

Herzliche Gratulation

Einer aus unseren Reihen hat sich einer nicht ganz alltäglichen Prüfung unterzogen. Nach wochenlangem Training und intensiver mentaler Vorbereitung hat er sich am Schweizer Radmarathon 2009 über 720 km versucht.

Wie ich aus erster und sehr zuverlässiger Quelle erfahren habe, hat er:

1. Die ganze Strecke von 720 km gefahren
2. Eine hervorragende Zeit erzielt
3. Ohne Unfall am Ziel eingetroffen

Die Zeit wird als Bruttozeit genommen, also alle Pausen werden mitgerechnet. Mit der 41. Zeit von 61 Finisher vom ganzen Feld oder der 3. Zeit von 17 Finisher von den Nichtqualifikanten sogenannten "Randonneur" hat er sich hervorragend geschlagen. Seine Zeit war 30Std. 34Min. was einem Mittel von 23.55 km/Std. entspricht. Die Spitzenzeit war 23Std. 11Min. mit einem Mittel von 31.06 km/Std.

Um seine Leistung ins richtige Licht zu rücken, muss man wissen, dass dieser Marathon als Qualifikation für den „Raid across Amerika“ gewertet wird.

Alle die etwas über Durchhaltewille, mentale Verarbeitung von Krisen, Selbstmotivation etc. erfahren wollen, sei mein Bericht vom Bikemasters 2005 empfohlen (Von einem der auszugsweise sein Bikekönnen zu testen).

Ich kann deshalb sehr gut nachempfinden wie seine physische und psychische Verfassung während den ca. 30.5 Std. zwischen sehr hoch und sehr tief schwankte.

Die ganze Zeit rede ich von unserem Finisher: **Urs Friedli**

Ich möchte Dir auch im Namen aller VC'ler zum Sieg über Dich selbst ganz herzlich gratulieren.

An dieser Stelle möchte ich den beiden Betuern, Begleitern, Motivatoren etc danken, denn ohne diese wäre das ganze Unternehmen gar nicht möglich gewesen. Vielen Dank Judith und Kurt.

Um Deine heutige Leistung noch aus einer anderen Optik zu beleuchten folgendes: 2006 hast Du auch an diesem Radmarathon teilgenommen. Damals waren es "nur" 600km in einer Zeit von 25Std. 36Min., was einem Mittel von 23.44km/Std. entspricht. Also, diesmal eine grössere Distanz mit einem etwas grösseren Mittel, ist doch nicht so schlecht, oder...

Inzwischen ist der Alltag bei Dir wieder eingekehrt, der Körper hat die Strapazen sind verdaut und Du kannst Deine Rennmaschine wieder anschauen ohne Verwünschungen auszustossen.

Ich wünsche Dir viele Momente der Erinnerung an dieses doch nicht alltägliche Unternehmen.

Euer Webmaster