

Jürgen Gruber | Michael Hausberger

>it's all about...

ULTRA CYCLING

ÜBER DIE FASZINATION VON LANGSTRECKENRENNEN



Love
BICYCLES
failure
limits
passion
ENDURANCE
ROADS
PEDALLING
feelings



D E L I U S K L A S I N G

>ES GEHT UM LIEBE. ES GEHT UM RENNRÄDER, ZIELE, NIEDER-
LAGEN UND RÜCKSCHLÄGE. ES GEHT UM ERFOLG, GRENZEN,
LEIDENSCHAFT UND UMAUSDAUER UM VISIONEN UND PEDAL-
TRITTE. UM GEFÜHLE, REISEN, SCHMERZ UND SCHLAFLOSIGKEIT.
ES GEHT UM ÄNGSTE, TRÄUME, PERSPEKTIVEN, STÄRKEN UND
ENTSCHEIDUNGEN. ES GEHT DARUM, WAS PASSIERT, WÄHREND
MAN ETWAS ANDERES PLANT...

Jürgen Gruber | Michael Hausberger

►it's all about...

**ULTRA
CYCLING**

ÜBER DIE FASZINATION VON LANGSTRECKENRENNEN

Delius Klasing Verlag

> EIN PROJEKT VON

Jürgen Gruber groox.com | Michael Hausberger DasBueroOhneNamen.com

> FOTOS

Lex Karelly lupispuma.com

Christina Ehamer | *sternmanufaktur.com

Harald Tauderer

Benjamin Franz

Martin Walser

Michael Hausberger

> TEXTE

Michael Tibudd

Jürgen Gruber | Michael Hausberger

> ILLUSTRATIONEN

Peter Bürger

> SATZ, GRAFIK & AQUARELLE

Das Buero ohne Namen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

1. Auflage 2013

ISBN 978-3-7688-5354-5

© by Moby Dick Verlag GmbH, Hamburg

Lektorat: Klaus Bartelt

Einbandfotos: Lupi Spuma, Lex Karelly

Einbandgestaltung und Layout: Das Buero ohne Namen, groox

Lithografie: scanlitho.teams, Bielefeld

Druck: Print Consult, München

Alle Rechte vorbehalten! Ohne ausdrückliche Erlaubnis des Verlages darf das Werk weder komplett noch teilweise reproduziert, übertragen oder kopiert werden, wie z. B. manuell oder mithilfe elektronischer und mechanischer Systeme inklusive Fotokopieren, Bandaufzeichnung und Datenspeicherung.

Vertrieb: Delius Klasing Verlag, Siekerwall 21, D - 33602 Bielefeld

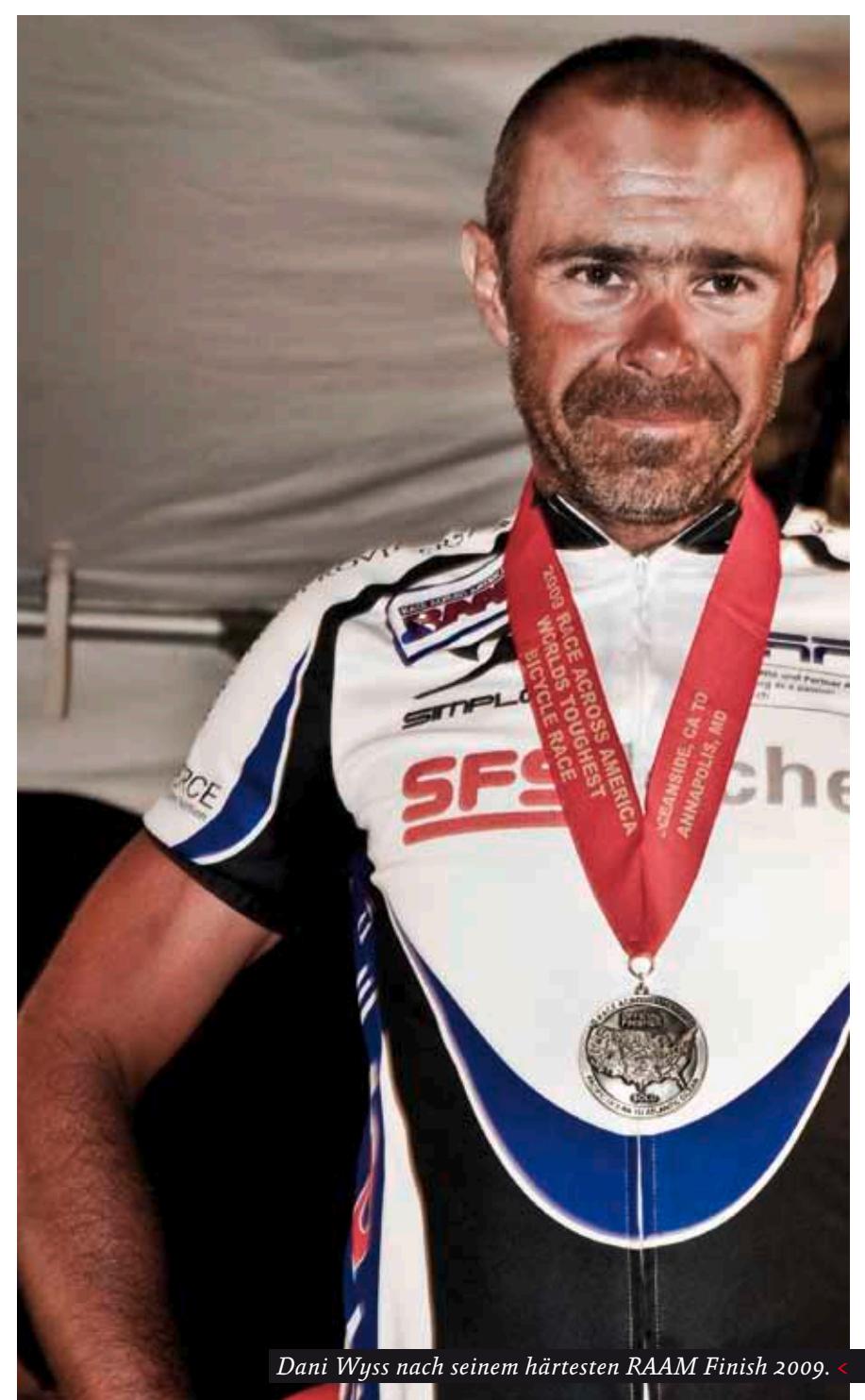
Tel.: 0521/559-0, Fax: 0521/559-115

E-Mail: info@delius-klasing.de

www.delius-klasing.de

> INHALT

In Memoriam Jure Robic	6
Vorwort der Autoren	8
Vorwort Douglas Hoffman	9
Einleitung	10
DOS/RAS – RACE AROUND SLOVENIA Christoph Strasser	12
Typen	32
Ziele	34
TORTOUR SCHWEIZ Bernhard Steinberger	36
Eigenarten	58
RAA – RACE AROUND AUSTRIA Edi Fuchs	60
Halluzinationen	88
RAAM – RACE ACROSS AMERICA Christoph Strasser	90
Teures RAAM, teurer Traum	120
RAAM – RACE ACROSS AMERICA (Team) Andreas Niedrig	122
Einsamkeit	140
RAI – RACE AROUND IRELAND Valerio Zamboni	142
Profit und Potenzial – Ein Nachwort	170
Danke ..., Bildnachweis, Linkssammlung	172
>it's all about...: AN ULTRACYCLING MOVIE Der Film	173
Making of	174



>VORWORT: J. GRUBER & M. HAUSBERGER

Wir wissen um die Kraft der Bilder und um die Geschichten, die wir mit diesen Bildern verknüpfen. Mit diesem Buch wollen wir einen gedruckten und haptischen Einblick in unser Herzblut-Projekt „>it's all about... AN ULTRACYCLING MOVIE“ geben. Die Begeisterung gegenüber Langstreckenrennen lässt sich kaum mit Worten beschreiben und/oder in Bilder fassen. Und doch haben wir es versucht: hier ein kleiner Ausschnitt aus einer Rennsaison der längsten und schwierigsten Radrennen dieser Welt. Ähnlich wie man es bei den Rennen erlebt, haben wir die Bilder nonstop aneinandergereiht und vermitteln auf den ersten Blick mehr Eindrücke, als man in Erinnerung behalten kann ... Gemäß Christoph Strassers Motto: „Der Weg ist weiter als das Ziel.“ Viel Spaß damit!

