



## Ein Bericht von Stephan Breuer

Milano – San Remo 2009

Oder drei Rennradfreunde müßt ihr sein



von links: Frank Hürtgen, Achim Michels, und Stephan Breuer

Es war einmal, das der Vorsitzende von Komet – Delia kundtat „In drei Jahren werte Mitglieder ist es an der Zeit das wir unsere hundertjähriges Feiern dürfen, da wäre es doch schön in dem Jahr beim hundertjährigen Mailand – San Remo mitzufahren“.

Begeisterung machte sich in der Runde auf „jawohl dat is jut!“

Als damaliges neues Mitglied war auch ich davon begeistert, leider wusste ich noch nicht was es heißt 300km an einem Stück/Tag zu fahren.

Die nächsten zwei Jahre zogen ins Land, man verbesserte seine Leistung, putze an seinem Vehikel und nahm an der einen oder anderen RTF oder Jedermannrennen teil. So schraubte man (ich) seine Jahresleistung von ca. 1500km auf 11000km hoch.

Letztes Jahr stand dann zum Erstenmal ein Klassiker an Lüttich – Bastogne – Lüttich.(170km Variante)

Mit mehreren Vereinsmitglieder stand man am Start und wollte am Liebsten.nach 60km zurück bzw. nach Hause. Leider standen da noch mehrere 20% Steigungen im Weg, die man Schlußendlich auch bewältigte.

Jetzt hätten man am besten noch Bäume ausreißen können.

Ende des Jahres die Nachfrage, was denn nächstes Jahr Mailand – San Remo machen würde. Wie, was, wo, davon wüsste man aber nix. Aber wenn gewünscht dann setzten wir mal einen



Kümmerer ein.

Blöd, dass man das dann selbst wurde. In zwei Vereinen ein bisschen Werbung gemacht und es fanden sich doch sieben Mitstreiter, die auch brav ihre Anzahlung machten. Leider bekamen dann welche von ihrem Arbeitgeber nicht frei, einer vergaß doch glatt den 94. Geburtstag seiner Mutter und so weiter. Zum Schluß blieben drei übrig. Und es wurde beschlossen jetzt aber eifrig zu trainieren. Rund um Köln wurde mitgenommen und die eine oder andere längere RTF. Einer der Runde schaffte es doch auch mal 205km an einem Stück zu fahren, sah aber danach, nach eigener Aussage, ziemlich besch... eiden aus. Ein anderer hatte doch drei Woche vorher zwei Wochen lang Zeit sich mit Montezumas Rache auseinander zusetzen.

Also alles super Vorraussetzung um Mailand – San Remo anzusteuern.

06.06.2009 2:00 Uhr morgens der Wecker klingelt.

Was macht man bloß? Nochmals umdrehen, die anderen versetzen, ist doch eine blöde Idee gewesen.

Ab unter die Dusche, angezogen, Kleinigkeit gegessen, Sachen nochmals kontrolliert, die man am Vortag gepackt hat (bloß jetzt nix vergessen) und schon bellen Nachbarshunde und kündigen die Fahrradkollegen Achim und Frank an.

Fahrradträger mit drei Rennrädern angehängen, Wagen voll gepackt und um 2.45 Uhr war man wie im Traume auf der Autobahn gen Süden. Wettervorhersage war nicht die Dollste und so regnete es auch ab Karlsruhe immer wieder. Schön wie beim Rennradfahren wurde sich abgewechselt und man kam dem Ziel über Basel, Luzern, Gotthart Tunnel immer näher. Kurz vor Mailand riss auch endlich der Wolken/Regenvorhang auf und es wurde merklich wärmer. Ca. 12.30 war der Campingplatz in Mailand erreicht. Endlich, Sachen ausgepackt, Zimmer verteilt, was an Zimmern da war und Pasta, von Gaby vorher selbst zubereitet, mit Elefantemüese gefuttert.

Auf dem Weg dann zur Anmeldung wehte schon ein guter Wind und erste Verdachtsmomente keimten beim Achim auf, dass das der falsche Wind aus der falschen Richtung wäre.

Umgeknickte Bäume und diverse weitere wild umher fliegende Teile bestätigten ihn immer mehr.

Startpunkt machten auf Achim und Frank auch keinen guten Eindruck, insbesondere wie sie lasen, dass nur ca. 700-800 Teilnehmer gemeldet waren. Sind wir hier richtig?

Das rosa Trikot, das man zu seinem Startpaket bekam, verfolgtständigte das ganze Szenario. Franks probierte sein L-Trikot mal an und der ist schon schmal, aber mit dem wurde er noch schmaler.

Unbeeindruckt von dem ganzen, ich habe davon keine Ahnung, machte ich den Vorschlag Mailands Innenstadt noch unsicher zu machen, wir hatten gerade mal 16.00Uhr. Ab ins Centrum, Parkplatz aufgesucht und welche Überraschung, der Mann an der Kasse fuhr es selbst in Tiefgarage, dafür bekamen wir einen kleinen Zettel.

Groß stand der Mailänder Dom vor uns oder besser gesagt wir klein vor ihm. Ab rein, Kultur ist immer gut. Einmal im Rund alles beluhrt, wie der Kölner sagt. Kerzen aufgestellt und ein kurze Stoßgebet, dass morgen bloß alle gut geht.

Scala noch mitgenommen und dann gönnten sich Frank und Achim einen Cafe. Da mir aber der Hunger in den Kniekehlen stand, in der Bäckerei gegenüber eine kalte halbe Pizza erstanden und die in den kleinen Gassen aufgemümmelt. Hier dann auch diverse schnuckelige



Restaurationen vorgefunden inkl. promenierender Mailänderinnen, jetzt weiß ich auch warum Mailand eine Modestadt ist.

Schnell berichtete ich und schon saßen wir gemeinsam draußen an einer Eckkneipe und genossen nun gemeinsam den Mailänder Flair. Unser kleiner Italiener Achim bestellte dann das Bier und irgendwie sollte das Buffet inkl. sein. Also schickten wir Achim vor dies zu testen und es klappte. Allein viermal ging ich und lud mir den Plastikteller voll. Nachdem wir nun gestärkt und nur um 18,00€ für alle ärmer waren, schlugen wir den Rückweg ein. Zettel gezückt und schon wurde unser Auto gegen 13,00€ vorgefahren. Frank meinte nur, hier muß er noch mal hin.

Campingplatz in einer rasanten Fahrt schnell erreicht, also man kann sich also Fahrer an den italienischen Fahrstil gewöhnen, die Beifahrer hatte ich das Gefühl, nicht so sehr. Und Achim sagt doch immer beim Rennradfahren „Mut zur Lücke“.

Beim Gute Nacht Bier schlug aber der Pessimismus meiner beiden Mitstreiter wieder voll durch. Zwar war es jetzt Windstill, aber morgen und die wenigen Leute und und und...

07.06.09 4:30Uhr, irgendwas poltert

Ich drehe mich noch mal und werde um 5:15 Uhr mit fertigem Frühstück vor unserer Behausung begrüßt. Geduscht, gegessen, Flaschen zurecht gemacht, alles fürs Rennen ins Auto gepackt und ab zum Start.

Nervös war man ja schon und leider erst um 6:50 da. Hinten angestellt, noch kurz parliert mit Holländern, Belgiern, Italienern und Deutschen etc. um sich Mut zu machen.

Noch ein Foto, ja so sieht man vorher aus, nochmals viel Glück und gutes Ankommen gewünscht und da ging es auch schon völlig unspektakulär los. Das Start-Tor war natürlich viel zu klein und zog alles auseinander. Wir hatten uns aber gut hinter einer großen belgischen Mannschaft positioniert.

Das Anfangstempo, wie kann es anders sein, war schon über 40. Die Gruppe fuhr relativ gut und man arbeitete sich immer weiter nach vorne. Wir drei hielten uns zusammen. Aber man merkte schon, dass der Wind von rechts vorne kam. Das Tempo zog unmerklich an und ich wunderte mich über mich selbst, das es kein Problem war bei 45-46km doch so locker mitzufahren, bloß dass das gut geht.

So richtig abgesperrt waren die Strassen ja nicht und offiziell war es ja auch nuuuur eine RTF, aber die Begleitfahrzeuge und Motorräder verschafften uns doch ganz schön Platz. Rote Ampeln wurden rigoros ignoriert und wenn doch Autos davor standen im vollen Tempo vorbeigezogen. So im Rausch bekommt man das ja gar nicht richtig mit und ungefährlich ist das ganze auch nicht. Leider lagen die ersten dann auch schon auf der Strasse.

Wir in der Gruppe weiter, die erste Stunde verging wie im Flug und 40 km waren geschafft. Puh und das noch 9-10 Stunden?

Bloß das Essen und trinken nicht vergessen. Die Strassen waren jetzt doch in einem Zustand wo man mal kurz die Hände vom Lenker nehmen konnte, um zu trinken bzw. zu essen. In Mailand war daran nicht zu denken. Superasphalt wechselte sich mit fast schon Panzerstrassen ab.

