

# Diembergler nutzen gute Trainingsbedingungen auf Mallorca

Aufgrund der guten geographischen Lage und den perfekten landschaftlichen Gegebenheiten im nordwestlichen Teil der grössten Balearen-Insel begaben sich sechs Diembergler (Ivo, Sandro, Diego, Nino, Armin und Cornel) Mitte März ins Trainingscamp nach Alcudia. Die Stadt gilt als das Fahrrad-Mekka schlechthin. Jahr für Jahr pilgern Rennradverrückte hierhin um die Reize der Insel für diesen Sport auszukosten. Die Anstiege waren mit mehr oder weniger 6 % stets sehr angenehm zu bewältigen. Auf den Pässen war oft eine aussergewöhnlich tolle Atmosphäre zwischen all denjenigen, die soeben die X-Kurven erfolgreich hinter sich gelassen hatten. An sonnenreichen Tagen war das lagunenblaue Meer genauso so wie die bezaubernde Landschaft ein ständiger Begleiter.

Die Hotelanlage wurde dabei bewusst für die fünf mitgereisten Ironman-Starter ausgewählt. Mit einem geheizten 25m Aussenpool, den angrenzenden Radstrecken sowie der langgezogenen Promenade entlang der Küste konnte man jede der drei Sportarten unter perfekten Bedingungen trainieren. Es kristallisierte sich aber schnell heraus, dass der Hauptfokus in dieser Woche auf dem Rennrad lag. Wichtig war dabei, die verpassten Trainingskilometer, welche durch den kalten und langen Winter nicht gemacht werden konnten, aufzuholen. Mit weit über 500km haben alle der Mitgereisten die Gunst der Stunde genutzt und so einen wichtigen Grundstein in Richtung Ironman 70.3 in Rapperswil gelegt. Auch die teilweise sehr starken Windböen sowie der Schnee in den höheren Lagen der Insel konnte die Athleten nicht vom Training abhalten. Wichtiger Nebeneffekt war die kulinarisch hervorragende Küche. Mit einem reichhaltigen Frühstück- und Abendbuffet konnten die verbrannten Kalorien auf gesunde Art und Weise wieder aufgenommen werden.

Im Hinblick auf den Ironman stellt sich immer mehr die Frage nach dem schnellsten Diembergler. Einige konnten sich in dieser Woche schon sehr gut in Szene setzen, jedoch ist es zu früh, um schon einen Favoriten auszumachen. Auf weitere gemeinsame Trainingsstunden freuen sich alle.