WIE ES ZU DIESEM BUCH KAM

Eine Reise nach Hamburg. Wir beide, Michael Hausberger und Jürgen Gruber, machen uns auf in die Hansestadt zur dortigen Kinopremiere unseres Films „it's all about... AN ULTRACYCLING MOVIE“. Ein radsportbegeisterter Fotograf erkundigt sich bei uns nach Presse-Freikarten für die Filmpremiere – in seinem Hamburger Rad-Blog wolle er eine Filmkritik schreiben. Natürlich sagen wir ihm die Freikarten zu.

Im Gegenzug besorgt er uns Karten für das Tour-Abschlusskonzert von Boris König/Fettes Brot. Backstage versteht sich. Hinter der Bühne führt eines zum anderen, und wir kommen mit Boris König, der Band Fettes Brot und dem äußerst sympathischen Fotografen Jens Herrndorf bei ein paar Bieren ins Gespräch. Ehe wir noch mit ihnen von Bar zu Bar ziehen. An das Ende des Abends kann sich keiner mehr erinnern.

Wohl aber an den schrecklichen Zustand, als wir am nächsten Morgen verkater sind durch das Hamburger Verlagsviertel streifen. Unser Ziel: ein Treffen mit einem Büchermacher des Bereichs „Zweirad/Sport“. Es geht um die Vermarktung unseres Filmes und die Frage, ob man aus dem Film denn auch etwas Gedrucktes machen könne – einen Bildband vielleicht? Offenbar hinterließen wir – mit- samt unserem Film und den sauberer Fotos unseres Freundes und Fotografen Alexander Karelly – einen gewissen Eindruck. Wir einigten uns auf die Ausarbeitung eines Bildbandes ...

DER MYTHOS ULTRACYCLING

Die gesamte Ultracycling-Szene ist von einem Mythos umgeben. Er lebt auf der ganzen Welt und wird größer und größer. Langstrecken-Wettbewerbe sind im Kommen: 6-, 12- oder 24-Stunden-Rennen ebenso wie Rennen über 1000, 2000 oder gar 5000 Kilometer. Alles nonstop. Aber auch: alles einfach, einfach so? Bei einer unserer RAAM-Teilnahmen erklärte uns der Organisator des Rennens einmal, dass es in Europa ja wohl ganz einfach sei, ein Ultrasportrennen zu organisieren. In den Staaten dagegen sei es kaum möglich, so ein Rennen auf hohem Niveau zu veranstalten, und es sei auch keinem Sportler möglich, davon zu leben. Bei uns in Europa, meinte er, sei das ja alles „einfach“ und anders ... Da mussten wir widersprechen. Wir haben viele Menschen kennengelernt, die als Teilnehmer oder Veranstalter alles dafür geben, dass es solche Rennen gibt. Sei es bei den 24 Stunden von Kelheim in Bayern mit inzwischen fast 1000 Startern oder beim Race Around Ireland mit einem Organisationsteam von nur vier Enthusiasten ohne Budget. Sei es der vermögende Sportler aus Monaco, der nicht im örtlichen Yachthafen sitzt und mit seinem Eigentum prahlt – stattdessen kann dieser Mann von sich behaupten: „Ich kann 5000 Kilometer Rad fahren und habe Spaß dabei.“ Oder sei es der Bauernsohn, der neben einem 40-Stunden-Job und 20 Stunden Arbeit am elterlichen Hof noch die Zeit finden muss für sein Training – ganz zu schweigen von dem vielen Geld, das es aufzutreiben gilt für eine Teilnahme an einem Ultracyclingrennen. Denn ohne Begleitteam und die damit verbundenen Kosten für Reisen und Verpflegung kommt bei diesen Rennen niemand aus. Diese Menschen tun das, weil sie es gern tun. Jeder Einzelne, den wir kennengelernt haben, ist ein sehr spezieller Mensch – in Verbindung mit einem speziellen Team. Und noch einmal zum Stichwort „einfach“: Die TORTOUR – so nennt sich das Race Around Switzerland – ist für uns ebenso ein Musterbeispiel für das, was man erreichen kann, wenn man wirklich will und Ziele hat. Perfekt organisiert. Und garantiert nicht einfach.

Jeder der Radfahrer in diesem Buch ist uns persönlich ans Herz gewachsen. Aus den ursprünglich geschäftlichen Beziehungen sind Freundschaften entstanden. Mit jedem Einzelnen können wir stundenlang Blödsinn reden oder etliche Biere trinken. Jedem Einzelnen von ihnen und ihren Partnerinnen und Helfern möchten wir mit diesen Zeilen ein aufrichtiges „DANKE“ aussprechen. Es hätte noch Dutzende andere Geschichten gegeben, die wir erzählen könnten. Aber ebenso wie das Leben als Ultracycling-Fahrer einen enormen Aufwand bedeutet, ist auch der Aufwand für uns als Begleiter und Teil der Szene mit enormem

Aufwand verbunden. Wir bekamen keinerlei Geld von Förderstellen und Sponsoren – die porträtierten Fahrer selbst unterstützten uns finanziell. Sie glauben wie wir an den Erfolg des Filmes und jetzt auch des Buches, und sie ermöglichten es uns, über eine Saison hinweg zu allen wichtigen Rennen der Szene zu reisen. Nebenbei müssen wir übrigens noch unser täglich Brot verdienen, beide selbstständig mit Videoproduktionen und Corporate-Design-Konzepten. Gewürdigt wurde unser Engagement schlussendlich auch durch viele Nominierungen und einige internationale Filmpreise; finanziell half uns das allerdings nicht weiter – aber gut für das Ego sind diese Auszeichnungen allemal ... Ebenso aufmunternd waren die unzähligen Mails, die unsere Arbeit und unseren Einsatz lobten. Danke!

Jürgen, der einst Rennradfahrer belächelte, ist inzwischen Finisher von 12- und 24-Stunden-Radrennen, im Viererteam hat er sogar das Race Around Ireland bestritten. Er bewundert die Ausdauer und die Motivation der Langstreckenradler und lässt sich von ihrer Energie und von ihrem Ehrgeiz inspirieren: für viele weitere Reisen – und sein Leben.

Michael hat ebenfalls seine persönlichen Lehren aus dem Projekt gezogen und bündelt bereits Ideen für ein neues, spannendes Projekt. Stillzuhalten ist nicht seine Stärke, und mit dem gleichen Ehrgeiz, wie ihn die Protagonisten des Filmes und dieses Buches zeigen, geht es auch für ihn unaufhaltsam – ohne Geld, ohne Sponsoren, aber auch ohne Angst zu scheitern – an ein neues Projekt.

>VORWORT: D. HOFFMAN PRÄSIDENT DER ULTRA MARATHON CYCLING ASSOCIATION

Der Sport „Ultracycling“ steckt noch in seinen Kinderschuhen. Das klingt seltsam für einen Sport, der schon so lange praktiziert wird, aber als John Marino, Michael Shermer und Lon Haldeman in den 1980ern die „Ultra Marathon Cycling Association“ gründeten, waren die technischen Möglichkeiten, derart lange Rennen auszurichten und zu beobachten, natürlich bei Weitem (noch) nicht ausreichend. Keine der bis dahin existierenden Organisationen schien Interesse daran zu haben, aber mit der Gründung der UMCA war es nun möglich, die Leistungen der Sportler zu ermitteln und zu bestätigen, aber auch, sie zu hinterfragen. Eine kurze Zeit lang berichtete *The Wide World of Sport* vom

„Race Across America“. Leider war es für die Reporter kaum möglich, Spannung aufrechtzuerhalten – wo doch sogar direkte Konkurrenten oft durch Stunden, wenn nicht Tage getrennt waren.