So nach 80km und zwei Stunden waren wir in der ersten Gruppe der „Normalfahrer“, Achim meinte das es auch eine Profigruppe gibt. Jetzt spürte man auch doch merklicher den Gegenwind und das Tempo brach leider auf 35/36 ein. Keiner wollte so richtig führen, auch nachdem Achim da vorne versucht hatte Bescheid zu sagen. Das wurde ihm dann zu bunt und er schnappte sich einen VW-Bus der da mit 50 vortrudelte. Jetzt wollten die anderen auch dahin, auch Frank. Das wäre aber beinahe für einige vollkommen schiefgegangen und sie



reichten sich dann schnell wieder ein.

Kurze Zeit später kam hupend ein Motorrad links an uns vorbeigeschossen im Schlepptau 40-50 Rennfahrer, was denn nun fragte ich mich, da mir hören und sehen verging. Tja das war dann die falsch geführte „Profitruppe“ die jetzt das weitere Feld auseinandernahm. Da durch weitere Motorradfahren uns jetzt beide Strassenhälften zur Verfügung stand, sich aber alles links, wegen des Windes, tummelte, musste man haarscharf darauf achten jetzt nicht aus der Reihe zu fallen. Frank passierte das aber und Achim versuchte ihn wieder reinzubekommen was dann auch klappte. Die Profis nehmen keinerlei Rücksicht auf Verluste und Achim meinte nur, dass einer mich beinahe abgeschossen hätte.

Nachdem die Profis endlich durch waren beruhigte sich das Feld wieder und man fuhr doch wieder kontinuierlich 42-45km/h. Das war dann doch ziemlich aufregend. Langsam wurde es dann auch welliger, aber bedingt durch das Feld fuhr man das Tempo weiter. Bloß das trinken nicht vergessen. Bis hier hatten wir einen Durchschnitt von 39.

Vor uns kam der Gebirgszug in Sicht, stetig ging es aufwärts, das Tempo nur noch 31/32km. Die Gruppe zog sich auseinander, manche mußten schon in den Wiegetritt. Ca. 8km vor dem Pass endlich die Verpflegungsstation. 100 Leute stürzten sich gleichzeitig auf die Verpflegung.

100 fuhren weiter die sich von ihren eigenen Leuten Verpflegen ließen. Wasser hier Banane da. Wollte Frank meine 1Liter-Flasche mitgeben um Wasser zu holen und er im Tran schmeißt sie in den Müll. Klasse.

Wir wieder aufs Rad, ein paar andere mit uns. Erst wieder mal das Tempo bzw. den Tritt finden. Der Gegenwind fuhr immer heftiger in die Schlucht. Ließ einer Gruppe großzügig den Vortritt und wir schlossen uns an. Leider war das Tempo für Frank zu hoch, Achim blieb bei ihm. Da ich ein absolut schlechter Abfahrer bin fuhr ich der Gruppe hinterher.

Passo Del Turchino

Trotz roter Ampel fuhren wieder alle Radfahrer durch den Tunnel, einige machten wieder Rast. Andere fuhren weiter denen ich folgte. Die Strassen waren gut und übersichtlich, sodass ich endlich mal eine Abfahrt fast genießen konnte. 50-65km waren drin. Einige Autos konnte ich doch glatt überholen. Dann der erste Ausblick aufs Meer einfach gigantisch.

12km Abfahrt gingen fiel zu schnell vorbei und mein Schnitt stieg wieder auf 37km/h. In dem Ort Genua-Voltri fanden sich einige Abfahrer zusammen und es ging auf die Küstenstrasse. Was Achim vorhergesagt hatte, traf dann auch ein Gegenwind (habe nachher mal nachgeschaut Windstärke 4-5). Wo aber blieben meine Mitstreiter?

Ich entschloss mich bei der Gruppe zu bleiben und bei der nächsten Verpflegung zu warten.

Ca. 45 km ging es jetzt an der Küste lang, 1-2m hohe Wellen, dicke Schaumkronen obenauf, kein Mensch, trotz 28-30C Außentemperatur, im Wasser. Aber die Strände waren voll.

Man musste jetzt höllisch aufpassen auf Fußgänger, die die Strasse querten.

Unsere Gruppe war jetzt ca. 30 Mann groß und die Polizei, muß man ihr lassen, versuchte Kreuzungen etc. für uns freizuhalten und winkten uns so gut es ging überall durch. Das Tempo wurde bei 38, trotz Gegenwind, gehalten. Leichte Anhöhen wurden mit Volldampf durchgezogen. Für mich war das ganze nicht einfach, in Kurven pfiß der Wind manchmal ganz schön rein und versetzte nicht nur mich.

Tja und dann kam eigentlich das was nicht kommen sollte. Durch einen Felsabsturz an der Küstenstrasse, musste man einen kleinen Umweg über den LeManie fahren, von fast 0 auf 318m. Eigentlich kein Problem, aber rechts rum von 38km/h auf 10-12km/h und erste



Kettenblatt war schon eine Umstellung. Hier wurde es auch etwas Windstillter und die Sonne konnte so richtig auf einen losgelassen werden. Der Schweiß floss nur an einem so runter. Die ersten standen dann auch schon links und rechts am Wegesrand und suchten Schatten unter den spärlichen Bäumen.

Endlich oben, Verpflegung und erst einmal drei/vier Cola viel zu schnell getrunken. Bananen, Orangen, Croissants mit Marmelade, Honigbrot und Kuchen eingeschmissen.

Wo sind die Kollegen? Nach 10min endlich, Achim. Erstmal vom Rad und was trinken. Frank hat ihn einfach weggeschickt. Manchmal ist das so. Da geht einem einfach alles auf den Keks und man will nur noch stur seinen Tritt fahren.

Aber dann nach unendlich langen weiteren 10min kam auch Frank. Noch auf dem Rad zwei Colas. Hammerhart das alles und wir waren erst bei km 205.

Langsam konnten wir weiter. Die Abfahrt war hier schon viel enger und mit einigen Spitzkehren. Unten angekommen konnten wir uns dann einer größeren Gruppe von 30 Fahrern anschließen. Mit Tempo 31/32 ging es über die Küstenstrasse dem Ziel entgegen. Leider musste Frank nach ca. 5km doch wieder reißen lassen und schickte uns der anderen Gruppe hinterher.

Rauf und runter ging es, immer munter. Man zählte schon gar nicht mehr die Anhöhen, leider waren die kleine Abfahrten auch nix, da dort bestimmt immer der Gegenwind noch einen Zacken mehr drauf stand.

Zack, urplötzlich erwischte es mich dann doch, km256 waren die Salze und Mineralien trotz trinken und essen ausgespült und Krämpfe machten sich breit. Ein Glück riet mir Achim nur noch kleine Gänge und nach kurzer Pause konnte es auch weiter gehen. Leider war da die schöne Gruppe schon weg. Auf ging es, einige zurück gefallenen fuhren wiederum mit uns oder wurden gnadenlos überholt. Achim habe ich aber trotzdem, wegen des Windes, noch nie so Fluchen hören, zum Schluß schickte er mich auch noch in den Wind.

Die letzten Hügel standen an. Eine schnelle Gruppe fuhr auf uns auf und Achim verspürte den letzten Wind um sich dieser anzuschließen. Mir war das kurz vor dem Ziel dann doch ziemlich sch.. egal und fuhr meinen Tritt zu Ende. In San Remo war der Verkehr am bescheidensten, hier mussten man doch kurz vor Schluß fast mehr aufpassen, um nicht noch unter oder in einem Auto zu landen.

Die letzte Gummimatte das Ziel.

Leider waren so gut wie keine Zuschauer oder irgendwas ähnliches dort, wo man meinen könnte hier ist das Ziel. Nach 300km und über 2000 Höhenmeter und reiner Fahrzeit von 9:42 (10:46 offizielle) durchschnitt laut Tacho 30.7 (27.4) war das kein schöner Abschluß.

Ein Achim lakte um eine Säule herum, er war zwei Minuten vorher angekommen, sodass wir uns jetzt in die Arme fallen konnten und uns gegenseitig beglückwünschten. Auch Frank konnten wir zwanzig Minuten später in die Arme nehmen. Was für ein Tag.

Nach Dusche, kleiner Pasta, ab zum Bus und einladen. Wir pünktlich wie die Mauerer 19.00 da und die Fahrräder verstaut. Meine Wenigkeit machte sich dann auf wenigstens noch ein paar Bier zu besorgen. Rund um den Busbahnhof alles zu, nur MC Doof war auf, Doch da eine kleine Lotterie und was hatte die Gothar Bier, schnell 6 Bier und zurück. Schnell hätte ich mir sparen können. Abfahrtszeit offiziell 19:30, wer später kommt der hat Pech gehabt. Stand so in der Ausschreibung. Irgendwie hatten wir das ganze aber ohne die Italiener gemacht, die erst um 20:15 erschienen und ihr Zeugs dann in aller Seelenruhe verpackten.



