

2. Renn-/Trainingsbericht der Saison 2022

→ AB DIESEM JAHR FAHRE ICH IN DER **ELITE** KATEGORIE, DA ICH ZU ALT BIN FÜR DIE U23 KATEGORIE!

VERGANGENE RENNEN:

- C2 Swissbikcup Rickenbach	Rang 8
- HC French Cup Marseille	Rang 14
- HC Swissbikcup Rivera	Rang 15
- C2 Argovia Cup Lostorf	Rang 1
- HC Italian Cup Elba	Rang 12
- C1 Swissbikcup Chur	Rang 11
- C1 Swissbikcup Savognin	Podestkurs, dann Defekt (DNF)
- Weltcup Albstadt	Rang 62
- Weltcup Nove Mesto	Rang 63

ANSTEHENDE RENNEN:

- Schweizermeisterschaft XCO Leysin, 5. Juni
- Weltcup Leogang, 12. Juni
- HC Swissbikcup Gränichen, 19. Juni
- Höhentrainingslager Swiss Cycling 26. Juni – 7. Juli
- **Weltcup Lenzerheide, 10. Juli**
- Weltcup Vallnord, Anodrra, 17. Juli

Renn Niveaus: WM>EM>Weltcups>HC>C1>C2 → je höher das Niveau, desto besser die Beteiligung und desto mehr UCI Punkte kann man holen

RENNBERICHTE:

Der diesjährige Saisonauftakt stellte das Quasi-Heimrennen in **Rickenbach** dar. Von heimischem Publikum angefeuert kämpften wir uns über die physisch sehr anstrengende Strecke. Nach einem anstrengenden Vortag (Exkursion) war meine Form nicht die beste. Hinzu kam eine nicht funktionierende Federung vom Teambike, was meine Arme und Schultern im Rennen müder werden liess als die Beine. So konnte ich mein Ziel von einer Top5 Platzierung nicht erreichen. Spass gemacht hat es aber allemal.

Gleich am nächsten Tag gings nach Nizza, wo ich endlich meine Teamkameraden kennenlernen durfte und endlich meine Federung ausgetauscht wurde und einige andere Teile. Später hat sich dann aber herausgestellt, dass sie immer noch nicht richtig funktionierte, zu dem Zeitpunkt dachte ich noch, das sei normal für SR Suntour Federungen. Nach ein paar chaotischen Tagen gings nach **Marseille** fürs erste grosse Rennen. Da war die Hölle los. Die steinige felsige Strecke war anspruchsvoller als jeder bisherige Weltcup, den ich gefahren bin. Dementsprechend gab es bei der Streckenbesichtigung auch viele Stürze und der Krankenwagen war konstant am hin und herfahren. Ich blieb zum Glück verschont, fühlte mich jedoch überhaupt nicht sicher und wohl auf meinem etwas umgestellten Bike, ohne absenkbare Sattelstütze und schlecht funktionierender Federung. Aus diesem Grund fuhr ich das Rennen auf der sicheren Seite, d.h. ich ging nicht ans Limit, um einen verhängnisvollen Sturz zu vermeiden. Dafür war die Platzierung erstaunlich gut. Danach «durfte» ich einmal mehr in die Dopingkontrolle.



Als nächstes stand das Rennen in **Rivera** an. Die Strecke, welche mir 2019 noch extrem schwierig vor-kam, fand ich nun nach Marseille einfach und das Rennen machte extrem Spass. Ein dummer Fehler von mir beim Start kostete mich einige Ränge, dennoch schaute am Ende ein guter Rang heraus in ei-nem sehr stark besetzten Feld.



Das kleine Rennen vom Argovia Cup in **Lostorf** war mit kalten und eher nassen Bedingungen verbun-den, was mir sehr liegt und ich auch mag. So konnte ich das Rennen mit über 1 Minute Vorsprung klar für mich entscheiden und wertvolle UCI Punkte holen. Dies trotz einer bei der Kälte nicht funktionie-render Federung, dafür aber nach langem Warten endlich mit absenkbarer Sattelstütze.

Als nächstes ging es in ein Technikcamp im Tessin mit Swiss Cycling, wo wir verschiedenste Sachen üb-ten und anschliessend ein Rennen in **Elba** fuhren. Die Strecke war technisch recht anspruchsvoll, aber dank top Vorbereitung mit Swiss Cycling gut machbar für uns. Da sie sehr abwechslungsreich ist und eine wunderschöne Aussicht aufs Meer bietet, ist sie eine meiner Lieblingsstrecken. Mit Rang 12 konnte ich im internationalen Feld einmal mehr ein konstantes Ergebnis erzielen.



