

# Ein Erlebnisbericht über Paris-Brest-Paris von Wolfgang Mund

## Regen, Wind und kühles Wetter bestimmen die 16. Auflage des Radklassikers in Frankreich.

Die Bedingungen für die 1220 km lange Strecke von Paris-Brest-Paris (P-B-P) konnten schwieriger nicht sein. Es sollen sogar die schwierigsten seit 16 Jahren gewesen sein. Dementsprechend hoch war die "Aussteiger-Quote": Über 27% der 5300 StarterInnen mussten Regen, Wind mit 3-4 Windstärken und heftigen Böen jeweils meist von irgendwo vorne, und kühlen 12 - 16 Grad Celsius ihren Tribut zollen und kommen nicht in die Wertung (max 90 Stunden).

Mit dem Start am 20. August 2007 um 20:30 Uhr ging für mich das Rennen los. Erstes Ziel war Brest nach 610 km, Zielzeit ca 28 Stunden. Die ersten 250 km liefen in einem riesigen Pulk recht zügig mit einem knappen 30er Schnitt, danach ging es in kleineren Gruppen, meist aber für mich alleine weiter. Von Kontrollstelle zu Kontrolle wurde meinem Team und mir klarer, dass wir unser gestecktes Ziel 65 Stunden revidieren mussten: Wind und Regen, sowie die insgesamt 10.000 hm und das bei den kühlen Temperaturen ..... es war einfach nicht umsetzbar.

Nach etwa einem Drittel der Gesamtstrecke spürte ich meine Füße nicht mehr und hatte das Gefühl, mit den Fußgelenken auf den Pedalen zu stampfen - Hände und Po waren noch ohne Beschwerden. Hier wurde mir auch richtig bewusst, wie toll unser Team zusammenarbeitete. Das Team-Wohnmobil stand in der Nähe einiger Kontrollstellen und so konnte ich neben der Hygiene auch Gutes für die Seele und den Magen tun. Der Unterschied zu meinem Start 2003 lag jetzt offensichtlich: Kein Warten beim Essenfassen und die durchgängige positive moralische Unterstützung.

Anmerkung: Nach den Regeln ist es den P-B-P-Fahrern gestattet, sich von einem Team in den Kontrollstellen versorgen zu lassen. In der Auswertung werden wir aber mit allen "gewertet". Hier bedarf es m.E. einer Korrektur, weil mit oder ohne Team ist es doch ein sehr erheblicher Unterschied, diese Anstrengung zu bewältigen.

Brest war nach 29 Stunden erreicht. Die nächtlich angestrahlte Stadt am Atlantik hat einen besonderen Reiz: ab jetzt ging es nach Hause!! Als ich mich um 03:20 Uhr am mittwochfrüh wieder in Brest auf mein Rennrad setzte, hatte ich erst 40 Minuten geschlafen und fühlte mich recht gut. Und den Rückweg kannte ich ja nun, da wir Hin- und Rückweg auf der gleichen Strecke fahren mussten. Auf dem Hin- wie Rückweg gab es je eine Geheimkontrolle, damit nicht geschummelt werden konnte.

Leider war wegen des Wetters auch die Unterstützung der Zuschauer eher mau: nur wenige Menschen standen an den Straßenrändern, kaum geschmücktes am Wegesrand und von Partystimmung wie 2003 überhaupt keine Spur. Verständlich; wer geht bei den Wetterverhältnissen schon freiwillig vor die Tür?

Nach ca. 1000 km wurde ich dann doch ein wenig in die Schranken gewiesen: die näheren Umstände und der Fehler, nicht gleich in der ersten Nacht ausreichend während der Fahrt getrunken und gegessen zu haben, rächten sich: die Kräfte schwanden, der Schnitt sank auf nahezu 17km/h und ich musste eine längere Schlaf- und Essenspause einlegen. Das zweite

Mal legte ich mich für 45 Minuten zum Schlafen hin.

Die letzten ca. 220km waren dann der Trip und die Motivation schlechthin: voller frischer, neuer Energie und das Ziel in Sicht war ich nur noch darauf fixiert, meine "Tachonadel" nicht mehr unter die 20-Stunden-KM-Marke rutschen zu lassen. Und ich wollte meinem Team ein wenig von dem Einsatz und dem Teamgeist zurückgeben, mit dem Heike Fornefeld, Helmut Meyer und Wolfgang Mielke mir geholfen haben: Zielzeit: so weit wie möglich unter 70 Stunden bleiben.

Am Donnerstag, 23.08.2007 um 17:17 Uhr wurde meine Kontrollkarte im Pariser Ziel abgestempelt: 68:47 Stunden für 1220km und 10.000 hm.

Den Regentropfen im Ziel schloss ich mich an und konnte meinen Emotionen freien Lauf lassen: die Mischung Regentropfen und Tränen mussten dann einfach raus - ein unbeschreibliches Gefühl von Freude, Erleichterung, Dankbarkeit, Stolz und ein paar Emotionen, die nur mir gehören.

Resümee, gut zwei Wochen nach Zielankunft:

- Es war ein sehr gutes Gefühl, genau diese Menschen in meinem Team um mich zu haben ? Motivation pur - DANKE nochmals dafür
- Gut, dass unser Sommer schon unrühmlich war .. es hat mir im Nachhinein geholfen, mit der Fortsetzung dieser Wetterbedingungen doch recht gut fertig geworden zu sein
- Das tägliche Radtraining in kleineren Sequenzen, Training im Studio-hauptsächlich Rumpf, Power-plate und ein paar weitere "Spirits" - das Gesamtpaket hat gepasst und war rund. Im Vergleich zu 2003 bin ich heute schon wieder wesentlich fitter.
- Zur Zeit "ruht" sich nur noch mein kleiner rechter Finger ein wenig aus - das Gefühl ist schon fast wieder vollständig da
- Seit gut zwei Jahren fahre ich nur mit zwei Laufhosen übereinander - nach 1220 km hatte ich "nur" zwei größere Bereiche Lederhaut am Po, keine Blasen oder Hämatome. Sitz-/Druckbeschwerden während der Tour ja, aber nach zwei Tagen konnte ich schon wieder auf einem Holzstuhl sitzen
- Wir haben während der gesamten Tour genau "Buch und Tonband" geführt. Eine Klasse Hilfe bei der Auswertung
- ... und als letzten Punkt: es hat meinem Team und mir sehr viel Spaß gemacht und deshalb:
- Ich werde es wieder tun: Paris-Brest-Paris 2011. Unter welcher Prämisse weiß ich noch nicht. Es werden andere sein, dazu bin ich neugierig genug.

Für die Statistiker:

1220 km mit 10.000 Höhenmetern

Gesamtzeit: 68:47 Stunden, Netto-Radfahrzeit 55:23 Stunden

Schlafzeit: 2:45 Stunden, gestückelt in 15 bis 45 Minuten-Sequenzen

Trainings km seit März 2007: ca 7500, Mallorca-Solling-Weserbergland-Ostholstein-Aschberg und den Rest in Schleswig-Holstein, Fitness Studio und power-plate und weitere Spirits

Euer Wolfgang

16.09.2007

Näheres unter: [www.paris-brest-paris.org](http://www.paris-brest-paris.org)