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Achim explodierte in der Zeit verschiedenste male.

20:30 Uhr Abfahrt, keine 50m weiter, wir haben Grün kommt von rechts ein Bus angedonnert nimmt unserem Bus die Vorfahrt und fährt einfach weiter, da war kein halber Meter mehr. Da fährt man 300 km ungezügelt Rad und wird beinahe von einem Bus im Bus umgenietet. Einfach schön war die Korrespondenz an der nächsten Ampel zwischen zwei italienischen Busfahrern. Ich hab nix verstanden, aber einfach schön.

Um 01:30 waren wir mit unserem Auto und Fahrrädern am Campingplatz, Gute Nacht.

08.06.09 9:00 Uhr

Guten Morgen, keine schweren Beinen, keine Krämpfe, hallo wir sind doch gestern ein bisschen Fahrrad gefahren. Nix, Kurios. Geduscht, gefrühstückt (bitte keine Bananen mehr) und eingepackt. Los ging es um 11:00 Uhr heimwärts.

Leider wollte das Navi noch nicht zurück und schickte uns erstmal kreuz und quer über die Autobahnen von Mailand. Kurzerhand überstimmten wir es und legten die Fahrtroute fest. Nach kurzen Grummel und Schmollen zeigte es sich mit der nun angezeigten Route zufrieden. Um 20:00 Uhr zeigten sich die Gefilde von Köln am Horizont ab Ziel erreicht.

Fazit:

Langsam kann ich die Leute verstehen die uns für bekloppt erklären, insbesondere unsere Frauen. Aber einmal im Leben muß man so was gemacht haben, ansonsten wüsste man nicht was man (oder Frau, ja da fuhren ein paar bekloppte mit) verpasst hat. Das sind so Storys, die man noch seinen Enkelkindern erzählt. „Opa du musst bekloppt gewesen sein“, hört man sie schon sagen.



Stephan Breuer / 16. Juni 2009



## **Ein Bericht von Martin Mayer**

Milano – San Remo 2009

Das war wirklich ne harte Nummer! Das Rennen geht erst so richtig nach 200 km los. Der erste Anstieg kommt nach 130 km und bis dahin ist absolute Hektik und Chaos im Feld. Einige Stürze habe ich gesehen und bin froh, dass ich nicht involviert gewesen bin.

Nach etwa 40 km hatte sich das Hauptfeld geteilt und ich war Okay damit, nicht in der ersten Gruppe zu sein.

Ständig über 45 Sachen zu fahren, ist um 7 Uhr morgens eben nicht Jedermanns Ding...

Durch die Teilung wurde es auch etwas ruhiger im Feld, so dass die nächsten 60 km dann mit einem flotten 40 iger Schnitt gelaufen sind.

Das war immer noch schnell genug und mein Puls hat sich dann auch wieder erholt.

Doof war, dass ich so ziemlich genau bei 100 km einen Platten hatte.

Leider war ich durch ein fettes Schlagloch gerauscht und dabei ist es passiert: Durchschlag am Hinterrad.

Meinen (einen) Ersatzschlauch zu montieren, hat mich ziemlich viel Zeit (20 Minuten) gekostet, weil ich echt feuchte Finger hatte.

Dadurch habe ich auch den Anschluss an meine schöne Gruppe verloren und musste hart kämpfen, um wieder den Anschluss in eine neue Gruppe zu erreichen.

Die ist dann relativ ruhig mit etwa 34 Sachen im Schnitt gelaufen bis zum ersten langen Anstieg, also bis etwa 130 km.

Der nominell höchste Anstieg war ein eher entspannter Roller. Bin völlig ruhig mit dem kleinen Blatt die 10 Km Steigung hochgekurbelt, um dann sofort nach Genua herunter zu fahren.

In Genua hatte ich 170 km auf dem Tacho mit genau 5 Stunden (inkl. Defekt). Das waren also 34 Schnitt und fast perfekt.

Mit der Abzweigung in Genua in Richtung Nizza hatten wir Radfahrer dann mit konstant heftigen Gegenwind zu kämpfen.

Leider bin ich dann noch in einem Tunnel in ein weiteres Mega-Schlagloch gefahren. Der Schlag war so heftig, dass es meinen Lenker nach unten verstellte hatte.

Um das wieder gerade zu biegen, musste ich anhalten und habe in diesem Moment eine weitere, gute Gruppe verpasst. Der gewünschte 30 iger Schnitt war damit gelaufen.

Durch einen Erdrutsch mussten wir den Anstieg "le Manie" hochfahren.

Ich wollte ja mal wissen, was die Profis fahren müssen: jetzt weis ich es! Das Ding geht mit 16 % los, ist 4,7 km lang und tat fürchterlich weh.



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Ach ja: an diesem Miststück hatte ich auch mal Rückenwind... bei 37 Grad in der Sonne...  
Quälerei!!!

Danach noch 3 mittlere bis leichte Anstiege (nur die "Berta" (Küstenanstieg) war noch mal böse zu mir) und dann war das Ding durch!

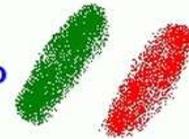
Man kann sagen, dass das Rennen erst bei 200 km richtig los geht. Ab 220 km bis ins Ziel hatte ich mit Krämpfen zu tun...

So verteilt über den Tag hat mir fast alles mal weh getan... Beine, Waden, Nacken, Kopf, Arsch, Hände, Arme, Fußsohlen und dann wieder in einer anderen Reihenfolge...

Ich werde wohl noch eine Zeit lang brauchen, um die Eindrücke zu verarbeiten, erst mal bin ich sehr sehr müde.

Viele Grüße

Martin Mayer / 18. Juni 2009



## Ein Bericht von Ulrich Zimmermann

Mailand - San Remo vom 07.06.09



Höhenmeter: 2233 hm

Technische Schwierigkeit: mittel

Die vergangenen drei Jahre bin ich die Radtouristik-Fernfahrt mit Zeitmessung Mailand – San Remo mit dem Rennrad Scott CR1 gefahren. Das erste Mal 2006 nach dem Eröffnungsspiel der Fußball-Weltmeisterschaft (München 09.06. Deutschland – Costa Rica 4:2) und dann zweimal mit Günther Kulessa ab Frankfurt / Main. Im Vorjahr hatte ich die Strecke erstmals unter 10 Stunden (9:03:40 h brutto, 32,5 km/h) zurückgelegt. Da ich keine realistische Möglichkeit der Verbesserung der Zeit sah, habe ich mir überlegt, nicht mit dem Scott zu fahren. Das Gazelle Stahlrad kam aufgrund seines Gewichts (Beleuchtung mit Nabendynamo, feste Schutzbleche und Gepäckträger – deutlich über 18 kg mit zwei Trinkflaschen) nicht in Frage. Das Scott Plasma Zeitfahrrad wollte ich wegen der schmalen Bereifung (19 mm) und da ich mit dem Rad noch keine sehr langen Strecken gefahren bin, nicht nehmen. Gegen beide Räder sprach auch die große Übersetzung (jeweils 2 x 10, kein kompakt). Damit stand mein Entschluss fest: Ich fahre mit dem Crossrad Simplon Booster (Rohloff 14-Gang-Nabenschaltung, 42 mm breite Marathon-Plus-Bereifung). Das Rad ist etwa doppelt so schwer wie das Scott CR 1. Als ich meine Entscheidung meinen Radsportfreunden und



meinem Radhändler mitteilte, hielten diese mich für „bekloppt“ und meinten, ich sollte doch besser mit dem Rennrad fahren. Das Rennrad stand noch in Einzelteilen im Keller, da mir bis dahin die Zeit fehlte, es nach dem Urlaub im Vormonat zusammenzubauen.

Anfang Mai bin ich mit dem Simplon den Gladbacher Marathon (mit Anfahrt >260 km, 1800 hm in etwas über 10 Std.) gefahren, um die Tauglichkeit des Rades auf sehr langen Strecken zu testen. Dass das Rad die Strecke problemlos meisterte, hatte ich erwartet. Mir ging es hauptsächlich darum, auszuprobieren, ob ich bei einer so langen Tour Probleme mit dem Sattel bekomme. Erfreulicherweise war das nicht der Fall.

Vorsichtshalber habe ich das Simplon noch meinem Händler zum Check übergeben. Eine Speiche im Hinterrad hat er ersetzt und alle Verschraubungen überprüft. Die vordere Bereifung, die schon viele tausend Kilometer problemlos ihren Dienst verrichtete, habe ich erneuert, da sie schon zahlreiche Schnitte aufwies. Nach etwa 5.000 Kilometern Laufleistung der Originalbereifung des Simplon (Schwalbe Marathon) habe ich diese wegen häufigen Reifendefekten getauscht (jetzt Schwalbe Marathon Plus MTB). Seitdem hatte ich nur eine Reifenpanne. Der Nachteil an dieser Bereifung ist das deutlich höhere Gewicht von fast einem Kilogramm pro Reifen.