Im Vorgarten von Nino Schurter (**Chur**) fand das nächste Rennen statt, ein City Bike Rennen. Auf einer leider nicht so tollen Strecke mit nur einem Aufstieg und einer Abfahrt gefolgt von der Durchfahrt durch die Altstadt absolvierten wir unsere Runden. Ich hatte mir mehr erhofft, da ich dachte eine technisch einfache Strecke mit diesem Höhenprofil würde mir liegen, aber dem war leider nicht so. Im Vergleich zu den professionellen Bikerinnen spüre ich, dass ich, seit ich den Master begonnen habe im letzten September, mein Training etwas zurückstecken musste und stundenmässig viel weniger trainieren konnte als erhofft. Auf dem Niveau ist es schwierig mit 10h Training mit den Profis und ihren 20-30h Training mitzuhalten.

Eine Woche später stand der Swissbikcup in **Savognin** auf dem Plan. Die Beteiligung war nur gering, weshalb ich mir einen Podestplatz erhoffte und viele UCI Punkte, welche meinen Startplatz im Weltcup nach vorne verschieben sollten. Die Witterungen standen einmal mehr zu meinen Gunsten mit Kälte und Nässe. Das Rennen begann super, ich befand mich auf Podestkurs und führte sogar eine kurze Zeit das Rennen an. Dann jedoch begann meine elektronische Schaltung zu spinnen, bis sie ganz ausstieg und nichts mehr ging. Mit nur einem Gang und keinem Ersatzwechsler in der Techzone hatte es keinen Wert mehr, weshalb ich zum ersten Mal in meinem Leben ein Rennen aufgeben musste. Dies war sehr schade um den Podestplatz, die UCI Punkte und den Aufwand.

Aber man lernt daraus und so war meine danach ausgewechselte Schaltung voll funktionstüchtig für den ersten **Weltcup** in **Albstadt**. Hier war ich wieder mit dem französischen Team unterwegs, welches organisatorisch zwar nicht das beste ist, aber dafür super sympathisch und lustig. Es bietet mir eine Umgebung, in der ich mich wohl fühle, viel dazulernen und ohne Druck meine erste Weltcupseason bei der Elite bestreiten kann. Zusätzlich bin ich bald fließend im Französisch ;-P. Endlich bekam ich auch eine ganz neue Federung, welche nun einwandfrei funktioniert, wodurch ich mich endlich wohl fühle auf dem Bike. Im letzten Jahr hatte ich hier im Weltcuprennen einen dummen Sturz, welcher mir ein mögliches Top15 Ergebnis bei der U23 Kategorie vermiest hatte. Das Ziel für dieses Jahr, war sturzlos durchzukommen und mich an das neue Tempo der Elite zu gewöhnen. Insgeheim erhoffte ich mir eine Top50 Platzierung. Wie im letzten Jahr musste ich von circa Startplatz 65 aus starten. Bei der U23 kam ich noch gut nach vorne, hier jedoch bei der Elite ist das eine ganz andere Sache. Das Tempo ist so hoch, dass man nicht darum herumkommt, über sein Limit zu gehen, nur schon um mitzuhalten, geschweige denn Plätze gutzumachen. Ich weiss nicht, ob ich einfach einen grottenschlechten Tag hatte, oder zu sehr über mein Limit ging beim Start. Jedoch hatte ich mich noch nie so schlecht gefühlt in einem Rennen und kam kaum noch die Anstiege hoch. So erwischte mich dann auch wegen wenigen Sekunden die 80% Regel eine Runde vor Schluss, welche dazu da ist, dass es keine Überraschungen gibt. In dem Moment war ich einfach nur froh, war es vorbei und konnte ich mich hinsetzen. Ich war noch nie so kaputt nach einem Rennen.



Am nächsten Tag ging es mit dem Team direkt weiter nach **Nove Mesto** in Tschechien. Auch diese Strecke gehört zu meinen Lieblingsstrecken und dementsprechend war die Vorfreude aufs Rennen gross. Der Start gelang mir recht gut und ich kam bis in die Top45 vor. In der Abfahrt bei einer Passage mit zwei getrennten Linien machte ich dann aber den Fehler die im Normalfall schnellere Linie zu nehmen, welche die Mehrheit nahm und wo unglücklicherweise eine Fahrerinnen einen Fehler machte und mit dem Velo querstand und uns zurückstaute. Währenddessen konnten uns auf der rechten Linie Fahrerinnen überholen. Zurück auf Rang 60-70 musste ich mich zuerst etwas von der schnellen Startrunde erholen, bis ich mich gegen Ende Rennen endlich wieder gut fühlte und vermochte etwas aufs Gas zu drücken und noch paar Ränge gutzumachen. Leider hat dies nicht gereicht auf dieser schnellen und kurzen Runde, weshalb ich eine Runde vor Schluss wieder in die 80% reinkam. Aber immerhin war das Gefühl gegen Ende Rennen viel besser als in Albstadt.

Nach einer Woche Erholung hat bin ich nun mitten in einem harten Trainingsblock, welcher mir hoffentlich hilft die Starts im Elite Weltcup etwas besser zu verkraften und die Lücke zu den Top40 weiter zu schliessen. So bin ich ready für den nächsten Weltcup in der Lenzerheide. Kommt schauen!