Vieles hat sich verändert seit dieser Zeit – Regisseure, Reporter und auch die Autoren dieses Buches nutzen die neuen Technologien, um einer immer breiter werdenden Öffentlichkeit die Intensität dieses Sports näherzubringen. Ein Sport, der von seinen Akteuren verlangt, weit über ihre Grenzen hinauszugehen und immer weiterzumachen. >it's all about... AN ULTRACYCLING MOVIE bietet einen beinahe unglaublichen Einblick in den Sport, auf seine Akteure und wie ihr Leben immer auf den nächsten Wettkampf ausgerichtet ist.

Der Sport wird sich in drei unterschiedliche Richtungen entwickeln :

- Auf der einen Seite entdecken immer mehr junge Menschen den Ultraradsport für sich – deshalb haben wir eine Sektion für unter 18-Jährige aus der Taufe gehoben.
- Auf der anderen Seite sind geübte und an Anstrengung gewöhnte Radsportler auf der Suche nach neuen Herausforderungen. Während Dinge wie die Schnellkraft mit dem Alter wohl abnehmen, dürfte es sich mit der Ausdauer umgekehrt verhalten. Ultracycling bietet trainierten Sportlern aus unterschiedlichen Disziplinen wie Läufern und Triathleten, aber auch vielen anderen die Möglichkeit, ihre Wettkampfkarriere zu verlängern.
- Und drittens rückt der Ultraradsport, auch dank diverser Medien und den Autoren dieses Buches, immer mehr ins Blickfeld des öffentlichen Interesses. Talentierte Filmemacher zeigen die Leidenschaft, die Hingabe, die Entbehrungen, den Kummer und die Mühsal, die mit dem menschlichen Bedürfnis nach Weiter und Mehr einhergehen. Dadurch werden Sponsoren, neue Medien und nicht zuletzt neue Sportler angesprochen. Auch dafür sind wir den Autoren zu Dank verpflichtet – ihre Arbeit führt den Ultraradsport in ein neues Zeitalter.

Natürlich ist Ultraradsport nicht die einzige Möglichkeit, Grenzen auszuloten. Er steht exemplarisch für jeden einzelnen Versuch, sein Limit zu finden und es dann zu überschreiten.

Ultraradsport ist nicht mehr und nicht weniger als eine brillante Analogie des Lebens. Er ist lang und herausfordernd und beinhaltet sowohl Glück als auch Niederlage. Es geht um unser Verhalten im Moment des Triumphs und darum, wer wir sind, wenn nichts übrig scheint, das uns definieren könnte.

> EINLEITUNG

Es gibt sie, die etwas abgedrehten Leidenschaften, denen Menschen in ihrem Leben nachgehen. Die einen finden Glück und Erfüllung im Studieren von Fahrplänen. Wann fährt welcher Zug wohin, und wo genau begegnet er dem nächsten, wann muss welche Weiche gestellt werden? Faszinierende Fragen, zumindest für manche. Andere campieren tagelang an den Steilküsten dieser Welt, rüsten sich mit Ferngläsern und sündhaft teuren Fotoapparaten aus und beobachten das Brutverhalten von Vögeln, die in den Klippen nisten. Wieder andere fahren gern Rad, und das vielleicht ein bisschen lieber als die meisten Menschen. Von Leuten, die aus Leidenschaft mehrere Tage ohne Unterbrechung im Sattel verbringen, handelt dieser Band.

Eine spezielle Leidenschaft ist es auch, die dieses Buch ebenso wie das ganze Projekt namens „it's all about...“ überhaupt möglich gemacht hat. Denn Michael Hausberger und Jürgen Gruber, zwei einstige Studienkollegen, die ihr Geld als Videoproduzenten und Grafiker verdienen, haben sich eines Tages in den Kopf gesetzt, genau so etwas zu machen: einen Film über diese Leute, die einfach nicht vom Rad steigen wollen. „it's all about... AN ULTRACYCLING MOVIE“ nennen sie das 52 Minuten lange Ergebnis, in dem sie sechs Rennradler porträtieren, die im Leben ganz unterschiedliche Dinge tun – die aber eben doch die spezielle Leidenschaft fürs lange Radeln verbindet.

Für das Projekt, das Hausberger wie Gruber neben ihren eigentlichen Brotjobs betreiben, mussten die beiden einiges in Kauf nehmen. Enormer Reisestress ist dabei nur das eine, denn natürlich begleitet man Radfahrer nicht mal eben so mit links zu Rennen in aller Welt. 30 000 Kilometer verbrachten die beiden allein im Flugzeug; weil die Rennradler ja gerade auszeichnet, dass sie lange unterwegs sind, war auch die eigentliche Arbeit mit der Kamera nicht gerade ein Kurztrip. Über 12 000 Kilometer hinweg begleitete die Filmcrew ihre sechs Protagonisten. Gemütlich unterwegs zu sein ist dabei etwas anderes. Hausberger und Gruber schliefen im Auto, und das auch selten lang, schließlich machen die Radler, denen sie folgen wollten, auch kaum Pausen.

Neben der Begleitung bei den Rennen besuchten sie jeden einzelnen Fahrer auch noch zu Hause; zu einem ordentlichen Porträt gehört schließlich stets ein Eindruck vom persönlichen Umfeld des Porträtierten. Auch dabei war nicht alles einfach: In Monte Carlo, wo der Flugzeughändler Valerio Zamboni residiert, wären die beiden beinahe festgenommen worden. Sie hatten in Zambonis Nachbarschaft ein paar Filmaufnahmen gemacht – in einer Gegend, in der Filmstars und sonstige internationale Prominenz lebt und sich ein wenig Privatsphäre wünscht, ist das ein Verbrechen.



Dani Wyss in klassischer Langstreckenhaltung auf dem Rennrad. <

Ein Glück, dass der Flugzeughändler Zamboni die örtlichen Gegebenheiten kennt und die richtigen Worte fand, um die Polizei zu besänftigen. In den Knast musste am Ende jedenfalls niemand.

Das alles freilich kostet eine Stange Geld. Allein Flüge, Mietwagen und die eine oder andere Übernachtung erfordern unvermeidliche Ausgaben. 95 000 Euro kamen über das ganze Filmprojekt hinweg an Kosten zusammen. Einen Mäzen gab es nicht, Sponsoren hielten sich zurück, auch von der österreichischen Filmförderung war nichts zu bekommen.

Also mussten sich Jürgen Gruber und Michael Hausberger Alternativen zur Finanzierung ausdenken. Sie gingen auf die Veranstalter der Rennen wie auf die Fahrer selbst zu und baten sie, sich an den Kosten zu beteiligen. Das ist nicht unbedingt üblich so, bei anderen Sportfilmen bezahlt das Filmteam schon mal dafür, dass sich ein Athlet vor die Kamera stellt. Aber es gelang ihnen, die Beteiligten zu überzeugen, dass so ein Film eine gewaltige Chance für alle sein kann: für die Fahrer, die im Kampf um Sponsoren jede mediale Aufmerksamkeit gebrauchen können. Im Gegensatz zu angestellten Radprofis in herkömmlichen Rennställen haben sie ja keine Manager, die sich um das Geschäftliche kümmern. Aber auch für die Rennveranstalter selbst, die nicht in allen Fällen

die allerbeste Medienarbeit machen. Jedenfalls halten sich klassische Medien, gar Fernsehsender, sehr mit Berichterstattung über die Rennen und die Szene zurück. Wenn nun ein Film über die Szene ein breiteres Publikum erreicht, ist das gut für alle. Der Szene geht es gewiss besser, wenn ein paar Leute auch mitbekommen, dass es sie gibt.

