

DAS STEIRISCHE MÄNNERMAGAZIN

JO | HANNNS

 Interview

Die Reise zu sich selbst

Mit dem Rad von Graz nach Holland

 Reportage

Berlin

Österreich in den Küchen

 MOTOR

Souveräner Fahrspaß

BMW F900 R und F 900 XR

 Sport

On the Trail

Steirische Mountainbikestrecken

PATAT ZONDER

Eine Auszeit vom Stress des Alltags, alleine mit sich und dem Rad, drei Wochen auf der Straße. Via unserer Facebookseite nahm uns Georg Thalhammer im August dieses Jahres mit auf seine Reise von Gössendorf bei Graz in die Niederlande, um dort pünktlich seinen 50. Geburtstag zu feiern. Wieder zuhause angekommen, berichtete er uns von seiner spannenden Tour.

VON: SIEGFRIED WINDISCH FOTOS: THALHAMMER / PRIVAT


 1.720 Kilometer


 21 Tage
 
 23,4 km/h Ø


 8.820 Höhenmeter

Patat zonder: „Pommes ohne alles“ in den Niederlanden. Darauf freute sich Georg Thalhammer bei der Ankunft in Hoek van Holland, einem Ort seiner Kindheit. Die Fahrt mit dem Rad – stilecht mit auf der Vorderradgabel montierten Klompen – war auch eine Reise zu sich selbst.

Herzlich willkommen zu Hause, danke, daß du uns via Facebook auf deine Reise mitgenommen hast. So eine Reise macht man ja nicht von heute auf morgen. Wie hast du dich auf die Tour vorbereitet?

Mit dem Mountainbike sind Distanzen von 100 Kilometern am Tag, wenn man am Wochenende einen Ausflug macht, durchaus machbar. Kopf und Körper müssen sich aber daran gewöhnen Distanzen von 100 Kilometern und mehr tagtäglich über einen längeren Zeitraum zu absolvieren. Die Basis waren viele abgespulte Kilometer im Grundlagen- und Ausdauerbereich, also nicht auf Geschwindigkeit fahren, sondern darauf zu achten, dass der Puls moderat bleibt, die Distanz im Fokus zu behalten und man im besten Fall natürlich auch die Fahrt noch genießen kann. Die Vorbereitungs- und Planungsphase dauerte knapp ein Jahr. Eigentlich war die Teilnahme an der Crocodile Trophy in Australien das Ziel, diese wurde aber abgesagt.

Erzähl uns doch etwas über dein Rad.

Mein Gravelbike von Cube war für mich der beste Kompromiss für diese Reise. Ähnlich einem Rennrad kann man ordentlich Kilometer auf der Straße abspulen, es haut einen aber auch nicht gleich vom Sattel, wenn man unbefestigtes Terrain wie Schotterstraßen befährt. Ausserdem sitzt man etwas entspannter als auf einem reinen Rennrad,

was bei dieser Fahrtdauer ein großer Vorteil ist.

Warum kein gefedertes (Mountain-)Bike?

Die Tour führte im überwiegenden Maß über reine Asphaltstrecken. Der Rollwiderstand bei Mountainbikes, der Luftwiderstand, die Übersetzung... das passt fürs Gelände aber nicht für die Straße.

Was hast du an Ausrüstung mit dabei gehabt? Ohne Begleitfahrzeug für drei Wochen braucht man ja einiges?

Abgesehen von den allernötigsten Klein- und Ersatzteilen für das Bike wurde das Rad auf schlauchlose Reifen gestellt, eine große Satteltasche, im Volksmund Arschrakete genannt, eine Tasche am Lenker, eine Tasche am Oberrohr, eine am Unterrohr, die aber nur dafür da war um meine Bialetti Kaffeemaschine samt Illy Kaffee und Gaskocher mitzunehmen. Wenn man nur am Rad unterwegs ist, braucht man ja auch nicht viel Wäsche. Zwei Garnituren Radkleidung, Regenschutz, leichte Freizeitkleidung, eine Badehose, Unterwäsche, das war's dann auch schon.

Ist man nach sovielen Tagen am Rad froh am Ziel zu sein, oder gewöhnt man sich so an den neuen „Alltag“, dass man gleich wieder aufs Rad will?

