



## Ein Zucker-Cocktail hilft über den Berg

Serpentinen, wohin das Auge sieht: Wie an einer Perlenschnur gereiht kämpft sich das Feld beim Ötztaler Radmarathon den Anstieg zum Timmelsjoch hoch.

Eine Wand kann einen zum Staunen bringen. Mit einer schönen Tapete, einem netten Bild – oder sie ist steil und 2509 Meter hoch. Als André Ditzzen beim Ötztaler Radmarathon im Tal auf das Timmelsjoch aufschaute, dachte er nur: „Welcher wahnsinnige Straßenbauer hat auf diesen Berg Serpentine gezogen.“ Auch diesen Berg quälte sich der Handorfer hoch und bewältigte die Extrem-Tour über 238 Kilometer und 5500 Höhenmeter in 11:18,23 Stunden.

Eine Stunde lang hat sich André Ditzzen nach seiner erfolgreichen Premiere in die Badewanne gelegt und sich nur noch bewegt, um zwischen durch warmes Wasser nachlaufen zu lassen. „Es war noch härter als ich gedacht habe“, betont der EDV-Leiter der Peiner Stadtverwaltung. Erschöpft aber noch selig-berauscht ließ er sein Quäl-dich-Abenteuer im wohligen-warmen Nass Revue passieren. Die ungemütlichen fünf Grad unterwegs, die fieseren Steigungen mit bis zu 18 Prozent, seinen Durchhänger am Jaufenpass, die Glücksgefühle und das Adrenalin auf der Schlussabfahrt.

### Hauptsache bergauf: André Ditzzen vom Peiner Eulenexpress schafft den Ötztaler Radmarathon in knapp über elf Stunden



Windschnittig: In Abfahrten beschleunigte André Ditzzen auf bis zum Tempo 95.

Rund 4000 Sportler durften am „Ötzi“ teilnehmen. Die Startplätze wurden ausgelost, denn freiwillig quälten wollten sich auch diesmal wieder ursprünglich 19 000 Radfahrer. Bei seinem Debüt hatte sich André Ditzzen nur

eines vorgenommen: „Im Zeitlimit überleben.“ Ein lockeres Einrollen sei nicht möglich gewesen. „Es ging gleich volles Brett los“, schildert Ditzzen. Ab Sölden ging es zwar zunächst 32 Kilometer leicht bergab, doch das Feld legte ein flottes Tempo vor. „Am Anfang nicht unter 60 km/h.“ Im Örtchen Ötz begann abrupt der Anstieg zum Kühtai. „Da musste man aufpassen, dass man nicht vom Rad runterfällt“, schildert Ditzzen den ruckartigen Umstieg von Abfahrt auf Anstieg. Bis auf 2020 Meter Höhe kletterten die Radsportler bis zum Gipfel. „Das Tolle am Bergfahren ist, dass es auch immer schöne Abfahrten gibt“, sagt Ditzzen, der unterwegs mit Tempo 95 hinunter donnerte. Achtung, Muuuuh! Die Veranstalter hatten zwar im Vorfeld vor Kühen auf der Strecke gewarnt, doch ein Tier bremsete Ditzzen nicht aus.

Dann schon eher die Berge. Zum Jaufenpass hoch ging es

nur im Schnecken-tempo. „Da hatte ich einen derben Durchhänger“, erinnert sich Ditzzen an die Kletterei auf 2090 Meter Höhe. Er folgte dem Rat anderer Sportler, stieg ab, setzte sich auf eine Leitplanke und tankte erst mal ordentlich Energieriegel und Getränke. Nach der Pause kurbelte er weiter in die Pedale.

Im Schlussanstieg zum Timmelsjoch tankte er flüssi-

gen Zucker nach: Er mischte Red-Bull mit Cola. Kleben blieb er trotzdem nicht. „Aber der Anstieg tut nur noch weh. Man guckt nur noch aufs Vorderrad“, schildert Ditzzen.

Als er den letzten Gipfel erreicht hatte, war er noch vorm Ziel „nur noch happy. Danach wird man von Glücksgefühlen getragen“, beschreibt der 46-Jährige die letzten 20 Kilometer auf dem Weg ins Ziel nach Sölden. Dieses Gefühl würde er gerne erneut erleben: „Auf jeden Fall nochmal“, betont Ditzzen, der sich erneut anmelden will. cm



Klettertour: André Ditzzen bewältigte 5500 Höhenmeter.

#### IHR KONTAKT



CHRISTIAN MEYER (cm)

05171/406-118  
sport@paz-online.de



MATTHIAS PRESS (mp)

05171/406-134  
sport@paz-online.de

### NDR filmt Bogenschützen

Gestern startete die Deutsche Meisterschaft im Bogenschießen in Hohenhameln. Dafür interessiert sich auch das Fernsehen. NDR-Redakteur Marco Heuer wird von den Meisterschaften berichten, die der BSC Clauen ausgerichtet. Der etwa vierminütige Beitrag wird am Sonntag im Regionalmagazin „Hallo Niedersachsen“ gezeigt. Sendebeginn ist um 19.30 Uhr. Das Fernseherteam interviewte unter anderem Hohenhamelns Bürgermeister Lutz Erwig.