Geschäftliche Dinge, ohne die so ein Projekt nicht möglich wäre, hin und her – ohne „Herzblut“ wäre zweifellos auch nichts passiert. Gruber und Hausberger verwenden diesen Begriff gern; zum einen, wenn sie von den Fahrern erzählen, die sie im Lauf der Dreharbeiten persönlich kennengelernt haben. Von ihrer Liebe zum Radfahren, ihrer Konzentriertheit, ihrer Entschlossenheit beim Verfolgen ihrer Ziele und Leidenschaft. Zum anderen auch, wenn sie über die eigene Arbeit, die viele Zeit sprechen, die sie in das Projekt investiert haben, die langen Abende, die Wochenenden, die Wochen unterwegs. Viele andere haben mit ihrer Unterstützung ebenfalls Herzblut gezeigt, gerade auch die Fotografen, von deren Aufnahmen dieser Bildband lebt.

Ein Stück Leidenschaft, das wollen die Macher transportieren, steckt in jedem Bestandteil ihres Herzens-Projekts „it's all about...“.



HARMONIKAS, TROGSCHLUCHTEN VON TOLMIN UND LIPPIZANER KRAINER WURST, ZWEI MILLIONEN FREUNDLICHE GESICHTER UND DIE GROTTE VON POSTOJNA. SLAVKO AVSENIK, JURE ROBIC UND HEIMATLAND DES DOS-RAS – DEM NONSTOP-RADRENNEN RUND UM DIE KLEINE ADRIAREPUBLIK, BEI DEM 1085 KILOMETER UND 15 000 HÖHENMETER ZU ÜBERWINDEN SIND.

2011



DOS-RAS EXTREME

RACE AROUND SLOVENIA

CHRISTOPH STRASSER

1085 KM | 15 000 HM | GESAMTZEIT: 41 ST, 36 MIN | OHNE SCHLAF

GESAMT 15 000 HM

1611 m
0 m

1085 KM



KRAUBATH | ÖSTERREICH

Der Weg ist weiter als das Ziel.
CHRISTOPH STRASSER | RACE AROUND SLOVENIA

2009 scheidet er gesundheitsbedingt beim Race Across America aus. Ohne seine Zuversicht, seine Sponsoren und vor allem die Liebe zum Radfahren zu verlieren, bereitet sich Christoph Strasser konsequent und ehrgeizig auf ein erneutes Antreten im Jahre 2011 vor. Nach dem Warm-up beim Race Around Slovenia schreitet er mit genügend Selbstvertrauen und Zuversicht in (s)ein triumphales Rennen in den USA: Er kann es, er will es, er ist es sich wert ...