Der erste Tag nach der Ankunft fühlt sich wie ein Ruhetag für Körper und Geist an, am nächsten Tag



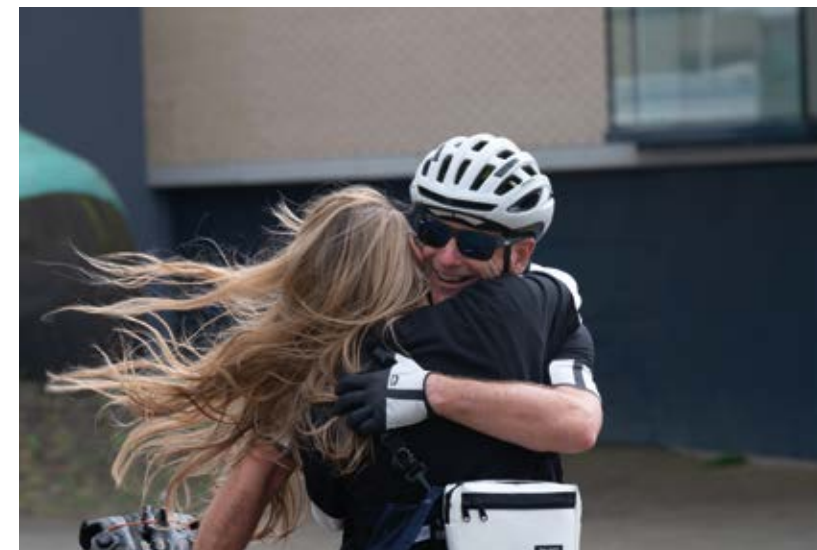
Die Holländischen Klompen kamen mit auf die Reise.



Georg, Leonie und Alexandra Thalhammer



..und natürlich gab es „Patat zonder“.



fragt man sich allerdings wieder „Wo fahr ich heute hin?“. Also es hätte schon weitergehen können....

Drei Wochen alleine mit sich selbst am Rad, verändert sich da die Sichtweise auf den Alltag zuhause?

Es war Teil des Projekts zu erfahren, wie es einem geht, wenn man eine Zeitlang nichts anderes tut als das, was man gern macht. Man kann eigentlich nicht wie zuhause Pläne schmieden, sich Konzepte überlegen, man ist ständig im Hier und Jetzt, weil hinter jeder Kurve neue Eindrücke warteten. Das war sehr befreiend.

Die Rückfahrt in die Steiermark mit dem Auto ging ja um einiges schneller. Was war das für ein Gefühl zu wissen, dass man die drei Wochen mit dem Rad in einem Tag wieder zurückspult?

Die Fahrt mit dem Auto war natürlich angenehm, allerdings bin ich auf der Autobahn immer wieder in die Nähe von Streckenabschnitten gekommen, die ich mit dem Rad passiert habe. Da kam dann schon das Gefühl auf, dass ich lieber wieder dort wäre.

Was war die größte körperliche Herausforderung?

Starker Wind. Wind mag ein Radfahrer sowieso nicht, vor allem wenn er aus der falschen Richtung kommt. Das hat mich am vorletzten Tag ordentlich erwischt. Über England war ein starkes Tief mit orkanartigen Windstärken und mit Ausläufern bis nach Holland. Das zehrt an den Kräften und an der Motivation. Die Vorfreude aufs Ziel hat aber gereicht um den Gegenwind zu kompensieren. Kondition und Mindset haben auf der Reise aber grundsätzlich gut gepasst. Natürlich kann auch unvorhergesehenes passieren, wie ein gesperrter Radweg oder eine nicht geplante Umleitung und man muss wieder umkehren, neue Wege suchen. Aber es hielt sich alles im Rahmen. Auch die Riesenschafherde samt Hirtenhunden, die ihren Job durchaus ernst genommen haben, war letztlich kein Problem.

Was waren die schönsten Momente?

Zum einen natürlich der Abschied, wenn Sonntag früh 15 Freunde kommen um dich zu verabschieden und dich die ersten Kilometer sogar mit dem Rad begleiten.



Ankunft in Hoek van Holland, ganz stilecht.

