

Amstel Gold Race für Jedermann

15.000 dürfen starten, fast 20.000 wollen starten, also lost der Veranstalter im Vorfeld einfach aus. Karsten M., einer unserer Trainer hatte zuerst Losglück und dann einen tollen Tag und gute Beine. Wo gibt es in Holland Berge mit 22% Steigung? Liest einfach hier seine Eindrücke vom Amstel Gold Race 2015...

Karsten M. vom Amstel Gold Race Toerversie

Der Plan war: Melde dich im Herbst an, sei motiviert über den Winter, trainiere viel, und sei am 18. April fit und nutze das AGR als Training oder Test für den 3 Wochen später stattfindenden Stonemantrail. Funktioniert hat es zunächst mit dem Anmelden.

Und dann... Na ja. Der 18. April war schneller da als gedacht. So kam es dann, dass das Amstel Gold Race meine erste Rennradtour des Jahres überhaupt werden soll. Und dann 150 km mit über 2.000 Höhenmeter nur mit Rollentraining und 3 oder MTB Touren in den letzten Monaten?

Der 18. April begann um 04:30 Uhr. Da ich doch etwas aufgereggt war, konnte ich nur sehr schlecht schlafen und war dementsprechend müde. Da änderte auch die 2,5 Stunden-Autofahrt nach Holland nichts. Dort angekommen war zumindest bestes Radwetter. Strahlende Sonne, aber gefrorene Wiese auf dem Parkplatz. Was also anziehen. Ich entschied mich auf Trikot mit Ärmlingen mit leichter Windweste. Eine gute Entscheidung, denn es wurde noch etwas wärmer, aber auf die Weste konnte ich bei dem kühlen Wind bis zum Schluss nicht verzichten.

Bis ich dann meine Startunterlagen hatte, verging noch etwas Zeit, so dass ich um ca. 08:30 starten konnte. Und zwar direkt mit einem Stau. Doch dann ging es los. Rad an Rad an Rad. Unglaublich wieviel 15.000 Radfahrer sind. Ich wusste nicht, dass es so viele Rennradfahrer gibt.

Nach den ersten 20 km habe ich mich dann auch wieder an das Fahren im Pulk (oder Gruppe) gewöhnt. Das ist gar nicht so einfach, wenn dein Vordermann 10 cm vor dir ist, und dein Nachfolger nur gefühlte 3 cm am Hinterrad klebt. Doch dann ging die Fahrt doch ganz locker. Die ersten Kilometer gingen flach mit kurzen Anstiegen. Die wurden dann aber doch mehr. Und schnell wurden mir einige Dinge klar: Holländer haben nicht überall in Holland Berge und so waren viele von denen das Bergfahren wohl auch nicht so gewöhnt. Denn viele, die eigentlich recht fit auf ihren 6.000 Euro Carbon Rennern wirkten, keuchten ganz schön hoch. Tja, ein teures Rad macht noch lange nicht alles aus.

Die erste Verpflegungstelle war beeindruckend. Eine logistische Meisterleistung, die UNMENSEN an Riegeln Bananen und Flaschen an 15.000 Radler zu verteilen. Daher war die ganze Verpflegungsstelle auch über eine Wiese mit gut einem Hektar Fläche verteilt. Einfach Wahnsinn. Motiviert ging es dann weiter. Erst mal noch langsam, da ich ja nicht wusste, wie fit ich eigentlich schon mit so wenigen, äh gar keinen Straßenkilometern bin. Je näher ich an die 100 km kam, wurde mir klar: Für alle ist heute wohl erst der 18. April. Denn viele liegen schon mit Krämpfen am Straßenrand oder schieben die Berge hoch. Der längste Anstieg war knapp 7 km lang und ging ganz schön hoch. Hat aber trotzdem Spaß gemacht. Noch nie habe ich am Berg so viele überholt, aber leider wurde ich auch nie von so vielen anderen überholt. Dieses Motto gilt übrigens für die ganze Tour. Hab ich schon erwähnt, dass wirklich IMMER mindestens 200-300 Radfahrer alleine in Sichtweite waren? Einfach Wahnsinn. Das macht aber auch richtig viel Spaß. Da benötigt man fast keine Streckenausschilderung. Die war aber übrigens top und auch die Straßen super gesichert, obwohl ja die Strecke nicht gesperrt war, und sich immer wieder Autos durchquälen mussten.

Richtig interessant wurde es dann ab 120 km. Die „Berge“ kamen, Kurz aber knackig. Der

Keutenberg war echt der Hammer. 22 % gerade den Berg hoch. Gar nicht leicht, die richtige Spur durch die Radler zu finden. Viele schafften es nicht und schoben. Aber die tatsächlich bestimmt 1.000 Zuschauer auf der Wiese verhalfen mir mit dem Beifall den Berg hoch. Geschafft. Aber der tat weh. Jetzt noch ein bisschen weiter und dann den berühmten Cauberg zum Ziel hoch. Der allerdings ist weit leichter als der Keutenberg. Dann noch mal alles geben und ab ins Ziel. Ein tolles Gefühl. Und da es tatsächlich noch Reserven gab, die Entscheidung: Nächstes Jahr fahre ich die 200er. Vielleicht zusammen mit ein paar mehr Höllenhunden?

Ach ja: Meine Erkenntnis bei dem Rennradlerevent:

Rucksack?? Was ist das? Unglaublich was alles in so ein Trikot passt. Überlege, ob ich beim Stoneman überhaupt einen Rucksack mitnehme...