

Rückblick Juni 2024 bis August 2024



Juni-August

Zähe Rennen vor der Sommerpause.....	1
ÖKK Bikerevolution Davos.....	1
Weltcup Les Gets	1
SM Echallens	3
Sommerpause	4
Argovia Cup Langendorf.....	5
Swiss Bike Cup Basel.....	5
Ausblick.....	6

Zähe Rennen vor der Sommerpause

Mein letzter Bericht endete mit einer gewissen Unsicherheit bezüglich meinem Formstand. Beim Weltcup in Crans Montana kam ich ja nicht so vom Fleck und das hatte sicherlich noch einen Zusammenhang mit der Tour de Suisse. Obwohl ich mich nicht allzu müde fühlte, nahm ich es nochmals etwas gemütlicher als normal. Denn im Zweifelsfall lieber ein paar Tage zu viel pausieren als umgekehrt. Das war das Einzige, was ich auf die Schnelle anpassen konnte und ich hoffte es ist genau das richtige, denn es war von da an jedes Wochenende ein Rennen.

ÖKK Bikerevolution Davos

Davos war der Austragungsort des nächsten Rennens und ich erhoffte mir natürlich wieder ein gutes Gefühl. Ich fühlte mich leider nur mittelmäßig, dennoch aber um einiges besser als in Crans Montana. Ich fuhr das ganze Rennen knapp an der fünfköpfigen Spitzengruppe hinterher. Je nachdem wie stark sie gerade taktierten, konnte ich wieder aufschließen, musste dann aber bei den Tempoverschärfungen wieder abreißen lassen, ich war an diesem Tag einfach zu wenig schnellkräftig und spritzig für diese Rhythmuswechsel. Am Ende fuhr ich als sechster über die Ziellinie.



Weltcup Les Gets

Die Zeit in dieser ersten Saisonhälfte ging unglaublich schnell vorbei. Les Gets war schon der letzte Weltcup in Europa 2024. Im vergangenen Jahr hatte ich in Les Gets zwar in den ersten zwei Runden einige Probleme mit meinem Material, konnte dort aber eine tolle Aufholjagd machen. Das war wahrscheinlich leistungsmäßig mein bestes Rennen des vergangenen Jahres 2023. Ich hatte also schon eine gewisse Hoffnung für ein gutes Rennen. Meine erste Runde war ziemlich schlecht, ich blieb überall im Stau stecken und kam nicht vorwärts. In der zweiten Runde hatte

ich dann Platz und konnte das Tempo aufdrehen. Leider rutschte mir dann vor einem „Drop“ das Vorderrad weg und ich stürzte den Abhang hinunter (Bilder unten). Von da weg lief gar nichts mehr. Ich fuhr das Rennen so gut es ging zu Ende und musste diesen Tag so schnell es ging abhaken. Mein Knie schmerzte noch einige Tage vom Aufprall, das verheilte dann aber zum Glück ziemlich schnell.



SM Echallens

Jetzt war die erste Saisonhälfte absehbar, es stand nur noch die Schweizermeisterschaft auf dem Programm, bevor es eine Dreiwöchige Rennpause gab.

Zum ersten Mal in diesem Jahr konnte ich ein Shortrace fahren. Seit einigen Jahren gibt es auch von dieser Disziplin eine SM und ich war trotz der verpatzten Rennen zuversichtlich. Die ganze Woche war das Wetter super. Am Freitagabend war das Shortrace und es begann pünktlich am späteren Nachmittag richtig stark zu regnen. Es gab wieder einmal eine Schlammschlacht.

Ich wollte das Rennen offensiv angehen. Das Rennen ging ca. 25 Minuten. Nach einem guten Start und den ersten 10 Minuten, fühlte ich mich immer noch sehr frisch. Es war eine grosse Challenge in dem Schlamm noch irgendetwas zu sehen. Als ich dann mal an der Spitze des Rennens war, drückte ich aufs Tempo.

Überraschenderweise war dann nur noch Thomas Litscher an meinem Hinterrad, dieser wollte aber keine Führungsarbeit auf den Flachstücken leisten. Nach dem Rennen meinte er, er war am Limit, deswegen wollte/konnte er nicht helfen. Leider wurden wir etwas später wieder von Lars Forster, Marcel Guerrini und Filippo Colombo eingeholt. Forster machte kurze Zeit später eine entscheidende Attacke. Dahinter fuhren wir zu viert auf die letzte Runde und bogen praktisch auf einer Linie in den letzten kurzen Trail ein. Mir blieb dort leider nur das Nachsehen und ich musste mich mit dem 5ten Rang begnügen.

Am Sonntag war dann noch das Cross Country Rennen über die normale Distanz. Das Wetter war 180° gedreht, leider aber auch meine Beine. Ich hatte von Beginn weg keine Power und ich fuhr bei weitem nicht auf meinem Niveau.



nach der Schlammschlacht beim Shortrace



Sommerpause

Ein paar Tage Abstand vom Velo war jetzt genau das richtige. Fünf Tage habe ich nichts trainiert und genoss die Zeit in Golzern. Ein bisschen wandern, ein bisschen Schwimmen und einfach die ruhige Zeit genießen...



