

Mittwoch, 29. November 2006

## **Abschlussrunde**

Es ist fast schon Dezember und auch wenn die Temperaturen draußen momentan relativ hoch sind ist es doch absehbar, daß die Rennradsaison ihrem Ende zugeht. Zumindest lange Ausfahrten mach ich im Winter nicht, bei Temperaturen jenseits des Gefrierpunktes auch nur noch mit dem Mountainbike. Und da es heute noch mal schön werden sollte und ich nicht arbeiten musste, hab ich den Tag für eine Jahresabschluss-tour genutzt.

94 Kilometer sind es geworden, 773 Höhenmeter und drei "Hubbel" auf der Strecke. Die Marienburg zum warm werden, den kleinen Deister und zurück  bern Nienstedter Pass. Weit über vier Stunden hab ich dafür gebraucht und war grad rechtzeitig mit einsetzen der Dämmerung wieder Zuhause. Kalt war mir nur an den Abfahrten, wenn ich zu schnell wurde und dabei nicht mal trampeln musste. Ich möchte jetzt trotzdem gern in die heiße Wanne ;)

Auf einem Feld in der Nähe von Koldingen war voll mit Graugänsen auf der Durchreise. Da und an einigen anderen Stellen hab ich es arg bereut, daß ich meine Kamera nicht mitgenommen habe. Als zum Beispiel die Sonne mal rauskam und auf die H gelchen schien, war das schon ein wirklich schönes Bild. Aber Fotografieren beim Fahrradfahren funktioniert bei mir nicht gut. Konzentrieren kann ich mich nur auf eins von Beidem, entweder mit offenen Augen auf Motivsuche sein oder solche Touren fahren. Kamerafahrten sind meist eher Schleich- und Erholungsfahrten. Bei gutem Wetter, mit Picknick und ganz vielen Pausen. Fotohalt eben. Beim "richtigen" Radeln reißt mich das immer wieder aus dem Tritt...

Morgen g nn ich meinem Körper einen Ruhetag. Freitag gibts dann wieder Sport. Zu meinem momentan sowieso teilweise etwas ausgeprägten Bewegungsdrang hat sich eine Art Wettkampf gesellt, der zusätzlich motiviert. Der Winterpokal eines Rennradforums, bei dem man Punkte für seine Sporteinheiten kassieren kann. Der direkte Vergleich mit den Anderen und das Auf und Ab in der Rangliste spornt durchaus an - obwohl klar ist, daß ein nicht unbeträchtlicher Teil beim Eintragen schummeln wird. Spaß macht es trotzdem, zumindest im Moment.

Geschrieben von Nina in sportliches um 18:07