Am Freitag Abend hatte ich das Simplon bereits ins Auto eingeladen. Da das Crossrad deutlich größer als das Rennrad ist, musste ich Hinter- und Vorderrad ausbauen, wobei zu beachten war, das Hinterrad stehend einzuladen, da sonst das Getriebeöl ausläuft.

Samstag früh um 2:00 Uhr ging der Wecker und ich bin mit einer kleinen Tasche und einem kleinen Rucksack (den ich eventuell auf der Tour mitnehmen wollte) eine dreiviertel Stunde später nach Frankfurt aufgebrochen. Um 5:45 Uhr sollte ich in der Mainmetropole beim Hessischen Rundfunk sein, was mir fast auf die Minute genau gelang. Die letzten Kilometer wollte ich nach dem Navigationssystem fahren. Leider war die Schrift auf dem Gerät so klein, dass ich diese nicht lesen konnte und bin deshalb einen kleinen Umweg gefahren (insgesamt 270 km).

Nach dem Vorderrad wollte ich das Hinterrad einbauen, was mir nicht gelang, da der Schnellspanner sich an der falschen Seite öffnete. Auch mit Hilfe einer Kombizange vom Busfahrer bekam ich das Problem nicht in den Griff. Da die Zeit drängte, um 6:15 Uhr sollte der Bus abfahren, haben wir das Gepäck und das defekte Rad eingeladen.

In diesem Jahr fuhr „nur“ ein Bus ab Frankfurt, da viele Teilnehmer mit Begleitperson nach Mailand gereist sind, die das Auto am Sonntag nach San Remo steuerten. Der erste Halt des Busses war in Karlsruhe auf einem Parkplatz in der Nähe der Autobahn, wo weitere Mitreisende zustiegen, danach folgte ein weiterer Stopp auf einer Raststätte in der Schweiz, wo wir den letzte Mitfahrer einsammelten. Danach waren 29 Räder im Anhänger. Ein Teilnehmer hatte wegen Krankheit absagen müssen. Die Kontrollen an den Grenzübergängen sowohl auf der Hin- als auch auf der Rückfahrt erfolgten sehr schnell. Nicht einmal die Ausweise wurden an der Schweizer Grenze kontrolliert. Auf der Hinfahrt mussten wir kurz vor dem Gotthard-Straßentunnel warten, da die Durchfahrt nur einspurig möglich ist.

Um 17:00 Uhr erreichten wir wie geplant das Hotel in Mailand. Da der Bus mit Anhänger als LKW gilt, darf er nur 80 km/h fahren, so dass mit Pausen keine frühere Ankunftszeit möglich



ist. Auf dem Parkplatz vor dem Hotel erwartete uns das Team (Reporter und Fotograf) von der „Tour“, das einen Bericht über das Rennen, allerdings erst im nächsten Jahr, veröffentlichen wird. Das Team war mit dem Auto aus München angereist und so nett, Günther und mich zum Motodrom zu fahren, dort erhielten wir die Startunterlagen und Trikots, die diesmal sehr klein ausfielen. Trikotgröße XL ist diesmal hauteng, beim letzten Mal war mir diese Größe etwas zu weit. Günthers deutschsprachiger Ansprechpartner (alle anderen sprachen nur italienisch) „vermittelte“ uns einen Kollegen, der uns zu einem Radhändler fuhr. Wo wir hin mussten, wusste er auch nicht so genau. Um nach dem Weg zu fragen, hielt er mehrmals (mitten auf der Straße) an und hupte ein paar mal. Nach einem kurzem Gespräch ging es dann weiter. Auf einigen Umwegen erreichten wir dann unser Ziel.

Ein anderer Mitreisender hatte beim Auspacken des Rades eine gebrochene Speiche im Hinterrad festgestellt. Die Reparatur des Laufrades wurde umgehend erledigt und ich erhielt für fünf Euro einen Schnellspanner für das Hinterrad. Der kaputte Schnellspanner wurde auch noch repariert. Ich hatte leichte Zweifel, dass der Schnellspanner wegen eines größeren Durchmessers nicht passt. Der Radhändler meinte, das sei kein Problem, und so war es dann auch.

Zurück im Hotel war mein Rad und Gepäck, das ich in der Nähe der Rezeption abgestellt hatte, verschwunden. Meine Vermutung, dass mein Zimmergenosse Andreas, der mit dem Auto aus der Schweiz angereist war, es aufs Zimmer mitgenommen hatte, bestätigte sich nicht. (Da ein Doppelzimmer wesentlich preiswerter ist, hatte ich mich dafür entschieden, ohne zu wissen, mit wem ich das Zimmer teile.) Da ich etwa zwei Stunden unterwegs war, war mein Rad und Gepäck sichergestellt worden und ich konnte es an der Rezeption abholen.

Die Zeit war wie im Flug vergangen. So kam ich erst nach der Pastaparty inklusive Wein zum Duschen. Nachdem ich die Vorbereitungen für den morgigen Tag abgeschlossen hatte, war es schon kurz nach 22:00 Uhr und Zeit ins Bett zu gehen. Frühstück gab es am Sonntag ab 4:00 Uhr. Das war mir etwas zu früh um aufzustehen. Den Wecker habe ich auf 4:30 Uhr gestellt, so blieb mir noch 2,5 Stunden bis zum Start. Andreas wollte etwa 30 Minuten später aufstehen.

Die meisten Mitreisenden dachten scheinbar, wenn sie nicht als Erste zum Frühstück kommen, dass sie leer ausgehen. Anders kann ich es mir nicht erklären, dass als ich zum Essen kam fast alle Plätze belegt waren. Das Essen reichte auch für diejenigen, die etwas länger geschlafen hatten. Kurz vor 6:00 Uhr war ich wieder auf dem Zimmer, um zu packen und mich mit dem Sonnenschutz einzucremen. Das Zimmer lag wie auch in San Remo am Ende des Gangs im 11. (und obersten) Stock. In San Remo musste ich nur in den 1. Etage.

Andreas war direkt in Radbekleidung zum Essen gegangen und konnte deshalb vor mir das Zimmer verlassen. Im Vorjahr bin ich über die Treppe mit Rad und Gepäck nach unten gegangen, da der Aufzug in den dritten Stock nicht kam. Glücklicherweise gab es so ein Problem diesmal nicht. Der Aufzug kam umgehend. Das Gepäck und der Rucksack waren schnell verladen. Die Tasche habe ich im Kofferraum und den Rucksack wie gewohnt auf dem Sitz im Bus verstaut. Um 6:30 Uhr ging es mit Günther per Rad zum fünf Kilometer entfernten Start. Andreas war schon vorher gefahren, um einen besseren Startplatz zu bekommen.



Am Samstag Nachmittag und Abend hatte es noch gestürmt, so dass an den Straßenrändern abgebrochene Äste lagen. Am frühen Sonntagmorgen zeigte das Wetter sich von seiner besten Seite: 18°, Sonne, wenig Wolken und kein Wind. Während des Rennens kam stärkerer Wind aus südlicher Richtung, also leider von vorne auf.

Kurz nach 7:00 Uhr fiel der Startschuss und es dauerte einige Zeit bis auch die Letzten auf der Strecke waren. Diesmal ging es nach dem Start der RTF nicht so schnell los wie im Vorjahr (40 – 50 km/h auf den ersten 50 km). Ich fand eine größere Gruppe, wo ich am Ende gut mithalten konnte. Auf eine vierte Trinkflasche hatte ich verzichtet, da ich die Kamera, eine Weste, ½ Dutzend Gels und das Mobiltelefon dabei hatte, nur die Geldbörse hatte ich nicht mitgenommen.

Nach etwa ½ Strecke vor der ersten Verpflegung fuhr ich als Letzter einer Gruppe. An einem Kreisverkehr fuhren alle vor mir eine Ausfahrt zu früh raus. Die Ausschilderung war richtig. Sie ist allerdings etwas anders als bei RTFs in Deutschland und klebt häufig an der Leitplanke mal auf der rechten, mal auf der linken Seite. Die Vorausfahrenden hatten ihren Irrtum lautstark bemerkt, so dass ich die richtig Straße nehmen konnte. Die andere Spur führte in die gleiche Richtung direkt zu einem Einkaufszentrum. Anstatt zu wenden, fuhren alle parallel weiter in der Hoffnung, dass es eine Verbindung zwischen den beiden Straßen gäbe. Das war allerdings nicht der Fall, so dass ein breiter unbefestigter Streifen zu Fuß überquert werden musste.

Mir gelang es zu dem letzten Fahrer, der richtig abgebogen war und jetzt alleine fuhr, aufzuschließen. Im Windschatten ging es mit 38 km/h längere Zeit hinter ihm her. Das Tempo, meinte ich, könnte ich auch im Wind fahren (Eine Fehleinschätzung wie sich bald herausstellen sollte). Einem weiteren gelang es, zu uns aufzuschließen. Das Tempo war mir jetzt zu hoch, da ich noch nicht einmal ¼ der Strecke bewältigt hatte. So fuhr ich einige Zeit alleine weiter. An einem Kreisverkehr fehlte die Ausschilderung. Da zwei Straßen geradeaus weitergingen, hielt ich es für besser, kurz zu warten bis die nächste Gruppe kam, die den Weg kannte.

