

RC Allgäu zu Gast in Norwegen

Styrkeprøven 2023: 560 Kilometer nonstop durch Norwegen - ein Radrennen mit Qualen und dem Kampf gegen den Kopf



Foto von Markus Lurf

Der Styrkeprøven ist das älteste Langstreckenrennen der Welt und wird seit 1967 ausgetragen. Die 560 Kilometer lange Strecke verläuft, gespickt mit über 4000 Höhenmetern, von Trondheim durch eine phantastische Landschaft nach Oslo. Bei der Suche nach einer neuen Herausforderung fiel die Wahl der beiden Ottobeurer Melanie Behr und Markus Lurf vom RC Allgäu auf diesen Rennklassiker. Die Vorbereitung auf diese gewaltige Distanz erfordert im klassischen Allgäuer Winter unzählige Stunden stupiden Kilometerfressens auf der Rolle, temperaturbedingt bibbernde Stunden auf dem Rad im Allgäuer Frühling 2023 auf der Straße und einige Trainingsausflüge ins warme Südtirol.

Der unspektakuläre Start war für Melanie am 17.06.2023, um 04:45 Uhr auf dem Marktplatz in Trondheim und für Markus mit seiner Startgruppe um 04:39 Uhr. Die Uhrzeit erklärt das Fehlen einer kreischenden Zuschauermenge am Startplatz.

Die Streckenführung verläuft die ersten 180 Kilometer hoch zum Dovrefiell und von dort aus über Lillehammer nach Oslo. Was auf dem Höhenprofil so aussieht als ginge es nach den 180 km nur noch bergab, entpuppt sich als gewaltiger Denkfehler. Während Melanie gleich zu Beginn von einem norwegischen Rennteam aus Oppdal aufgenommen wurde, freundete sich Markus die ersten 370 Kilometer mit drei Schweden an.

Die Rahmenbedingungen beim Styrkeprøven 2023 waren verhältnismäßig gut, da starke Windböen, Dauerregen und Temperaturen um die 4 Grad keine Seltenheit sind.

Bei der diesjährigen Austragung waren abgesehen von zwei kräftigen Regenschauern, traumhafte Verhältnisse mit Temperaturen im meist zweistelligen Bereich, teilweise an die 30 Grad und kaum Wind.

Beide Starter des RC Allgäu waren sich nach dem Rennen einig, dass 560 Kilometer unglaublich lang sind, die neun Verpflegungsstationen aber durch das Team des Styrkeprøven und die vielen Helfer toll organisiert waren - was auch für das gesamte Rennen zutrifft.

Zwischen den Verpflegungsstationen bleibt trotzdem genügend Zeit über Sinn und Unsinn eines Langstreckenrennens nachzudenken, die Frage nach dem "Warum" zu stellen und mit Schmerzen an allen erdenklichen Stellen Freundschaft zu schließen. Grundsätzlich ist es hier wie vermutlich überall, dass der Kopf das größte Hindernis darstellt.

So ging Melanie oft der Spruch ihrer Arbeitskollegen durch den Kopf: "Wenn Du ans Aufgeben denkst, überleg warum Du angefangen hast."

Wer den Kampf gegen den Kopf gewinnt, zieht nach 560 Kilometern (etwas mehr als viermal die Strecke Kempten-München) in die beleuchtete Vallhall Arena ein, welche die beiden RC Allgäu Starter gegen Mitternacht bei Dämmerlicht erreichten.

Melanie Behr erzielte eine Zeit von 19 Std. und 12 Minuten als Gesamt Neunte Frau und Zweitplatzierte Deutsche.

Markus Lerf kam nach 18 Std. und 29 Minuten ins Ziel, was Gesamtplatz 200 entspricht.

Die ambitioniertesten Rennteams finishten nach etwa 15 Stunden, die wahren Helden kamen aber nach ca. 30 Stunden ins Ziel.

Tausend Dank geht von Melanie an Isabella und das Rennteam aus Oppdal, das sie bis ins Ziel begleiten durfte.

Text von Melanie Behr und Markus Lerf