CHRISTOPH **STRASSER**

BICYCLES

failure

limits

success

ENDURANCE

ROADS

PEDALING

feelings

distance

PAIN

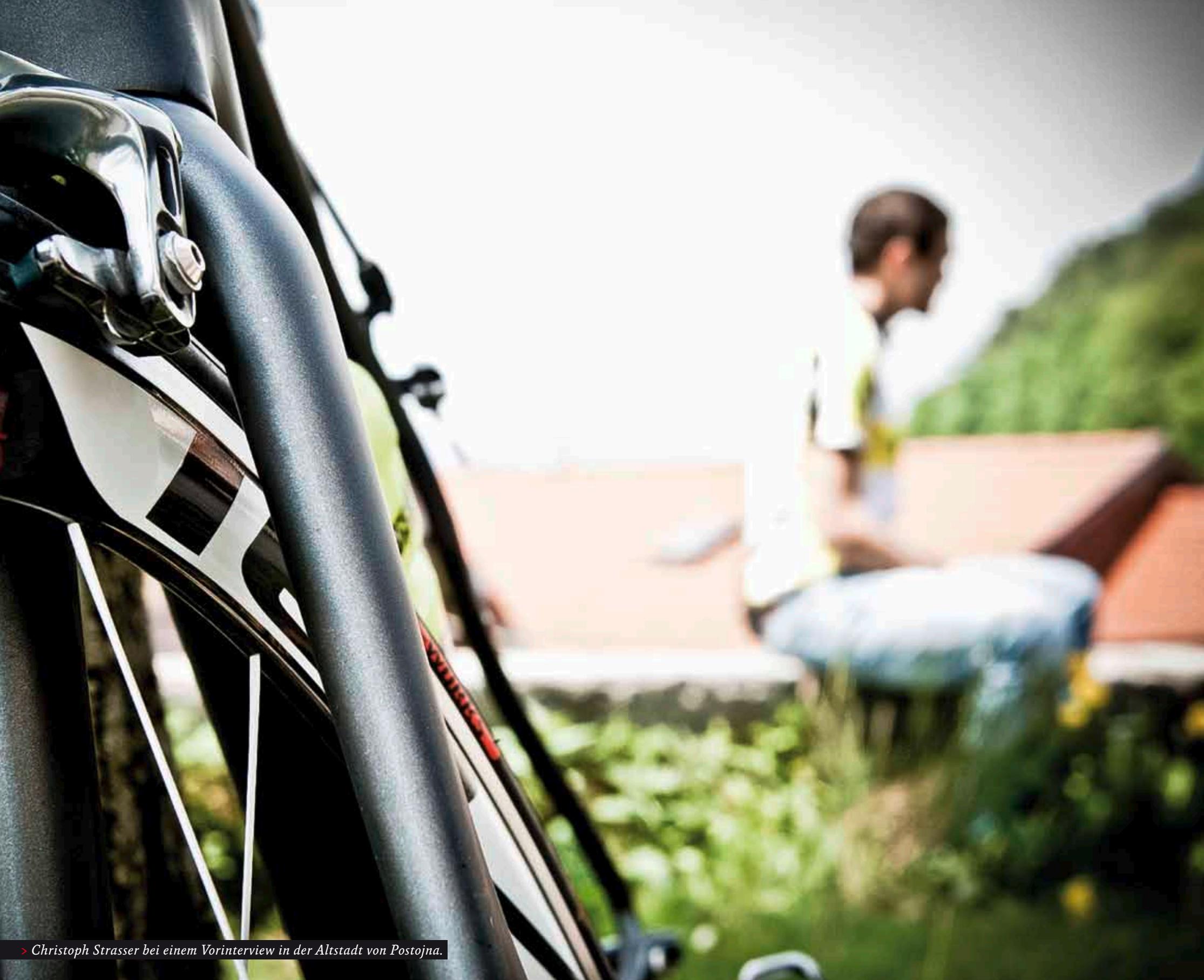
ultracycling

FEAR

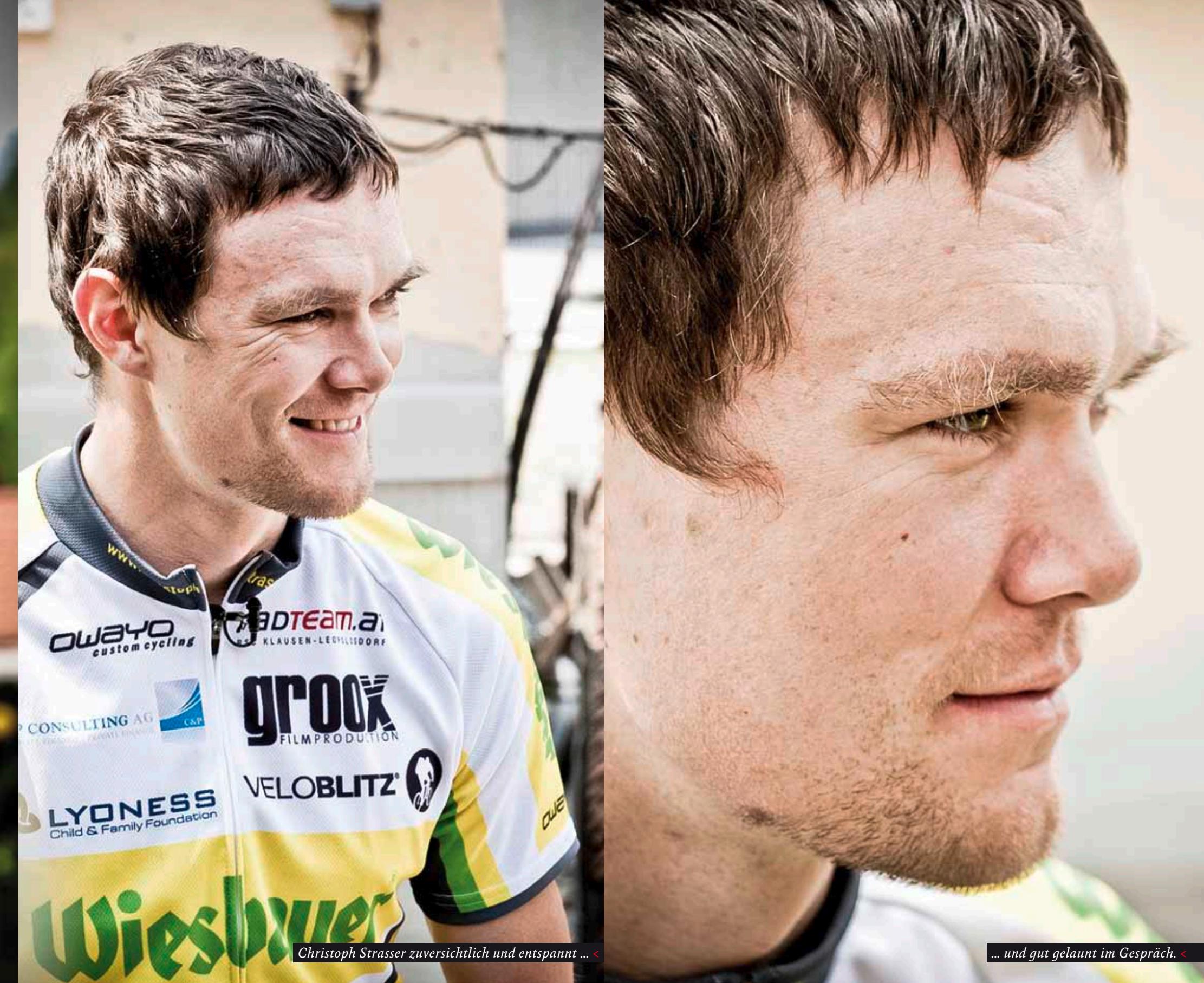
ATTITUDE

decisions

VISIONS



› Christoph Strasser bei einem Vorinterview in der Altstadt von Postojna.



Christoph Strasser zuversichtlich und entspannt ... <

... und gut gelaunt im Gespräch. <



> Rennchef Andrej Berginc begrüßt die Fahrer persönlich bei der bemannten Timestation 1.



> Bekleidungswechsel nach dem Aufstieg auf den Vršic-Pass.



Frisch getrocknet für die Abfahrt. <



> Renntag 2.

> Die Crew feuert an.



Schnelle und sichere Betreuung aus dem Beifahrerfenster. <



› Rückkehr ins Fan-belebte Postojna.



› Rampe zur Bühne der Helden.



Ein zufriedener Christoph Strasser. <



> Die Familie wartet im Ziel.



> Das stolze Team ...



... und der „Man of the Day“ in Slovenien – Christoph Strasser. <

>TYPEN

Wer im Angesicht der Naturkatastrophe zu Scherzen neigt, muss ein spezieller Charakter sein, zumal wenn diese Scherze dann auch noch von der anzüglichen Sorte sind. Nicht, dass das eigentliche Erlebnis nicht schon speziell genug wäre. So speziell jedenfalls, dass fast alle Radfahrer, die im September 2011 auf den Sattel gesprungen sind, um das Race Around Ireland zu bestreiten, irgendwann keinen Nerv mehr hatten. Die Ausläufer des Hurrikans Ophelia, der zu dieser Zeit in Nordamerika wütete, beutelten auch die Teilnehmer auf ihrem Weg rund um die westeuropäische Insel. Gerade einmal zwei Fahrer hielten durch, schafften es über acht Tage und Nächte hinweg, nicht vom Rad, aus dem Sattel, von der Erde geweht oder weggespült zu werden. Eine raue Angelegenheit. Videoaufnahmen belegen, wie sehr die Elemente in Form von Regen und Wind den Fahrern zusetzten. Weiterkommen phasenweise unmöglich.

Und was ist der erste Gedanke, der Valerio Zamboni, einem der zwei hartgesotterten Naturkatastrophen-Radler und eine der schillerndsten Personen in der Szene, in den Sinn kommt, als er zwischendurch auf all die Unbill angesprochen wird? „Ich würde jetzt gern eine Frau treffen“, sagt er. „Sie sollte Ophelia heißen.“

In jeder Hinsicht erschöpfend kann die Strapaze, an deren Ende Valerio Zamboni zum Sieger eines Radrennens der Ultra-Ausdauer-Kategorie wurde, also doch nicht gewesen sein. Nach Blödelei war ihm in dieser Situation genauso wie in vielen anderen, entspannten Momenten. Ein spezieller Charakter ist der gebürtige Italiener nicht nur damit aber allemal. Er dürfte die schillerndste Figur all jener Rennradfahrer sein, die aus der Sicht des Laien auf den ersten Blick eigentlich alle verrückt sein müssen. Wer, bitte schön, setzt sich schon tagelang aufs Rad, verzichtet auf Schlaf, jedes ernst zu nehmende Maß an Erholung und fährt: 1000 Kilometer, 2000, 3000 oder fast 5000 wie beim Race Across America, dem längsten aller Ultra-Rennen, von der West- zur Ostküste der USA? Sind Leute, die das machen, verrückt? „Das hat nichts mit Verrücktsein zu tun“, sagt Christoph Strasser, der das RAAM 2011 erstmals in einer Zeit von acht Tagen und acht Stunden gewonnen hat. „Das ist ja alles gut geplant und vorbereitet. Verrückt wäre es, das unvorbereitet zu tun.“ Strasser sagt denn auch unentwegt vernünftige Dinge, er spricht von Trainingssteuerung, Motivation und dem Verfolgen von Zielen. Jenseits der täglichen stundenlangen Ausfahrten auf dem Rad führt er ein recht gewöhnliches Alltagsleben in Graz und bessert sich die



Jure Robic und Dani Wyss kurz vor dem Start des RAAM. <



Dani Wyss körperlich und mental am Limit. <

Einnahmen von Sponsoren, die er sich mit seinen Resultaten erkämpft hat, mit seiner Arbeit als Radkurier auf. Sind solche Typen, muss sich der Laie fragen, also tatsächlich nicht verrückt?

So oder so verbietet sich ohnehin so gut wie jede Verallgemeinerung, wenn man über die Szene der Ultralangstrecken-Rennradler spricht. Es geht eben um Leute, die darauf stehen, mehrere Tage lang ohne feste Etappenziele Rad zu fahren – was sie sonst im Leben machen, hat mit dieser speziellen Neigung wenig zu tun. Wenn man will, lassen sich die Ultraradler allenfalls in zwei Kategorien sortieren: jene, die ein Ultrarennen als persönliche Herausforderung sehen und die Strapazen in erster Linie für sich selbst auf sich nehmen, sei es, um irgendwie mit sich ins Reine zu kommen oder um einem schwer definierbaren inneren Drang zu folgen. Und jene, die anderen etwas beweisen wollen. Dieser Bildband konzentriert sich auf die erste Kategorie. Wer hier abgebildet ist, der ist sich selbst genug, sobald er auf dem Rad sitzt.