Dann viele kleine Glücksmomente wie Gerüche, Panoramen und schöne Landschaften auf der Fahrt und zuletzt natürlich das Ankommen zum 50. Geburtstag in Holland, wo schon Familie und Freunde warteten. Während der Fahrt gab es immer wieder aufregende Kulissen zu sehen, sei es die Skyline in Frankfurt oder der Hafen in Rotterdam, am meisten habe ich aber aus der Landschaft und der Natur für mich mitgenommen, wie zum Beispiel das Hintergebirge in Oberösterreich oder das mittlere Rheintal rund um die Lorelei bis Koblenz mit all den Schlössern und Burgen, das war schon beeindruckend.

Holland hat einen viel intensiveren Zugang zur Radmobilität als Österreich. Wie unterscheiden sich die beiden Länder hinsichtlich Radinfrastruktur und Mentalität?

In Holland ist das Rad seit ewigen Zeiten ein Fortbewegungsmittel im täglichen Leben. Das Land ist klein, mit hoher Bevölkerungsdichte, in den Großstädten fehlt auch oft der Platz für ein Auto und Parkplatz. Alle heimischen Bemühungen für einen Ausbau der Radinfrastruktur in Ehren, aber auf holländisches Niveau werden wir nie kommen. Es gibt in Hol-

land kaum Straßen, bei denen nicht links und rechts, oft auch baulich getrennt, ein Fahrradstreifen angelegt ist. Sogar in jedem Kreisverkehr haben Radfahrer Vorrang. Es gibt in Holland eigentlich keinen Grund, mit dem Auto zu fahren, wenn es sich nicht um eine weite Strecke handelt.

In Österreich wächst der Anteil an E-Bikes rasant an.

Es gibt auch in Holland Zuwächse, das verstehen nicht mal die Holländer selbst. Aber die Zuwächse sind in einem viel geringerem Ausmaß als bei uns.

Gibts Pläne für eine neue Langfahrt?

Erstmal muss ich diese Reise verarbeiten, 2025 wirds eher kleinere Mountainbiketouren geben, aber ich bin mir sicher da kommt noch was. ■

Dank für das Gespräch.

Wer Georgs Reise detailliert nachlesen möchte, findet auf unserer Facebookseite seinen gesamten Bericht mit vielen Fotos von der Tour.

Biken in der Steiermark ist ein Genuss. Wir haben eine Auswahl von spannenden steirischen Bike-Trail-Strecken – von gemütlich bis sportlich ambitioniert.

Mürzzuschlag

- **Bärenkogel - Ganzalm - Roseggerhaus**
47 Kilometer, 1.280 Höhenmeter
- **MTB-Tour auf die Scheibe**
22 Kilometer, 820 Höhenmeter
- **GEMYSAG-Fitness-Trail**
7,6 Kilometer, 270 Höhenmeter

Kapfenberg

- **Lactosan Sportarena**
10 Kilometer, 320 Höhenmeter
- **2-Rad-Grill-Strecke**
10 Kilometer, 300 Höhenmeter
- **Zuckerltrail**
42 Kilometer, 1.060 Höhenmeter

Kindberg

- **Ochnerbauer-Tour**
10 Kilometer, 390 Höhenmeter
- **Suppenberg-Tour**
38 Kilometer, 1.470 Höhenmeter
- **Zeller-Tour**
40 Kilometer, 970 Höhenmeter

Langenwang

- **Königsberg-Tour**
19 Kilometer, 460 Höhenmeter
- **Hauereck-Schutzhütten-Runde**
40 Kilometer, 770 Höhenmeter
- **Waldheimat-Tour**
31 Kilometer, 1.190 Höhenmeter

Bruck an der Mur

- **MTB-Tour auf das Madereck**
15 Kilometer, 570 Höhenmeter
- **Bahnweg auf den Brucker Hochanger**
18 Kilometer, 830 Höhenmeter
- **Lamingtal/Arndorf/Madereck-Tour**
6,3 Kilometer, 440 Höhenmeter