An der ersten Verpflegung gab es Isogetränke, Wasser, Cola, Bananen, geschnittene Orangen und Müsliriegel wie auch an den anderen Kontrollen. Als ich den Verpflegungspunkt erreicht hatte, sah ich Günther, der gerade los fuhr. Nachdem ich mich gestärkt hatte, ging es die Steigung (nicht sehr steil: max. 5 – 6%) zum Turchino. Der Pass ist mit 530 m der höchste Punkt der Tour und liegt etwa auf ½ Strecke. Vor dem Pass wird dreimal die Eisenbahn mit beschränktem Bahnübergang gequert. Einen Zug hatte ich bei meinen bisherigen Teilnahmen nie gesehen. Kurz vor Erreichen des ersten Bahnübergangs schlossen sich die Schranken. Ein Radfahrer vor mir fuhr dennoch und musste sein Rad auf der anderen Seite über die Schranken heben. In einer Einmündung hinter dem Bahnübergang stand ein Rettungswagen, falls jemand beim Überqueren der Gleise stürzen sollte. Bei meiner breiten Bereifung ist ein Sturz dort ausgeschlossen. Da es einige Zeit dauerte bis der Zug kam, habe ich das einzige Foto auf der Tour von den wartenden Mitfahrern gemacht. Vor dem Bahnübergang habe ich auch einen Mitfahrer auf dem MTB getroffen. Auf meine Frage, warum er nicht mit dem Rennrad unterwegs sei, antwortete er mir, dass er kein Rennrad habe. Die beiden anderen Bahnübergänge konnte ich ohne Stopp überqueren. Der Aufstieg zum Turchino war nicht sehr steil und ich war schon nach fünf Stunden oben am Tunnel.



Nach der Tunneldurchfahrt begrüßte mich eine freundliche Frauenstimme. Es war Rinna aus dem Rennrad-Forum. Mit ihr bin ich schon einige Male Mailand – San Remo und die Tour Transalp gefahren. Rinna hatte Probleme mit dem Magen und hatte deshalb die RTF vorzeitig beenden müssen. Da ich diesmal ohne Zeitdruck fuhr, beschloss ich anzuhalten. Wir haben uns dann ein paar Minuten nett unterhalten. Rinna ist mein Rad direkt aufgefallen, und sie hat dann einige „Beweisfotos“ gemacht.

Bevor es in die lange Abfahrt nach Genua auf Meeresebene ging, habe ich mir noch die Weste angezogen. Über dem Turchino hingen Wolken und es war recht kühl. Die Abfahrt wollte ich langsam angehen. Sie wurde noch langsamer als ich vorhatte, da der Rettungswagen vor mir auf der Serpentinestrecke noch langsamer war als ich, so dass ich sogar unplanmäßig bremsen musste. Den Wagen wollte ich nicht überholen. Das war mir zu gefährlich. Als wir uns langsam Genua näherten, hielt ein Radfahrer den Rettungswagen auf. Auf der Abfahrt hat uns einziger Radfahrer überholt, den ich später wieder eingeholt habe.

Ab Genua verläuft die Strecke größtenteils am Mittelmeer. Ein paar kleinere Steigungen mit wenigen Höhenmetern sind nicht erwähnenswert. Bei Finale Ligure (nach ca. 200 km) war die Strecke wegen eines Erdbebens gesperrt. Die Umleitung ging durch den Ligurischen Apennin mit über 300 Höhenmetern und etwa 4 Kilometern Umweg. Hier war auch steilste Anstieg mit über 10% Steigung. Am Beginn des Anstiegs habe ich Günther eingeholt. Mit der sehr kurzen Übersetzung des Crossrads konnte ich die Steigung trotz Mittagshitze einigermaßen entspannt hochfahren. Die kleinste Übersetzung, die ich normalerweise nicht fahre, habe ich hier erstmalig länger gefahren. Am Ende des Anstiegs war die zweite Verpflegung, die letzte kam etwa 40 km vor dem Ziel.

Ab Genua hatte ich keine Gruppen mehr, den ich länger folgen konnte. Vielfach machten die Mitfahrer eine Pause, oder was selten vorkam, waren sie mir zu schnell. Die vorletzte Steigung „Cipressa“ kam mir nach der Umleitung gar nicht so steil vor. Damit der Anstieg nicht ausgelassen wird, erfolgt oben eine Zeitmessung. In San Remo geht es dann letztendlich bergauf zum „Poggio“. Hier bin ich dann erstmalig so schnell wie möglich gefahren und habe noch fünf Rennradler stehen gelassen. Als ich dann zu einem Schweden (sein Trikot deutete darauf hin) aufgeschlossen hatte, bin ich erstmal hinter ihm geblieben. Als er dann langsamer wurde, dachte ich er will in meinem Windschatten folgen. Als ich mich etwas später umdrehte, war von ihm nichts mehr zu sehen. Mich würde schon interessieren, was die Rennradler am letzten Anstieg gedacht haben, als ein Mountainbike (Crossrad) nach etwa 300 Kilometern an ihnen vorbei gefahren ist. Kurze Zeit später war ich oben. Jetzt ging es in Serpentin nicht sehr schnell runter nach San Remo. Auf der Abfahrt traf ich einen Italiener, der mir per Handschlag gratulierte und wir fuhren dann gemeinsam ins Ziel. Mein Zimmergenosse war schon lange im Ziel, etwa 10 Minuten nach dem Sieger. Diesmal war die Polizei nicht so präsent wie im Vorjahr, wo sie an vielen Kreuzungen und Kreisverkehren stand. An weniger als 10 Stellen wurde der Verkehr von der Polizei geregelt. Eventuell lag das daran, dass ich diesmal wesentlich später unterwegs war.

Nach der Rückgabe des Transponders habe ich die Pastaparty „mitgenommen“. Das Hotel war das gleiche wie die letzten Jahre und schnell gefunden. Der Busfahrer hatte das Gepäck bereits ausgeladen und es stand im Keller des Hotels. Dort waren auch zwei Räume, wo die Räder abgestellt wurden. Mein Rucksack fehlte, da ich ihn im Bus, statt im Gepäckraum deponiert hatte. Der Busfahrer hatte wohl damit gerechnet und war in der Nähe seines



Fahrzeugs. So konnte ich mich gerade noch rechtzeitig vor dem Abendessen duschen und umziehen. Die Eile wäre nicht nötig gewesen, da sich das Essen (Pasta und Schnitzel) um ½ Stunde verschob. Nach ein paar Bierchen ging ich zu Bett. Einige Mitreisende haben sich noch in das Nachtleben von San Remo gestürzt, dazu war ich zu müde.

Am Morgen ab 8:00 Uhr gab es Frühstück. Danach wurden die Räder und das Gepäck verladen. Der Bus konnte mit dem Hänger nicht vor das Hotel fahren, so dass das Einladen an der Hauptstraße geschehen musste. Gegen 10:00 Uhr ging es dann Richtung Heimat. Da die Auffahrt San Remo West gesperrt war, musste der Busfahrer eine geeignete Stelle zum Wenden finden und dann komplett nochmal durch die Stadt zurück fahren. Andreas haben wir mit seinem Rad bis zu einer Raststätte in der Nähe von Mailand mitgenommen. Bis zum Hotel zurückzufahren, hätte zu lange gedauert. Durch den Gotthardtunnel ging es ohne Stau, nur einige Kilometer vor der Deutschen Grenze stockte der Verkehr in der Schweiz. Auf einer Raststätte bei Freiburg wurde der Fahrer getauscht, um die Lenkzeiten einzuhalten. Vor einem Jahr war das nicht nötig, da ein Mitreisender einen Busführerschein hatte. Wie vorgesehen erreichten wir um kurz vor Mitternacht Frankfurt. Schnell haben wir unsere Räder verladen und es ging nach Hause, wo ich um 2:30 Uhr ankam.

Fazit: Auch mit dem Crossrad ist es möglich, die Tour zu fahren. Es dauert nur „etwas“ länger. Eine gelungene Veranstaltung, an der ich eventuell nächstes Jahr wieder teilnehme. Dass ich nicht mit dem Rennrad gefahren bin, war sogar eventuell von Vorteil, da das Rad bei seinem ersten Einsatz danach nach weniger als 100 km einen Totalschaden (abgerissenes Schaltwerk, Rahmen- und Speichenbruch) hatte.