Was nicht heißt, dass diese selbstgenügsamen Radfahrer nicht auch mal eine witzige und schlagfertige Klappe haben können. Andreas Niedrig ist so einer. „Bei lächerlichen 40 °C im Schatten in der Wüste zu fahren? Natürlich geht

das, kein Problem für mich!“ Der Westfale vermittelte in der Vorbereitung zum Race Across America 2011 den Eindruck, als bereite ihm die Aussicht auf das anspruchsvolle Rennen keine besonderen Sorgen. Extreme Hitze, Trockenheit, Sonneneinstrahlung – Dinge, die Normalsterblichen ohnehin Angst einflößen, sieht Andreas Niedrig eher gelassen und lässt enorme Vorfreude auf die Teilnahme am längsten Rennen der Welt durchsickern.

Welch Ironie, dass ausgerechnet er 2011 wenige Tage vor Beginn des Rennens absagen musste. Beim Gassigehen mit seinem Hund Ayamu rannte der kräftige Rhodesian Ridgeback etwas ungestüm auf ihn zu – er traf Niedrigs Knie so unglücklich, dass bei dem Sportler die Patellasehne riss und noch dazu die Kniescheibe anbrach. An die lang ersehnte Teilnahme am RAAM in den Wüsten Nordamerikas war erst einmal nicht mehr zu denken. Pech? Schicksal? Ein-fach eine saudumme Aktion eines geliebten Haustieres? Andreas Niedrig kann solche Gedanken ausblenden und sagt ganz nüchtern: „Ich habe mein Ziel nicht erreicht.“

> ZIELE

Was nun ist das Ziel dieser Leute? Sie wollen allesamt etwas für sich tun, das machen viele Aussagen deutlich. Aber was ist das? Was wollen sie erreichen? Sich quälen? Sich um den gesunden Schlaf bringen? Sich in Halluzinationen flüchten, die, das berichten die meisten Ultra-Rennradler, der Schlafentzug mit sich bringt? Fragen wir gleich Andreas Niedrig, denn der ist Spezialist bei der Flucht in Rauschzustände: Vor seiner Karriere als Sportler war sein Leben vom Drogenkonsum geprägt und bestimmt. Koks, Heroin, Kriminalität, all das hat Niedrig mitgemacht in einem Leben, in dem eine angebrochene Kniescheibe noch ein vergleichsweise harmloses Problem gewesen wäre. Was er damals, mit Anfang 20, wohl eher nicht so gesehen hätte, denn er kannte ja ein Rezept, um glücklich zu werden. Ein Schuss Heroin in die Venen half immer. Nun, jenseits der 40, beschreibt er das Glück, das die Droge bringt. „Dieses Gefühl von Glück beim Konsum von Drogen ist immer nur ein Moment, ganz kurz. Du kannst es nie wieder zurückrufen. Es ist da – und es ist weg, und du musst es wieder durch die Droge herbeiführen.“ Wie gut für ihn, dass er irgendwann den Sport gefunden hat. „Das Glücksgefühl ist dabei ganz ähnlich“, sagt er. „Aber es ist viel intensiver, weil du es jederzeit immer und immer wieder zurückrufen kannst.“ Aus dem Junkie Andreas Niedrig wurde der Triathlon-Profi Andreas Niedrig. Er gewann einige Ironman-Wettbewerbe und kam auch beim wichtigsten aller Triathlons unter die Top Ten. „Ich kann mich heute emotional genau an die Situation erinnern, als ich Siebter auf Hawaii wurde. Das bleibt, das ist immer da, das kann mir niemand mehr wegnehmen. Ich habe

es mir selbst erarbeitet.“ Die Chance auf echte Glücksgefühle als Grund für all die Quälerei? Ganz offensichtlich, und natürlich auch der Umstand, dass man schließlich irgendetwas mit seinem Leben anstellen muss. Aus seiner speziellen Geschichte jedenfalls hat Andreas Niedrig auch ein Geschäft bzw. seinen Beruf gemacht: Er verkauft Motivationsbücher und -DVDs und gibt in Vorträgen seine Version von „Du kannst es schaffen“ an alle jene weiter, die für ihr eigenes Leben einen Motivationsschub brauchen.

In der öffentlichen Wahrnehmung ist daraus auch die Motivations-Marke „Niedrig“ entstanden, die manchmal auch den Blick auf den Westfalen verzerrt und ihn nicht allzu selten mit den wiederkehrenden Klischees seiner Vergangenheit konfrontiert.

Einen deutlich unkomplizierteren Zugang zur Motivation und zum Verfolgen von Zielen bringt da schon Bernhard Steinberger mit. Der Kerl stammt aus der ostbayerischen Provinz, er könnte eigentlich ausgelastet sein mit einem 40-Stunden-Job im Lager und der Pflicht, auf dem elterlichen Bauernhof immer mal wieder „schnell“ auszuhelfen. „Wenn ich das ‚schnell‘ höre, dann weiß ich, das sind dann schnell wieder zwei Stunden.“ Und die muss er dann eben wieder mit der Mistgabel in der Hand oder auf einem Traktor verbringen, statt sich auf sein Rad zu setzen und seiner Leidenschaft nachzugehen. „Es ist wichtig, dass man im Leben ein Ziel hat“, sagt Steinberger. Warum sein Ziel gerade etwas mit langem, sehr langem Radfahren zu tun hat, das kann der Bauernburschen nicht



so recht erklären. Er trainiert halt in seiner kleinen, ländlichen Welt, weil er das so will, und sucht sich Herausforderungen in der größeren. Im Jahre 2011 hat ihn das zur Tortour in der Schweiz gebracht. Aber auch Bernhard Steinberger träumt von der ganz großen Nummer, dem RAAM. Bedauerlicherweise ist eine Teilnahme dort wirklich teuer – Startgeld und ein brauchbares Betreuerteam kosten schon mal 50 000 Euro. Da muss Steinberger wohl noch ein bisschen geschäftstüchtiger werden. Noch jedenfalls freut er sich, wenn ihm mal wieder der Wirt eines Nachbardorfes als Sponsor 100 Euro zusteckt. „Das ist auch schon wieder das halbe Spritgeld für den Weg in die Schweiz.“

„Wenn andere das können, warum soll ich es nicht auch können?“ Das wiederum ist die auf ihre Art ganz simple Herangehensweise des Flugzeughändlers Valerio Zamboni. „Alles kann passieren, jederzeit“ – warum sich also nicht von jetzt auf gleich beim längsten Radrennen der Welt anmelden, auch wenn man schon auf die 60 zugeht und noch nie Ausdauersport gemacht hat? Seine erste RAAM-Teilnahme war denn auch noch etwas zu viel des Guten, Zamboni war zu langsam und fiel aus dem Klassement. Im Jahr darauf machte er es besser, und spätestens mit der verbissenen Teilnahme am stürmischen Race Around Ireland hat er sowieso bewiesen, dass er es einerseits kann – und es ihm andererseits an Motivation nicht fehlt. Gerade rechtzeitig hat er damit auch die Falle vermieden, die der Schweizer Dani Wyss, zweifacher Sieger des RAAM, auf den Punkt bringt: „Es gibt genügend Leute, die stor durchs Leben gehen; dann sind

sie irgendwann 40, 50 oder gar 60 und hinterfragen sich plötzlich; dann merken sie: Sie haben gar nie richtig gelebt.“ Richtig leben, das bedeutet in dieser Definition also auch Schmerz, Grenzerfahrung und Depression. In diesen Zustand jedenfalls verfiel Wyss, als er 2007 beim RAAM vom Rad steigen musste. Er war schon krank an den Start gegangen, nur die Einnahme von Antibiotika brachte ihn überhaupt voran. Allerdings machte der geplagte Körper nicht lange genug mit, „geistig und körperlich totale Erschöpfung“, diagnostiziert Wyss in der Rückschau selbst. Ein erstrebenswerter Zustand? Zumaldest etwas, das man in Kauf nehmen muss, wenn man etwas Besonderes in seinem Leben erreichen will. Christoph Strasser betont diesen Anspruch. Das RAAM zu fahren und es zu gewinnen, war für ihn etwas derart Besonderes. Ein Leben zu führen, in dem er sich darauf konzentrieren kann, ist es seit jeher auch. Und was, bitte schön, ist zu Beginn des dritten Jahrtausends nach Christus noch wirklich etwas Besonderes? „Heute steigen jeden Monat mehr Menschen auf den Mount Everest, als in mehr als 30 Jahren insgesamt das RAAM komplett gefahren sind“, sagt der Cheforganisator des Rennens Fred Boething. Der höchste Berg der Welt überlaufen, die letzten Winkel der Erde entdeckt – „aber wer das RAAM zu Ende fährt, ist Teil einer sehr kleinen Gruppe.“ Klein und auf ihre Art elitär. Aus Sicht vieler verrückt, in jedem Fall speziell, besonders.