Naturpark Mürzer Oberland

- **Bergradlrunde Urania**
14,5 Kilometer, 360 Höhenmeter
- **Bergradlrunde Falkensteinalm**
68 Kilometer, 670 Höhenmeter
- **MTB-Route über die Mürzsteger Almen**
49 Kilometer, 1.280 Höhenmeter

Mariazell

- **Bürgeralpe "Backside Up" und "Frontside Down"**
jeweils 4,3 Kilometer, 340 Höhenmeter
- **Tribein-Runde**
33 Kilometer, 700 Höhenmeter
- **Romantiktour Mariazellerland**
47 Kilometer, 1.100 Höhenmeter

Hochsteiermark

- **Single Trails "Bike Alps 1 bis 3"**
Schwierigkeitsgrad mittelschwer, Länge zwischen 1,5 und 4 Kilometer, jeweils 350 Höhenmeter
- **MTB-Strecke auf die Pretul**
54 Kilometer, 1.400 Höhenmeter
Windpark Pretul, MTB Extremvariante
56 Kilometer, 2.050 Höhenmeter

Aflenz

- **Bike-Arena Aflenz**
7 Kilometer, 660 Höhenmeter
- **Pierergut-Trail**
17 Kilometer, 1.060 Höhenmeter
- **Windgruben-Trail**
5,5 Kilometer, 250 Höhenmeter

Eisenerz

- **Leopoldsteiner See/Seeau**
3,7 Kilometer, 40 Höhenmeter
- **Graveltour und MTB-Strecke Erzbergblick**
28 Kilometer, 940 Höhenmeter
- **Eisenerz-Ramsau-Tour**
29 Kilometer, 680 Höhenmeter

Ardning/Breitenau/Hochlantsch

- **Mountainbikestrecke Almenland**
74 Kilometer, 1.950 Höhenmeter
- **„Drachentour“ rund um den Hochlantsch**
25 Kilometer, 1.200 Höhenmeter
- **Singletrail Wurzeralm, Bergpanorama**
11 Kilometer, 760 Höhenmeter

Altaussee

- **Bike- und Hike-Tour Dachsteinblick**
44 Kilometer, 830 Höhenmeter
- **Familiéntour Ödengraben-Aussee**
47 Kilometer, 730 Höhenmeter
- **Augst-Trail**
Downhill-Strecke 7,2 Kilometer, 330 Höhenmeter bergab

Graz-Umgebung

- **Schöckl Trail Area**
Neun Routen, alle Schwierigkeitsgrade, vom anspruchsvollen Trail für Fortgeschrittene bis zur familienauglichen Panoramastrecke
Länge zwischen 350 Meter und 13 Kilometer, zwischen 20 und 760 Höhenmeter
- **MTB-Area am Plabutsch**
Fünf Trails, Länge zwischen zwei und fünf Kilometer, zwischen 150 und 400 Höhenmeter, alle Schwierigkeitsgrade
- **MTB-Tour Schöckl Bergstation, Hofstätten**
44 Kilometer, 1.280 Höhenmeter

Süd- und Südoststeiermark

- **Hans-Pfeiffer-Mountainbike-Tour**
13 Kilometer, 180 Höhenmeter
- **Schirchlalalm-Tour**
57 Kilometer, 1.300 Höhenmeter
- **Mountainbike-Tour "Anradln" Radkersburg**
13 Kilometer, 220 Höhenmeter

Weiz

- **MTB-Tour Weiz**
- **Mortantsch - Kumberg - Schöckl**
39 Kilometer, 1.140 Höhenmeter
- **Wurzelwaldrunde Gleisdorf**
37 Kilometer, 550 Höhenmeter
- **MTB-Strecke Teichalm - Stoakoglhütte - Brandlucken**
74 Kilometer, 2.000 Höhenmeter

Steirischer Wechsel (St. Lorenzen, Dechantskirchen, Friedberg, Pinggau):

- **Wexl-Trail**
13 Trails mit Lift, alle Schwierigkeitsgrade, 31 Panoramawege, 6 Touren, Länge zwischen 1,5 und 60 Kilometer, zwischen 150 und 1800 Höhenmeter
- **Uphill Flowtrail St. Corona**
28 Kilometer, 870 Höhenmeter
- **Speichersee-Tour**
29 Kilometer, 30 Höhenmeter