Laut meinem Tacho:

304,09 km (+ Fahrt zum Start: 6,4 km)

11:03 Stunden Nettofahrzeit

27,40 km/h Durchschnittsgeschwindigkeit

60,00 km/h Maximalgeschwindigkeit

2.233 Höhenmeter (laut GPS 2.400 hm)

12 % maximale Steigung

510 m maximale Höhe

Ulrich Zimmermann / 22. Juni 2009



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Hallo,

vielen Dank für die nette Mail. Ich denke aber, dass ich mich bedanken muss für die vorzügliche Organisation der gesamten Fahrt. Dieser Tag wird insgesamt in meine persönlichen Highlights eingehen, da alles Wesentliche aus meiner Sicht perfekt geklappt hat (sturzfrees Ankommen, Zeit war absolut nachrangig). Also ausdrücklich und nochmals "Lob in verschärfter Form". Verbesserungswürdig sind aus meiner Sicht lediglich die folgenden kleineren Punkte (die aber am absolut positiven Gesamteindruck nichts ändern können):

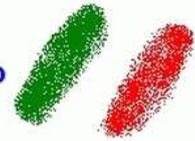
- Verbot der Tria-Flaschenhalter (da doch viele Flaschen vor allem am Start flogen und gefährliche Situationen heraufbeschworen)
- Absperrung der gesamten Strecke (ich weiss, dass das an der Küstenstrasse nahezu utopisch ist; es wäre aber dennoch klasse)
- Verbesserung des Bustransfers (zu spät losgefahren, 30 min Pitstop gegen den Wunsch der Passagiere, die unter die Dusche und ins Bett wollten)
- Fotoservice an der Strecke (an steilen Abschnitten - von denen es ja einige gab :-)))

Beste Grüsse

Holger Hackländer



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH





**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Hallo Günther,

Danke erst einmal für dein Interesse zu meiner „Nichtplatzierung“.

Fing ja eigentlich alles ganz gut an, pünktlich aufgestanden, gut gefrühstückt, zeitig genug am Startplatz gewesen mit meine Kumpel F. Ammann.

Dann der Start, mächtig hektisch und eine noch sehr nervöse Fahrerei, zügig und dann immer dieses plötzliches runterbremsen, ohne Grund oftmals.

Wahrscheinlich ein typisch- italienischer Fahrstil, dachte ich, da muss man sich erst noch dran gewöhnen.

Wir waren ungefähr 10 bis 15 Meter hinter dem Führungsfahrzeug, bis es bei dem 7.

Kilometer, 5 Meter vor mir einen Reifenplatzer gab, dies habe ich später dann erst erfahren.

Die ersten stürzten schon, Vollbremsung half auch nicht mehr, also bin ich auch gestürzt, da lag ich nun und konnte es kaum glauben. Hinter mir jede Menge zu Boden, nur diese hatten alle ein bisschen mehr Glück!

Bei mir eine schöne Pflasterflechten und eine dicke Acht im Vorderrad, und das wars mit dem Rennen.

Zurück zum Hotel, da stand unser Auto. Mein Kumpel kommt erst Nacht gegen 1:30 Uhr zurück.

Im Nachbarzimmer war noch jemand aus Stuttgart, der sollte Abends seine Leute von Sanremo abholen, also hab ich ihn aus dem Schlaf geklingelt und die Situation geschildert, eingestiegen nach Sanremo und um 16:30 Uhr wieder in Sanremo ausgestiegen.

Pünktlich mit F. Ammann ( 9:38) angekommen, nur anders. Fahrrad noch umladen in den Bus nach Milano und um 20 Uhr gings dann zurück.

Sonst hat alles gut geklappt, außer mein Missgeschick, aber nächstes Jahr ist ja auch noch mal.

P.S. Danke für deine Organisation, vielleicht trifft man sich nächstes Jahr mal Persönlich.

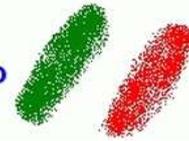
P.S. Danke auch noch mal an Dominik aus Stuttgart und seinen Leute von der SG-Stern fürs mitnehmen nach Sanremo.

Mit freundlichen Gruß

Mike Kühls!



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Hallo Günther,

ich habe auf meine älteren Kameraden gewartet und denen durch den Wind geholfen, nachdem mir am Anfang der RTF die Flaschen aus dem Halter gefallen waren und alle starken Gruppen weg waren...

So nun kann ich mit diesem Ergebnis leben oder im nächsten Jahr das Ganze noch einmal in Angriff nehmen. Ich denke es wird auf Plan B hinaus laufen (-;

Alles in allem war es ein tolles Erlebnis an das ich jetzt und in 20 Jahren noch denke. Und die Organisation - war sensationell! Die Hotels und das Essen, super.

Zu den Verbesserungen im nächsten Jahr:

- Bitte eine Bemerkung, dass die Trikots ziemlich klein ausfallen.
- Für den Verband: Man könnte in verschiedenen Leistungsklassen starten.
- Abbau der Zeitmesser könnte eine Stunde nach hinten verlegt werden.
- Eine Kamera könnte am Ziel mitlaufen, sodass man später im Internet sich ein Zielfoto ausdrucken kann

Also das war es erst mal von meiner Seite.

Also, bis dann Gruß Ralf



Hi Günther,

ich glaube wir haben euch (den Veranstaltern) zu Danken für die großartige Orga!!!!

Aus meiner Sicht war es ja das erste mal das es über 300km (mit Mania gesamt 307km) ging, so dass ich froh war nur anzukommen.

Jedoch war ich sehr beeindruckt von der Strecke die mich noch weit nach dem Ziel aller Impressionen (Höhen und Tiefen mit eingeschlossen) beschäftigt hat.

Kurzer Abriss aus meiner Sicht:

- die ersten 60km das typische einordnen in die Gruppen (natürlich mit vielen Stürzen), habe mich natürlich mit der Hektik um einen guten Platz mitreissen lassen und schon ein paar Körner liegen lassen.
- nach 135km in nur ca. 3,5h (38 iger Schnitt) war dann die erste Verpflegungsstelle erreicht, kurz Getränke und Essen aufgenommen und dann ging es auch schon weiter.
- dann über den Torchino (Traumhaft und sehr gut zu fahren!) und dann die Abfahrt ab an die Küste (man bekommt Quasi einen Rausch) .
- An der Küste kam dann aber der böige und sehr zunehmende Westwind der meine Gruppe auseinander Bliss und der Schnitt ging auf 33 runter.
- dann kam der folgen schwere (Junior) Fehler bei km 260! Hatte noch ca. 1,5 Flassche Getränke und 3 Gels und laut Tacho zu 297km noch 37km und entschied mich die letzte Verplegungsstelle auszulassen.
- Jedoch kamen da noch ein paar Höhenmeter und die Mittagshitze und so sollte es sein das die Flaschen sehr schnell leer wurden und die Gels verschlungen wurden.
- Dann noch 2 mal eine Gruppe an die vordere gefahren, da die hinter mir auch keine Körner mehr hatten, und so mußte ich dann doch abreißen lassen und die restlichen 20km mit einem 20 Schnitt fahren .

Aber das Ziel in Sanremo war dann die Erleichterung und die Belohnung sowie mal wieder eine Erfahrung reicher !!!!!

Verbesserungsvorschläge/Anregungen: -Genaue Beschreibung wo der Buss nach Milano abfährt , Bus ist dann auch erst um 20:30h gestartet!!

- Pasta party am Vorabend schon um 18 Uhr anfangen da sonst der Magen so voll ist.
- Morgens am Start (am Velodrom) vielleicht ein Gruppenfoto mit allen Kulessa Startern
- Ansonsten natürlich so weitermachen wie gewohnt.....)

Grüsse aus Bad Homburg

Matthias



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



## Mailand- Sanremo 2009

Am Sonntag 07.06.2009 um 07:00 Uhr wird unser Abenteuer starten. Italo und ich werden auf das Rad steigen und am Abend vermutlich mit einem roten Po hinuntersteigen.

Zum guten Glück haben wir unseren Sklaven Tinu dabei. Ich habe gehört, dass er uns nach dem Rennen den Po massiert :-). Unser Team besteht aus drei Mann.

### Tinu unser Sklave

#### Aufgaben:

Po massieren, Auto ohne Radarbusse durch Italien fahren, Überbringer des Essen und des Trinken, muss immer gut gelaunt sein, darf keine faulen Sprüche bringen.

Einfach ausgedrückt, Herr gib, Herr mach endlich :-)



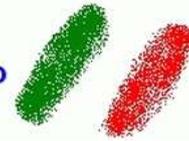
### Italo unsere Maschine

#### Aufgaben:

Übersetzer der komischen Sprache und Tretmaschine, wird als Zugmaschine von Patrick missbraucht, damit er nicht viel im Gegenwind fahren muss.



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Patrick der die Schmerzen liebt

Aufgaben:

Ist für eine Höhle zum schlafen verantwortlich, darf Tinu schlagen, wenn er nicht pariert, muss vor Italo den Zielstrich überqueren.

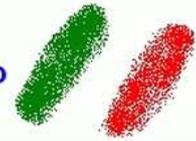


Einen solchen Event kann nicht ohne Training absolviert werden, denn ohne Training, wird unser Po 3 Wochen lang rot sein :-)

Unsere Trainingskilometer:



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH

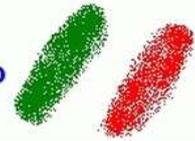


Italo 2200 Kilometer Velo  
Patrick 1667 Kilometer  
Tinu 17000 Kilometer mit dem Auto :-)

Da waren wir, in Mailand in einer Grossstadt mit viel Lärm, Verkehr und Koordinationschwierigkeiten.  
Unsere Tagesrettung war die erhaltene Karte von Valeria und Mario, mit der wir uns in diesem Wirrwarr durchkämpften.

