

## Kilometer sammeln zwischen Kaiserwetter und Küstenklassik RSV startet mit Intensivtrainingscamp auf Mallorca in die Saison

Schrobenhausen (tsj) Ab auf die Insel hieß es zum Start der diesjährigen Trainingsaison für den Radsportverein Schrobenhausen. Bei seinem traditionellen Intensivtrainingscamp auf der Baleareninsel Mallorca mit seinen traumhaften Radsportmöglichkeiten machten sich 21 Rennradrecken (darunter vier Damen) fit für die diversen radsportlichen Unternehmungen, die in diesem Jahr auf dem RSV-Programm stehen.

Mit teils annähernd 800 km und fast 10.000 Höhenmetern in den Beinen kehrte die Truppe am vergangenen Sonntag nach einer Woche konditionsstark und muskelgestählt nach Schrobenhausen zurück. Zig in den Wintermonaten absolvierte Indoor-Cycling-Einheiten ließen bei so manchem auf einen soliden Fitnesssockel aufbauen.

In zwei bis drei Leistungsgruppen wurden jeden Morgen nach dem Frühstück gestartet - hier die Leistungsorientierten, da die sportlichen Genussfahrer im Alter von 45 bis 76 Jahren.

Allen Gruppen gemeinsam: Es herrschte sportlicher Teamgeist und kollegiales Miteinander. Es hieß acht Tage lang Sonne pur bei warmen Frühlingstemperaturen. Einen echten Ruhetag gönnten sich die trainingshungrigen Sportler wegen der optimalen Rahmenbedingungen deshalb nicht. So wurden täglich die zweirädrigen Rösser aus dem Stall geholt und kräftig in die Pedale getreten. In Summe konnten so 16 Touren zwischen 60 und 140 Kilometern Länge durchgeführt werden.

Es ging hinaus ans Cap de Formentor, hoch zum Kloster Lluc oder rasant den legendären Sa Calobra-Pass hinab mit seinen abenteuerlichen Kehren. Ausgehend vom Basislager Can Picafort im Norden der Insel wurde auch der malerische Hafentort Porto Cristo ebenso angesteuert wie Randa, Cala Sant Vicenç oder der Coll d'Orient – mit Einkehr in so manchem bei Radsportlern beliebten Straßencafé.

Erstmals nahm es der Radsportverein auch mit der Königsetappe, dem Küstenklassik, auf.

Von Antrax über wunderschöne Küstenorte und so manchen Anstieg ging es auf 140 Kilometern und 2.400 Höhenmetern hinauf zum Puig Major und wieder temporeich mit etlichen Gegenanstiegen hinunter zum Zielort Alcudia. Eine sportliche Herausforderung, die Respekt verdient.

Belohnt wurden die Radsportler immer wieder durch sagenhafte Ausblicke auf die Berggipfel der Serra de Tramuntana oder herrliche Buchten entlang der Küstenlinie. In voller Blüte stand die mallorquinische Blumenpracht am Wegesrand und Orangenblüten verbreiteten frühlingshafte Düfte.

Optimal vorbereitet können die Teilnehmer des diesjährigen Trainingscamps in die RSV-Rennradsaison starten mit seiner ersten von acht geführten Touren am Samstag, 13. April, mit Start um 13.15 Uhr am Verkehrsgarten. Tags darauf steht die Fahrradsegnung auf Maria Beinberg an mit anschließender Einkehr in Gachenbach. Neben 500 Startern wird in diesem Jahr bei der überregional beliebten RTF-Rundfahrt „Vom Spargelland in den Frankenjura“ am Sonntag, 2. Juni, eine Rennraddelegation aus der Partnerstadt Schwetzingen erwartet. Die mittlerweile in die siebte Runde in Folge gehende Radfernfahrt vom 14. bis 18. August führt in diesem Jahr in vier Etappen nach Verona. Weitere Rennrad- und MTB-Ausfahrten werden über die RSV-WhatsApp-Gruppen spontan publik gemacht.

Foto: Staimer

(120) Gestählte Beinmuskeln und Bombenkondition: Fit für die Rennradsaison machten sich 21 Rennradfahrer des Schrobenhausener Radsportvereins bei seinem einwöchigen Intensivtrainingscamp auf der Baleareninsel Mallorca.

(30) Geselliges Beisammensein: Täglicher Besuch in einem der malerischen Straßencafés.