Radsportler.

