

## 15.07.06 Nach dem Giro und der Europameisterschaft, folgt nun das 24 Stundenrennen in Schötz!

Sich immer wieder neu auf ein Langstreckenrennen vorzubereiten ist nicht einfach. Nur wer seinen Organismus kennt und weiß was nach einem ultra langem Rennen zu tun und zu lassen ist, kann diesen Extremsport ausüben.

Mittlerweile darf ich mich zu denen zählen, die ihren Körper, deren Reaktionen und Wünschen, genau ordnen können

In den letzten Tagen war ich nur wenig auf dem Rennrad. Ich hatte es auch so vor, doch auf einmal habe ich ein unsicheres Gefühl, meine, ich hätte nicht Alles richtig gemacht.

Nach der Regenerationszeit in den letzten Tagen, wird ab heute wieder mit System auf das bevorstehende Rennen trainiert und bin mir sicher, dass ich zur gegebenen Zeit, wieder in guter Form bin.

Die Zeit wird jedoch knapp, denn in drei Wochen, am 05.08.06 um 12.00 Uhr fällt der Startschuss zum 24 Stundenrennen in Schötz.

Es ist eine 10 Kilometer lange Rundstrecke relativ flach, die so oft wie möglich abgespult werden muss. Eine Spitzenrangierung kann nur Derjenige erzielen, der so wenig wie möglich vom Rad steigen muss, das heißt: Die Flüssigkeitszufuhr muss auf ein nötiges Minimum reduziert werden.

Der Slogan: Manchmal ist weniger mehr, könnte hier in diesem speziellen Fall den Unterschied ausmachen.

Wie die Betreuung von statten geht, wissen wir noch nicht genau, aber irgendwie werdens wir schon richten.

Im Verlauf dieser Woche werde ich mich mit Franz Kunz dem OK Präsidenten in Verbindung setzen, um mit ihm eine genaue Regelung zu treffen.

Vor 10 Jahren war's, da war ich bereits schon mal an diesem 24 Stunden-Rennen und damals gewährte man mir, eine fliegende Verpflegung von einem mitfahrenden Motorrad aus.

Ich hoffe natürlich, dass ich auf Grund meiner Behinderung, dieses Privileg, auch diesmal in Anspruch nehmen darf.

Ich melde mich wieder, sobald ich vom OK genaue Bestimmungen erhalten habe.