> DANKE ...

Danke an **Lex Karelly**, lupispuma.com. Danke an **Berni** und ***Cris**. Danke an **Rene Ritzmaier**, der uns betrunken in einer Bar Christoph Strasser vorstellte. Danke an **Christoph Strasser**, der weltoffen, positiv und zielgerichtet als echtes Vorbild für uns gilt. Danke an **Peter Bürger**, der in wochenlanger, akribischer Arbeit die Strecken der längsten Rennradrennen der Welt mit dem Stift auf Papier brachte. Danke an **Klaus Bartelt**. Danke an „**unsere“ sechs Rennradfahrer**, die sich unüblicherweise an den Produktionskosten beteiligten und das Filmprojekt so erst ermöglichten. Danke an **Michael Shermer**, **Lon Haldeman**, **John Howard** und **John Marino** für die Erfindung des RAAM. Danke an das Team rund um das **Race Around Ireland** für die mit Abstand größte Unterstützung bei kleinstem Budget. Danke an die **TORTOUR**, die zeigt, dass man ein Ultracycling-Event im Profi(t)bereich betreiben kann und man an eine Idee glauben muss. Danke an das **Race Around Slovenia**, dessen Organisatoren dem Einzelfahrer mehr Respekt zollen als jedes andere Event. Danke an das Team vom **Race Around Austria** für euren Einsatz. Danke an **Gabi Hausberger** und **Daniel Blunder** für die vorgelebte Motivation. Danke an **Edi Fuchs** und **Bernhard Steinberger** für die unkomplizierte Kooperation. Danke an alle Fotografen, die uns Bilder für diesen Bildband zur Verfügung stellten. Danke an **Andreas und Sabine Niedrig** für eure Motivation, Lebensgeschichte und Energie – ebenso an **Heiner Renneberg** und **Martin Szafranszki**. Danke an **Valerio Zamboni** für jeden wirklich herhaft lustigen Moment mit dir. Danke an **Alessandra Soncini** für die gute Organisation. Danke an **Dani Wyss** für deine Lebenseinstellung. Danke an **Jure Robic**, dass wir dich mehrmals interviewen durften und wir dich als freundlichen, reflektierten und wirklich sympathischen Menschen kennenlernen konnten.

Wir nehmen die Energie und den Enthusiasmus dieser sechs Rennradfahrer mit auf unsere berufliche Laufbahn und bleiben dem Ultracycling sicher noch ein wenig treu.

>it's all about...

> BILDNACHWEIS

Lex Karelly | lupispuma.com
89, 94-119, 141, 146-169

Christina Ehammer | *sternmanufaktur.com
16-31, 72-80

Edi Fuchs / Team & Crew
64-70, 81-87

Benjamin Franz & Team Steinberger
40-57

Martin Walser
5, 11, 33, 35, 59, 121

Michael Hausberger
2, 71, 124-139

Vic Armijo
6, 33

Thorsten Frahm
124

IAA-Crew
174, 175

> LINKSAMMLUNG

Rennen

www.tortour.ch
www.raceacrossamerica.org
www.dos-ras.si/eng
www.racearoundaustria.at
www.racearoundireland.com

Fahrer

www.christophstrasser.at
www.daniwyss.ch
www.traumwaerts.de
www.eduardfuchs.at
www.bernhard-steinberger.de

Interessante Links

www.ultracycling.com
www.iaa-themovie.com



WINNER
Atlant Filmfestival
Lipetsk, Russia, 2012



WINNER
SPEEDWELL
FICTS Sportfilmfestival
Milano, Italy, 2012



WINNER
AUDIENCE AWARD
FICTS Sportfilmfestival
Milano, Italy, 2012



**MENTION
D'HONNEUR**
International Sportfilmfestival
Beijing, China, 2012



**OFFICIAL
SELECTION**
GRAND PRIX GRAZ &
GOLDENE KAMERA
Berg- & Abenteuerfilmfestival
Graz, Austria, 2012



**OFFICIAL
SELECTION**
Bovec Outdoor Filmfestival
Bovec, Slovenia, 2012



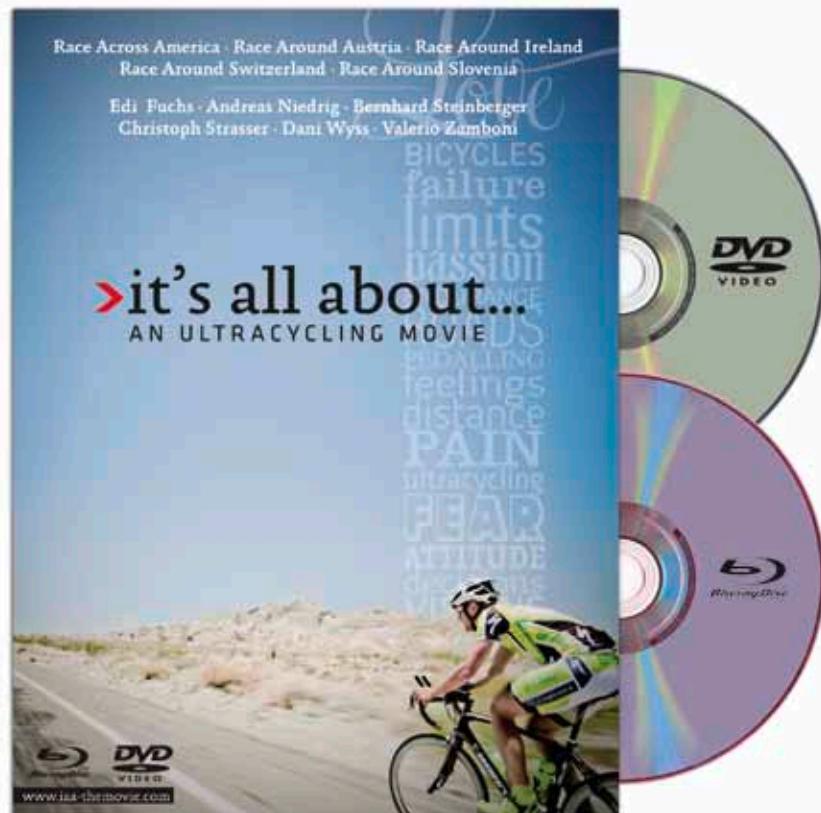
**OFFICIAL
SELECTION**
BCN SPORTS FILM
4th Barcelona International
Festival, Spain, 2013



**OFFICIAL
SELECTION**
DAG FILM FESTIVAL
Izmir, Turkey, 2013



**OFFICIAL
SELECTION**
34. Sportfilmfestival Palermo
Italy, 2013



> DER FILM

> DVD-BLU-RAY-KOMBIBOX | 66 Min.
inkl. Booklet

>*it's all about...*: Ein Streifzug durch das Leben von sechs Menschen, die unterschiedlicher nicht sein könnten und durch eine ungewöhnliche Leidenschaft miteinander verbunden sind: den Radsport. Den Ultraradsport – um genau zu sein. Tausende Kilometer nonstop auf einem Rad zu treten, dabei Höhen als auch Tiefen zu durchleben und gegen sich selbst zu kämpfen, sind das Ziel – Schlaflosigkeit, Halluzinationen, physische und psychische Gebrechen der Preis, den die Sportler gern bezahlen ...

