

## Four Peaks 2015 in der Region Kärnten

4 Etappen - 261 km – 8750 hm

### **1. Etappe 17.Juni 2015**

Bad Kleinkirchheim – Bad Kleinkirchheim

49 km 2350 hm

Fahrzeit: 3:27:54

Rang 6 Kat. Grand Master

Zwei mal rund 1000 m Aufstieg und Abfahrt am Stück mit einem anspruchsvollen Trail in der ersten Abfahrt.

### **2. Etappe 18.Juni 2015**

Bad Kleinkirchheim – Hermagor

91 km 1969 hm

Fahrzeit 3:44:32

Rang 5 Kat. Grand Master

Gesamtklassement nach 2 Etappen Rang 5

„Ueberführungsetappe“ mit etwas viel Asphalt. Bei dieser Etappe hatte es keine langen Aufstiege am Stück, sondern es ging ständig rauf und runter, dazwischen hatte es zum Teil längere flache Passagen. Solche Etappen sind immer sehr hart, da man in den kurzen Aufstiegen den Kontakt zur Gruppe nicht verlieren darf, damit man in den flachen Zwischenstücke vom Windschatten und dem hohen Tempo profitieren kann. Das ist mir gut gelungen, ich konnte mich auf den 5. Zwischenrang verbessern,

### **3. Etappe 19.Juni 2015**

Hermagor – Tröpolach

59 km 2420 hm

Fahrzeit 3:39:51

Rang 6 Kat. Grand Master

Gesamtklassement nach 3 Etappen Rang 5

Diese Etappe war wieder etwas ruhiger, da nach den erste flachen 10 km (die neutralisiert zurückgelegt werden mussten) ein langer Aufstieg mit 1300 hm am Stück folgte. Ich konnte bei diesem Aufstieg einen guten Rhythmus fahren, und diesen bis zum Schluss durchziehen. Den 5 Zwischenrang konnte ich verteidigen.

### **4 Etappe 20. Juni 2015**

Tröpolach – Weissensee

71 km 2122 hm

Fahrzeit 4:01:57

Rang 32 Kat. Grand Master

Schlussklassement nach 4 Etappen Rang 8

Das Streckenprofil dieser Etappe war wieder ein ständiges rauf und runter. Die ersten 30 km konnte ich gut mithalten. Dann hatte ich in einer Abfahrt am Hinterrad einen Plattfuss, da die Seitenwange des Pneus aufgeschlitzt war, konnte die Milch nicht mehr abdichten und ich musste einen Schlauch montieren. Soweit so gut, ich konnte wieder weiterfahren (hatte aber schon viel Zeit verloren). Nach etwa 10 km verlor ich am Vorderreifen Luft. Da ich 2 Patronen mit Luft dabei hatte, konnte ich noch einige Male Luft reinlassen. Von Betreuern an der Strecke konnte ich noch eine Pumpe ausleihen um nachzupumpen. So konnte ich mich ins Ziel retten. Wegen diesem Zeitverlust fiel ich auf den 8. Schlussrang zurück.

Fazit:

Es war ein schönes Rennen, das Wetter spielte einigermaßen mit (war immer besser als die Prognosen). Es hatte leider etwas weniger Trails als letztes Jahr.

Mein Ziel unter die ersten 10 zu fahren habe ich erreicht, ohne Defekt wäre noch etwas mehr möglich gewesen.

Das Rennen war eine gute Vorbereitung für den Transalp in 4 Wochen.

Mein Teampartner für den Transalp belegte die 9. Schlussrang.

Die Form stimmt also bei beiden.