Kl. Windgällen



Mein Rennrad mit Taschen Fahrtbereit

Danach startete ich wieder ins Training, schon bald packte ich meine Taschen und montierte sie an meinem Rennvelo. Mein Plan war es am Mittwoch in Brunnen loszufahren und am Samstagmittag am 27. Juli in Paris anzukommen. Dazwischen lagen 750 Kilometer. Es waren vier lange Tage im Sattel, aber nebst dem Abenteuer, ein super Grundlagentraining.

Am Samstag reiste ein Kollege mit dem Zug nach Paris. Dann warteten 3 spannende Tage in Paris auf uns, wo zeitgleich natürlich die Olympischen Spiele stattfanden. Am Samstagnachmittag war dann auch schon das

Olympische Zeitfahren im Zentrum von Paris. Am Sonntag machten wir einen ausführlichen Städtetrip und am Montag folgte das Olympiarennen MTB, welches etwas außerhalb von Paris war, aber trotzdem eine unglaubliche Stimmung herrschte. Zu guter Letzt reisten wir dann mit dem Schnellzug zurück nach Hause. Ich kann mir kaum vorstellen, dass es schonmal einen besseren Austragungsort für die olympischen Spiele gab, als es in Paris der Fall war. Dieser Ausflug hat sich definitiv gelohnt.

Von da an trainierte ich wieder normal, lebte viel in Golzern und probierte mich bestmöglich auf die anstehenden Rennen vorzubereiten.



Argovia Cup Langendorf

Nach jeder Rennpause folgt irgendwann wieder ein erstes Rennen. Diesmal war es ein etwas tiefer eingestuftes C2 Rennen. Da aber sonst keine Rennen stattfanden, waren viele Topfahrer am Start. Bis auf Schurter, Flückiger und Colombo waren alle Schweizer am Start, dazu waren auch noch einige ausländische Fahrer da. Die Strecke kannte ich gut, es ist quasi ein Heimrennen für mich, da es unser Teamchef vom Biketeam Solothurn organisiert.

Spätestens nach zwei Runden wusste ich, dass ich eine super Form hatte. Ich konnte jede Tempoverschärfung mitgehen und so kam es, dass wir nach Rennhälfte zu zweit vorne wegfuhr. Vital Albin und ich machten also den Sieg unter uns aus. Zweimal konnte ich eine Lücke zu ihm aufreißen und einige Sekunden herausfahren. Er kämpfte sich aber jedes Mal wieder heran und wir gingen zusammen auf die letzte Runde. Dort erhöhte er an einem Anstieg das Tempo und ich musste ihn einige Meter ziehen lassen. Es folgte noch ein Fahrfehler von mir und das Ding war gegessen. Trotzdem war ich sehr froh über den zweiten Platz. Wenn ich bedenke, wie harzig das vergangene Jahr war, ist dieses Jahr nun wirklich ein Befreiungsschlag.



Ich vorne und hinter mir der spätere Sieger Vital Albin



Swiss Bike Cup Basel

Zwei Wochenenden später war dann auch schon wieder das erste HC Rennen der zweiten Saisonhälfte. Aufgrund der Streckenführung ist das Rennen in Basel immer sehr taktisch. Es hat ein langes Flachstück drin und es ist schwierig grosse Zeitabstände zu machen, da bei diesem Flachstück der Windschatten stark genutzt werden kann. Ich spürte schon früh im Rennen, dass ich um den Sieg mitfahren kann. Im Flachteil wollte niemand vorne fahren, da ich mich sehr gut fühlte, opferte ich mich und fuhr viel vorne in der Gruppe. Das ist immer etwas riskant, da die andern sich im Windschatten ausruhen können. Ich wollte vor allem verhindern, dass von hinten wieder zu viele zu unserer Spitzengruppe aufschließen können. Einige Male konnte ich mich auch mit einem, zwei oder drei Fahrern von der Gruppe lösen. Bei der letzten Zieldurchfahrt waren wir aber wieder eine Gruppe von 10 Fahrern. Schlussendlich entschied sich alles in der letzten Runde. Wir fuhr zu sechst auf die Ziellinie und ich konnte mir im Sprint den dritten Rang sichern. Gewonnen hat, wie in Langendorf Vital Albin und zweiter wurde Filippo Colombo.



Zielsprint in Basel...



Von links: Marcel, Guerrini, Filippo Colombo, Vital Albin, Ich und Andreas Vittone (Podest in Basel)

Ausblick

Nun neigt sich die Saison schon langsam dem Ende zu. Die WM-Quali habe ich ja verpasst. Dafür hätte ich ein top 15 Resultat im Weltcup gebraucht. Trotzdem ist es schön zu sehen, dass ich außerhalb der Weltcups regelmäßig vor den Schweizer WM-Teilnehmern platziert bin. Das stimmt mich zuversichtlich für die letzten Rennen. Ich fahre jetzt noch zwei Rennen der ÖKK Bike Revolution Serie. Diese sind in Gruyère und Huttwil. Zum Abschluss reisen wir noch mit dem Team nach Amerika für die beiden letzten Weltcups dieser Saison.