>**SPRACHEN:** Deutsch & Englisch

>**UNTERTITEL:** GER | ENG | ITA | SPA | RUS

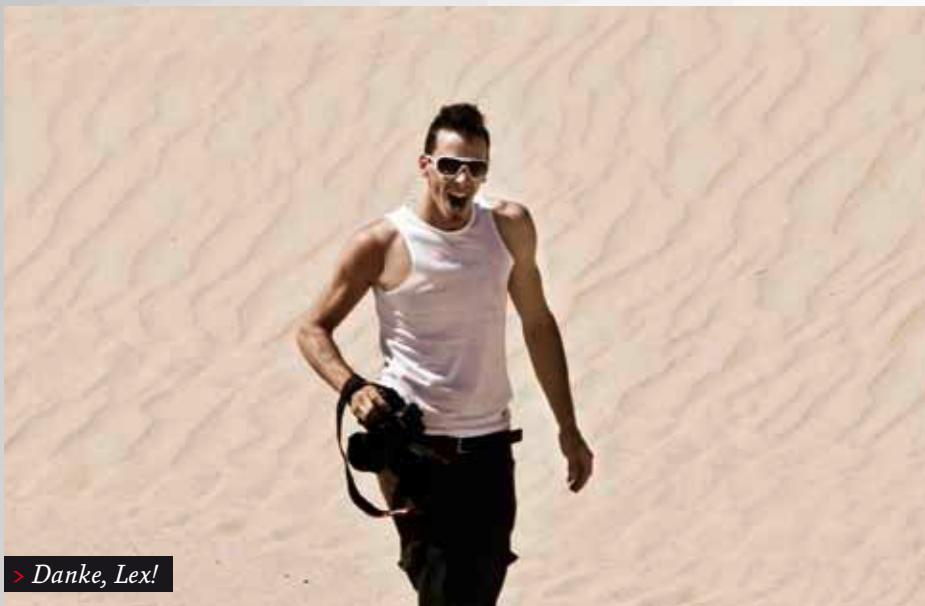
>**FILM:** „*it's all about...*“ | 66 min.

>**BONUS:**

(ca. 60 min.)

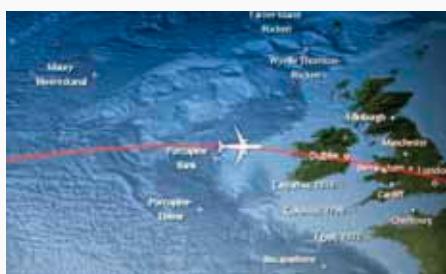
- Eventvideo: Race Around Ireland (17 Min.)
- Eventvideo: Texas Hill Country (13 Min.)
- Tortour Highlightfilm (7,5 Min.)
- Trailer „*it's all about...*“ (2,5 Min.)
- Interviews (20 Min.)

>**Shop:** www.iaa-themovie.com



> Danke, Lex!





... irgendwo in Amerika: Jürgen Gruber und Michael Hausberger. <

Die neue Trainings- und Fitnesswelle

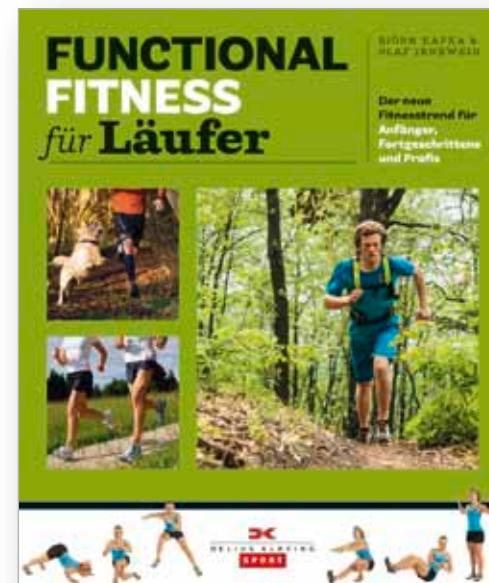


Björn Kafka / Olaf Jenewein

Functional Fitness

176 Seiten • Format 19,5 x 23,5 cm

ISBN 978-3-7688-3343-1



Björn Kafka / Olaf Jenewein

Functional Fitness für Läufer

160 Seiten • Format 19,5 x 23,5 cm

ISBN 978-3-7688-3584-8



Björn Kafka / Olaf Jenewein

Functional Fitness für RadSportler

160 Seiten • Format 19,5 x 23,5 cm

ISBN 978-3-7688-3585-5

Unter dem Schlagwort »Functional« hat sich eine neue Trainings- und Fitnesswelle etabliert, die auch in den Alltag zeitlich stark eingespannter Menschen passt. Einfache, aber hocheffiziente Übungsfolgen (»Work-outs«) garantieren sogar in sehr engen Zeitfests- tern ein erfolgreiches Training.

Sowohl Grundlagenfitness als auch Kraft und Ausdauer lassen sich ohne großen techni- schen Aufwand in kurzer Zeit erheblich steigern.

Mit den neuen Bewegungsabläufen des »Functional Fitness« verbinden sich drei große Pluspunkte:

- sie sind einfach aufgebaut, aber sehr flexibel einsetzbar
- sie erfordern kaum technische Hilfsmittel (keine Zusatzkosten)
- sie erlauben allgemeines und gezieltes Training (etwa für bestimmte Sportarten)

Erhältlich im Buch- und Fachhandel oder unter www.delius-klasing.de



Der Bild-Textband zum international mehrfach ausgezeichneten Sportfilmprojekt „>it's all about...: AN ULTRACYCLING MOVIE“

>it's all about... KURBELN – JE LÄNGER, JE LIEBER!

Ausdauerrennen werden im Radsport immer beliebter. Extreme Langstreckenrennen stehen heute im Fokus der Szene. Viele Aktive träumen von der Teilnahme an sogenannten Ultradistanzrennen. Die bedeutendsten, längsten und härtesten unter ihnen sind:

- RAAM – Race Across America
- RAI – Race Around Ireland
- TORTOUR – Race Around Switzerland
- RAA – Race Around Austria
- DOS/RAS – Race Around Slovenia

Michael Hausberger und Jürgen Gruber sind der Langstrecke verfallen. Ihr Projekt porträtiert die wichtigsten Rennen sowie einige Fahrer, die sich den Ultradistanzen verschrieben haben: Christoph Strasser (AUT), Andreas Niedrig (GER), Edi Fuchs (AUT), Bernhard Steinberger (GER), Dani Wyss (CH) und Valerio Zamboni (MCO).

Ein außergewöhnliches Porträt einer einzigartigen Leidenschaft!

ULTRARADSPIRT STEHT EXEMPLARISCH FÜR JEDEN EINZELNEN, SEIN LIMIT ZU FINDEN UND ES DANN ZU ÜBERSCHREITEN. ULTRARADSPIRT IST NICHT MEHR UND NICHT WENIGER ALS EINE BRILLANTE ANALOGIE DES LEBENS. ER IST LANG UND HERAUSFORDERND UND BEINHALTET SOWOHL GLÜCK ALS AUCH NIEDERLAGE. ES GEHT UM UNSER VERHALTEN IM MOMENT DES TRIUMPHS UND WER WIR SIND, WENN NICHTS ÜBRIG SCHEINT, DAS UNS DEFINIEREN KÖNNTE.

Douglas Hoffman



ISBN 978-3-7688-5354-5



www.delius-klasing.de