



Eigentlich sollte mein nächster Artikel ja immer noch ein Artikel über's Langlaufen sein ... aber ob das noch was wird?!? Wer weiß ...

Wahrscheinlich freuen sich mittlerweile fast alle auf den Frühling - einschließlich mir ☐

Nun gut, hier dann mal wieder aus aktuellen Anlass:

Mit dem Mountainbike ins Skigebiet.

Eigentlich hatte ich mir für dieses Wochenende die ersten langen Rennradeinheiten der Saison vorgenommen. Aber erstens kommt es anders, und zweitens als man denkt ...!!

Freitagmorgen schaue ich aus dem Fenster und glaube meinen Augen nicht. Alles weiß! Oh nein, das heißt Auto „ausgraben“ (ok, ganz so schlimm war es zum Glück nicht ☐ !) und erstmal zur Arbeit schlittern.

Vielleicht sah das Ganze mittags ja schon wieder anders aus.

Dementsprechend ignorierte ich auch die Schneeschaukel, machte mein Auto soweit schneefrei, dass man damit fahren konnte, und hoffte auf besseres Wetter am Nachmittag.

Aber falsch gedacht, zum Rennradfahren war's mir dann doch noch „zu weiß“ auf der Straße, also Alternativprogramm - Joggen. Irgendwie muss man ja fit für die anstehende Saison werden.

Samstag war leider nicht genügend Zeit für ne lange Einheit, also 2 Stunden Spinning im Studio - immerhin was für's schlechte Gewissen getan ;-). Und dabei wäre das Wetter echt gut gewesen - trocken, kein Schnee mehr auf der Straße - aber das lies mich auf den Sonntag hoffen.

Geplant waren ca. 3 Stunden erst mal recht „gemütliches“ Grundlagentraining. Aber auch das sollte nicht sein! Sonntagmorgen dasselbe Bild wie bereits am Freitag - alles weiß, was ein Sch...!!

Hömma Petrus, willst du mich eigentlich vera.... , oder was ☐ ?!

Am Morgen fing es dann auch noch wieder leicht an zu schneien, und der Blick aus dem Fenster war auch eher trostlos als motivierend. Leichter Schneefall und Nebel, Temperaturen unter dem Gefrierpunkt waren irgendwie frustrierend. Und dabei war ich echt mal motiviert!

Ich hatte mich, als Alternativprogramm schon mit nem Besuch im Schwimmbad abgefunden, als gegen Mittag doch tatsächlich die Sonne raus kam. Die Straßen waren zwar zum Teil noch verschneit, aber ich hab ja auch noch nen Mountainbike, dachte ich mir. Soviel Schnee liegt nun auch wieder nicht, so dass ich auch ohne Spikes durch den Schnee kommen würde.

Nicht lange überlegt zog ich mir die wärmsten Klamotten an, die ich besitze, schmierte noch schnell die Kette und dann ging's los!

Die erste Mountainbiketour 2011 !! Ich hatte mit ca. 2 Stunden geplant, flache Strecke auf gefrorenem Waldboden mit ein paar „Hügeln“. Aber jene „Hügel“, über die ich im Sommer nur lache, wurden mit einem Mal ganz schön steil.

Mein Puls schnellte hoch und ich kam trotz eisiger Temperaturen ins Schwitzen. Na das kann ja heiter werden. Ein Ergometer ersetzt wohl leider doch kein Outdoortraining, musste ich feststellen. Also wurde das wohl nichts mit meinem Grundlagentraining, aber egal!

Das nächste Wochenende kommt bestimmt. Vielleicht wird's ja dann besser und vor allen Dingen WÄRMER! Den ersten Berg ins Nachbar-Tal hatte ich also geschafft und ich dachte „schauste Mal in Winterberg vorbei, was so im Skigebiet los ist“. Da es immer stetig leicht bergauf ging wurde mir zum Glück nicht wirklich kalt. Im Skigebiet angekommen wurde ich dann jedoch von dem ein oder anderen Ski- oder Snowboardfahrer ein wenig dumm angeschaut ☐

Hatte ich doch das falsche Sportgerät dabei?! Aber mal ehrlich, ich hätte nicht gedacht, dass dort so viel los gewesen wäre - aber der Hang war, was meine Ohren so aufschnappten, GELB - sprich „Holland hat Ferien“ ☐ !!

Lange hielt ich mich aber nicht auf, dort oben war es doch etwas „frisch“ und ich hatte gerade erst ne fette Erkältung hinter mir. Ich quälte mich also den letzten Berg nach Winterberg hoch, bevor es dann nur noch bergab ging. Im Winterberger Gewerbegebiet kamen mir sogar zwei einsamen Mountainbiker entgegen ☐

Abgesehen von einigen wenigen Stellen waren die Wege bis dahin fast schneefrei oder nur leicht „gepudert“.



Unter dem dünnen Schnee hab ich dann aber doch noch das wahrscheinlich einzige Eisfeld erwischt und hab mich mal prompt mit samt Bike geschmissen.

Zum Glück sind die Knochen bei dem Stunt heil geblieben - ich hatte den Saisonbeginn schon kurzzeitig in weitere Ferne rücken sehen! Aber der Schmerz ließ schnell wieder nach und so fuhr ich bei verschneiten Stellen doch eher verhalten in Richtung Heimat. Bergab wurde es verdammt kalt.

Durch ständiges Armkreisen versuchte ich irgendwie warmes Blut in die eiskalten Hände zu bringen. Auch die Füße waren trotz dicker Socken und warmen Neopren-Überschuhe durchgefroren!

Aber ne heiße Dusche und heißer Tee wärmte mich schnell wieder auf. Trotz Sturz und trotz der eisigen Kälte eine schöne erste MTB-Tour! Nun hoffe ich dass es bald etwas wärmer wird und es dann wieder richtig losgehen kann!

**Fazit:**

Mountainbiken im Schnee macht wirklich Spaß ☐ !!

Aber der Frühling darf dann doch bald kommen!

**Die Autorin**

Falls du mehr zum Thema Winter suchst, dann klicke einfach rechts auf das Icon.

Wir haben das für dich schon erledigt ☐