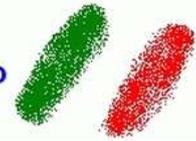


Bereits standen uns Testräder für ein Testtraining bereit, die wir natürlich sofort ausprobieren mussten.



Tinu hat schnell neue Freunde in Mailand gefunden.



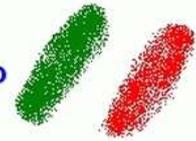


und Italo konnte zum ersten Mal im Mittelpunkt der Stadt stehen.



Es gab dort einen Ferrarishop, bei dem alte Teile eines Original F1 Fahrzeug verkauft wurden. Das teuerste Teil war dieser Motor von Michael Schumacher für 50000 Euro, natürlich nicht betriebsbereit.





Karten waren unsere Rettung, ohne diese wären wir einmal am Dom gewesen und würden nie mehr nach Hause finden.



Sogar eine Station gab es, die nach einem Käse benannt wurde.





wie schon erwähnt, ohne Karte wären wir vermutlich in Rom gelandet.

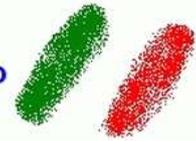


Mailand hat auch eine schöne Seite, ca 30 Minuten zu Fuss landet man in einem Künstlerviertel.





**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Diese Strasse war für mich der schönste Platz in einer sehr hektischen Grossstadt.



Am Abend wurde es noch hektischer. Mateo kam mit seiner Mutter Sandra auf Besuch. Wenn ich zwischen der Hektik von Mailand und von Mateo wählen würde, würde ich vermutlich Mailand vorziehen.....:-)





**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Mario und Valeria waren nicht aus dem Hauschen zu bringen. Für Sie war die Welt um viele Leute die schönste Welt.



Sandra die Mutter von Mateo tat mir richtig leid, dieser Mateo ist in Ordnung, hat aber ein Temperament eines 20 Jährigen.



und vor dem Rennen noch eine Flasche Wein, denn wir wollen doch nicht den ersten Platz erreichen, oder? :-)



Tagwacht um 04:45 Uhr. Dann Essen und trinken und um 05:20 Uhr Abfahrt mit dem Auto zum Startplatz ausserhalb Mailands.



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH

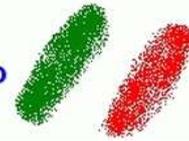


Wir hatten riesiges Glück mit dem Wetter. Um 06:15 Uhr hatten wir bereits 19 Grad.



Ich war froh, waren wir so früh am Startplatz angekommen, so konnten wir uns in Ruhe auf den Start vorbereiten.

Ich sage Euch, da waren Velos und Beine vor Ort, die machten uns grosse Angst. Velos um die 5000- 15000 Euro waren vor Ort, teilweise sogar Entwicklungsräder verschiedenen Velofirmen und da kamen wir mit unseren Velos daher.....

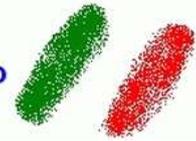


Was soll's, mein altes Velo war vor 10 Jahren das Aktuellste und Beste was man haben konnte.

Mein altes Velo fuhr vor 10 Jahren eine Bergetape an der Tour de Romandie und ein Bergzeitfahren und eine Bergankunft an der Tour de Suisse.

Am Velo sollte es heute nicht liegen, denn dieses hatte genug Rennerfahrung.





Das Rennen wurde um 07:05 Uhr gestartet. 1000 Fahrer fuhren los und die ersten 100 Kilometer waren sehr hektisch.

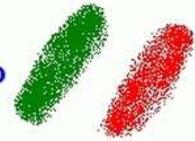
Daher habe ich mich einer Gruppe Holländer angeschlossen, die ich bis zum ersten Pass folgte.

Es war ein guter Entscheid, wir fuhren zwar ein sehr langsames Rennen, doch sah ich bei den ersten 50 Kilometer viele Fahrer bereits am Strassenrand blutend liegen.

Meine Entscheidung war richtig. Italo war bei Kilometer 20 mit einer schnelleren Gruppe weggefahren, dieses Wegfahren hat sich vermutlich bei den vielen Aufstiegen bemerkbar gemacht.



Italo war bis zum zweiten Pass ca. 40 Minuten vor mir. Ich hatte immer gemeint, dass er hinter mir wäre, doch der zweite Pass hatte es in sich. Frage einfach bei Italo nach.....



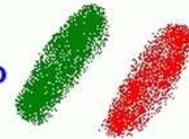
Mein einziges Problem war die Flüssigkeit. Bis Kilometer 150 gab es keine Verpflegung, durch die grosse Hitze bekam ich langsam eine Not, doch hatte ich Glück und bekam beim Aufstieg zum ersten Pass Aqua für meine Flasche, dies war die Rettung.



Ich habe schon vieles erlebt, doch dieses Rennen, wird in grosser Erinnerung bleiben. Ich fuhr



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



fast die ganze Küstenstrasse im extremen Gegenwind alleine und verlor somit sehr viel Kraft und Zeit.

Ich war froh, wenn wieder ein Berg vor mir war, denn da hatte ich wieder Windstill. Bei fast allen Abfahrten musste ich treten, da ich sonst stehen geblieben wäre.....

Doch wir waren am Ziel. Unfallfrei und mit einer super Unterstützung von Tinu kamen wir in San Remo an.

Wir waren müde, glücklich und sehr dreckig.



Am Abend wurde dann der Strassenstaub hinunter gespült.



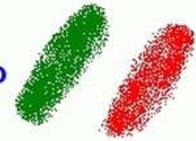
Leider gehen auch schöne Tage zu Ende. Am Montag gaben wir den Wohnungsschlüssel ab und verabschiedeten uns Richtung Schweiz.  
Vom Meer bei 30 Grad, in die Schweiz bei 5 Grad....



Merci an Tinu für seine Helferdienste. Ohne Dich hätten wir es nicht geschafft.



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH



Mit freundlichen Grüßen  
Monn Patrick



Mailand – San Remo 2009:

Trotz suboptimaler Vorbereitung im Frühjahr 2009 mit vergleichsweise wenigen Kilometern in den Beinen (ca. 1000 km) hatte ich schon immer den Traum gehabt, einmal die „classicissima“ auf „heiliger Erde“ mitzufahren. Als dann auch noch die Gelegenheit hinzukam, an dem auf den Gran Fondo folgenden Montagmorgen (8. Juni 2009) in Mailand einen geschäftlichen Termin zu haben, war es schon fast eine „göttliche Fügung“. Die Website mit Bildern der vergangenen Jahre und die ausgezeichnete Vorbereitung über Günther Kulesa (E-Mails über Organisationsfragen bis hin zum Wetterbericht) haben dann die Anmeldung schnell wahr werden lassen. Mein Ziel als Novize bei diesem Gran Fondo war einfach: Durchhalten und in San Remo ankommen – die Zeit war absolut nachrangig. Man war ja hier schließlich nicht bei einer Weltmeisterschaft (O-Ton Kulesa).

Ich bin dann am Freitagabend bereits mit dem Auto in Mailand angekommen. Am Samstagmorgen konnte man bereits ab 10 Uhr die Startunterlagen und den Transponder Chip im Kartodrome abholen. Hier konnten auch noch Einzelfragen mit den perfekt deutsch sprechenden Vertretern der Organisatoren sofort geklärt werden. Den Rest des Samstags verbrachte ich dann im heißen Mailand beim Stadtbummel. Abends wurden dann Rad, Bekleidung und Verpflegung vorbereitet. Etwas mulmig über das, was der bevorstehende Tag bringen würde, war mir dann aber doch, da ich noch nie längere Strecken als 200 km gefahren war. Ich nahm mir aber fest vor, unbedingt mein eigenes Tempo zu fahren und nicht zu früh die vorhandenen Körner zu verschießen.

Um 4.30 Uhr war dann die Nacht vorbei. Um 5 Uhr wurde bereits die erste Schlacht am Frühstücksbüfett im Hotel geschlagen. Es ist alles vorhanden, was das Radfahrerherz zu dieser Stunde begehrt (Spaghetti, Brötchen, Kuchen etc.). Müde aussehende und ihren Gedanken nachhängende Italiener, Deutsche und Schweizer versuchen, noch soviel Energie für den großen Tag wie möglich zu tanken. Um 6.30 Uhr erfolgte die Abfahrt am Bus nach viel Geflachse – u.a über das vorhandene Crossrad des Kollegen Zimmermann, das später noch Erwähnung finden sollte - und den üblichen Fotos vom Hotel im Gruppetto zum Start am Kartodrom in Rozzano (ca. 5 km entfernt).