Heute und morgen jeweils von 9 Uhr an spannen die Schützen im Stadion am Dehnenweg ihre Bögen. 700 Sportler sind dabei, Zuschauer sind willkommen. cm

### Drei Peiner für Niedersachsen

Drei Peiner Leichtathleten starten am heutigen Sonntag bei den Norddeutschen Vergleichswettkämpfen der Jugend U16 für Niedersachsen. Von der LG Peiner Land werden Oliver Zenge im Hochsprung, Kai Grove im Stabhochsprung und Nina Gödecke über 100 Meter vertreten sein. „Die Athleten können zuversichtlich starten, da sie in der laufenden Saison bereits mehrfach ihre guten Leistungen unter Beweis gestellt haben“, sagt Bianca Weidejentsch, Pressewartin des Leichtathletik-Kreisverbands.

Mehrere Lauf-, Sprung- und Wurfdisziplinen werden ausgetragen. Pro Wettbewerb kann jeder Landesverband zwei Athleten melden, der Beste davon wird gewertet. Jeder Teilnehmer darf maximal 2 der insgesamt 13 Disziplinen absolvieren.

Der Einmarsch der Teams ist ab 13 Uhr im Büdelsdorfer Eiderstadion (nördlich von Rendsburg) geplant. bwj

### Goldt will vorne mitschwimmen

Mit einem dünn besetzten Aufgebot starten die Masterschwimmer des TSV Hohenhameln bei den Landesmeisterschaften, die heute und morgen im Freibad Godshorn stattfinden.

Schwerstarbeit verrichtet wieder einmal Elke Ostwald, die nicht weniger als sieben Mal an den Start geht. Sie schwimmt in den Lagen Rücken, Freistil und Brust jeweils die 50- und 100-Meter-Strecken. Zusätzlich geht sie über 200 Meter Lagen ins Rennen. Zweite Starterin ist Kim Laura Goldt, die auf den Sprintstrecken 50 Meter Freistil und Rücken eine vordere Platzierung anstrebt. bt

## Der letzte Teil der Serie läuft in Chicago

Michael Mühlbach und Thomas Schmidt wollen alle „Marathon-Majors“ absolvieren

#### MARATHON-MAJORS

### 1 Million Preisgeld

Die World Marathon Majors sind ein Zusammenschluss von Marathon-Veranstaltern. Sie wurden 2006 von den Direktoren Guy Morse (Boston-Marathon), David Bedford (London-Marathon), Mark Milde (Berlin-Marathon), Carey Pinkowski (Chicago-Marathon) und Mary Wittenberg (New-York-City-Marathon) initiiert.

Bei den fünf jährlichen Rennen in diesen Städten sowie den Marathonrennen bei den Olympischen Spielen und den Leichtathletik-Weltmeisterschaften können Athleten Punkte sammeln.

Am Ende einer Zwei-Jahres-Serie werden eine Million US-Dollar zu gleichen Teilen unter dem Sieger und der Siegerin aufgeteilt. rd



Thomas Schmidt und Michael Mühlbach (rechts) beim Training in Klein Ilsede.

Für Michael Mühlbach und Thomas Schmidt sind aller guten Dinge nicht drei, sondern fünf. Sie wollen alle fünf großen Marathon-Läufe der Majors-Serie mitmachen. Nur einer fehlt ihnen noch.

Am Sonntag, 7. Oktober, wollen sie ihr Ziel erreichen. Beide starten dann beim Chicago-Marathon. Absolviert haben sie schon gemeinsam die Läufe in New York (2008), London (2010) und Boston (2011). Mühlbach ist den Berlin-Marathon im Jahr 2005 gelaufen, Schmidt 2011.

„Es war so eine Schnaps-Idee, die Majors-Serie zu laufen“, erläutert der 51-jährige Schmidt – obwohl die beiden Ausdauersportler mit Schnaps nicht so viel am Hut haben. Als Vorbereitung laufen sie vier Mal pro Woche zwischen 10 und 30 Kilometer. „Hin und wieder sind ein paar Sprint-Einheiten dabei“, sagt Mühl-

bach (49). Zehn Wochen vor dem Chicago-Ereignis haben beide ihr Lauftraining intensiviert, sie legen in dieser Zeit etwa die Strecke von Peine nach München zurück.

„Es ist schon toll, durch ein Spalier von Tausenden Zuschauern zu laufen, die einem jubeln“, beschreibt Mühlbach den Reiz am Marathon. „Und wenn man die New Yorker Skyline oder die Tower Bridge in London sieht, ist das faszinierend.“ Aber nicht nur der Lauf selbst sei ein Erlebnis, sondern auch das Reisen in der Gruppe. Stets werden die beiden von mehreren Mitgliedern des Lauffreizeilsede/Lahstedt begleitet – wenn auch von einigen nur zum Anfeuern.

Schmidt und Mühlbach hoffen, dass es in Chicago besonderen Grund zum Jubeln gibt. Kommen sie ins Ziel, haben sie nicht nur diesen Marathon beschafft, sondern die gesamte Serie. mp