Nach Registrierung des Transponderchips fuhr man eine Ehrenrunde auf der Kartbahn und stellte sich erst einmal hinten an. Vorne scharrten die Favoriten wie nervöse Rennpferde schon mit den Füßen. Größere – in der Regel italienische - Gruppen mit teilweise unglaublich teuer aussehenden Rädern schlossen hinten zu uns auf. Um 7.00 Uhr senkte sich die Startflagge für etwa 700 Teilnehmer: Es war für meine Begriffe ein eher unruhiger Start mit vielen fliegenden Flaschen: Einige Teilnehmer hatten Triathlon-Flaschenhalter hinter die Fahrradsättel montiert, um nicht - wie ich – insgesamt vier Flaschen bis zur ersten Verpflegung mitschleppen zu müssen. Aber entweder waren die Halter selbst oder die Flaschen in den Haltern nicht fest genug montiert, so dass reihenweise bei den ersten Streckenabschnitten auf den italienischen Straßen mit Unebenheiten oder Schlaglöchern die Flaschen flogen. Ständig warnten sich die Italiener vor diesen Hindernissen mit „Occhio, occhio“-Rufen.



Ich konnte nach der allgemeinen Sortiererei und einem kurzem, scharfem Zwischensprint eine gute große Gruppe etwa ab Casarile erwischen (mit vielen Vertretern des italienischen Parolin-Teams - grazie ragazzi per tutti). Die Gruppe hielt einen guten 33/34er Schnitt, so dass man ausgezeichnet mitrollen konnte. Die Italiener plapperten allerdings miteinander ohne Unterlass .... Man hätte sicherlich noch zu einer schnelleren Gruppe am Anfang aufschließen können, aber es warteten noch über 250 km auf uns, also hielt ich mich hübsch zurück und fuhr mein Tempo innerhalb der Gruppe.

So vergingen die ersten Stunden auf beinahe schnurgeraden Strassen Richtung Süden. Wichtig war hier angesichts der bereits brennenden Sonne stets ausreichend zu essen und zu trinken (dank des guten Tipps von Günter Kulesa hatte ich vier Trinkflaschen dabei). Also musste man etwa alle 30 Minuten einen halben Powerbar-Riegel essen und genügend trinken.

Am Horizont baute sich bereits der Apennin auf, dem man aber dann durch den Schwenk der Strasse gen Westen zunächst entging. Insgesamt waren die Strassen in einem für Italien guten Zustand: Dennoch kam es dann und wann zu kollektivem Aufatmen des Peloton, wenn eine Passage mit ganz frischem Asphalt erreicht wurde.

In Castellania konnte ich kurz am Ortseingang einen Blick auf das Schild mit dem italienischen Champion Fausto Coppi erhaschen. Nach Pavia in Castareggio erfolgte dann der Schwenk nach Westen mit einem weiterhin sehr angenehmen 33er Schnitt. Die Landschaft wurde jetzt abwechslungsreicher und auch hügeliger. Es stellte sich allerdings bei mir, wie aber auch in der Gruppe bei einigen Teilnehmern ein gewisser Blasendruck ein, den ich aber erfolgreich ignorieren konnte, um die gute Gruppe nicht verlieren zu müssen. Kurz vor dem Anstieg zum Passo di Turchino dann plötzlich und unerwartet ein Stillstand des Peloton: Die italienische Staatsbahn verschaffte der gesamten Gruppe die allseits ersehnte Pause, da eine Bahnschranke geschlossen war und ein Zug durchfuhr. Blitzschnell waren alle Fahrer links und rechts beschäftigt ...

Im Anstieg zum Passo del Turchino musste ich an Erik Zabel Worte denken, dass der Turchino ja kein richtiger Pass sei, da nur 532 m hoch. Für meine Begriffe war das angesichts der bereits in den Beinen befindlichen Kilometer schon ein richtiger Pass, der am Schluss auch nicht so richtig enden wollte. Aber auf einmal war der Tunnel ausgeschildert, nur noch 100 Meter und man hatte es geschafft: Aus dem Tunnel heraus geschossen und das Meer sehen! Das war ein unglaublicher Anblick und gleichzeitig eine tolle Belohnung für die bisherigen Mühen. Die Abfahrt war einfach nur noch super und ein reiner Genuss (auch wenn ich hinter einem langsameren Auto fahren musste). Ich wusste bereits jetzt, dass ich in San Remo ankommen würde, da ich mich nach wie vor gut gefühlt habe.

Genua mit seinen Vororten (Voltri) war erschreckend hässlich; die bis dato bestehenden Gruppen lösten sich dann infolge der Abfahrt und der Verpflegungsstationen (die erste kam bei km 134) bedauerlicherweise auf, so dass man auf sich allein gestellt war oder sein Glück in der Neubildung von Grüppchen versuchte. Viele der Teams hatten eigene Begleitfahrzeuge dabei und veranstalteten ihre eignen Verpflegungspausen. Die drei Verpflegungsstationen waren vorbildlich ausgestattet (es gab überall Wasser, Cola, Elektrolyt sowie Honigkuchen, Orangen, Zwieback, salzige Focaccia samt moralischer Unterstützung).

Arenzano als kurzer Anstieg war ein weiterer, fordernder Prüfungsabschnitt, der bewältigt



werden musste. Der dann folgende Anstieg nach La Magnie war dagegen für mich schon schlimmer, so dass sich die ersten fühlbaren und dauerhaften Qualen einstellten.

Die Fahrt an der Küstenstrasse war einerseits traumhaft, da direkt an der Sonne und am Meer zu fahren, andererseits habe ich gefühlte tausend Male an Fußgänger-Überquerungen an der Küstenstrasse abbremsen müssen: Hunde, Katzen, Kinder, Autos, Mopeds und gelangweilt dreinschauende Strandschönheiten kreuzten den Verkehr ohne Rücksicht auf uns. Manchmal wurde der Verkehr hektischer, der dann mehrere brenzliche Situationen heraufbeschwor. Direkt links neben der Strasse lagen die Urlauber am Strand, rechts lockten – erfolglos - die Restaurants mit ihren Plätzen in der Sonne. Es roch und duftete mittags nach köstlichen Menüs mit frischem Fisch.

Ein leichter moralischer Durchhänger stellte sich bei 185 km ein, der aber nach kurzer Zeit überwunden war („Pain is temporarily, quitting lasts forever“). Die letzten 60 km bin ich dann alleine im harten Gegenwind mit Stärke 4-5 gefahren; das Thermometer zeigte 30 Grad an.

Die Anstiege an den drei berühmten Capos (Capo Mele, Capo Cervo und Capo Berta) gingen so gerade noch, waren aber auch echte Willensprüfungen. Der Anstieg zum berühmtem Ort Cipressa bei km 295 war für mein Gefühl superhart, steil und lang, so dass ich gezwungen war, diesen Anstieg auf dem kleinsten Kettenblatt (Dreier) zu bewältigen. Erste Anzeichen von Krämpfen in beiden Oberschenkeln stellten sich ein, so dass ich die Belastung zurücknahm. Ich habe jetzt noch mehr Respekt vor den Profis, die hier noch einmal attackieren. Die Abfahrt von der Cipressa mit den aus dem Fernsehen bekannten engen Kurven entschädigt dann aber wieder für die erlittenen Anstrengungen.

Der Anstieg zum ebenso berühmten Poggio bei km 303 kurz vor San Remo war dann schon wieder auch wesentlich besser als befürchtet zu überwinden. Wegen der Krämpfe musste ich diesen Anstieg allerdings langsam angehen. An dieser Steigung überholten mich dann ein Radler im blau-gelben Dress sowie Ulrich Zimmermann mit seinem Crossbike – am Start noch geflachst und jetzt kurbelte er an einem vorbei. Da Ulrich in seinem Bericht unbedingt wissen wollte, was man in dieser Situation so denkt: Grenzenlose Begeisterung stellt sich sicherlich da nicht ein. Erster Gedanke ist: „Das kann ja wohl nicht sein.“ Ich versuchte auch, dranzubleiben und zu beißen, aber Ulrich war schlicht zu schnell - und ich zu platt (daher Chapeau für Ulrichs Leistung!).

Schließlich hat es ein Ende: Man rollt nach San Remo hinein – und hat es nach 11:43 Stunden geschafft. Ein unglaubliches Gefühl stellt sich ein, da man im ersten Moment gar nicht realisiert, dass man heute tatsächlich über 300 km mit dem Rad von Mailand bis ans Meer gefahren ist.

Fazit:

Ich denke, dass ich mich in erster Linie bei Günter Kulesa bedanken muss für die vorzügliche Organisation der gesamten Fahrt. Dieser Tag wird insgesamt in meine persönlichen Highlights eingehen, da alles Wesentliche aus meiner Sicht perfekt geklappt hat (sturzfreies Ankommen, Zeit war absolut nachrangig). Also ausdrücklich und nochmals "Lob in verschärfter Form".

Holger „Banesto“



**Milano-Sanremo** U.C. Sanremo  
Kontaktadresse für Deutschland / A / CH

