

# Istrien 2016



Radsportwoche vom 19.-26.03.2016

Bericht von Uwe Büttner

Es muss nicht immer "Malle" sein.

In diesem Jahr zog es uns nach Istrien, der mit ca. 3500 km<sup>2</sup> größten kroatischen Halbinsel an der nördlichen Adria zwischen dem Golf von Triest und der Kvarner-Bucht vor Rijeka.



Die lange Anreise von über 1000 km mit zwei Transportern und einem PKW war zwar Zeit- und Mautintensiv, doch es sollte sich lohnen.



Istrien bietet alles, was das Radlerherz begehrt: Kleine Berge, große Berge, kleine Wellen und steile Rampen. Wunderschöne Landschaften und freundliche Menschen runden das Ganze ab.

Unser Hotel Valamar-Pinia\*\*\* in Poreč direkt am Strand der Adria bot mehr als seine drei Sterne vermuten ließen. Ob Frühstücks- oder Abend-Büffet, ob Sport- oder Wellnessangebote, sowie Zimmer und Service: einfach nur Klasse!

In Kooperation mit Experten von Radsportreisen „Istria-Bike“ wurden Programme speziell für Rennradfahrer und Triathleten angeboten. Zur Auswahl standen geführte Trainingstouren für jeden Leistungsanspruch, Lauf-, Schwimm- und Fahrtechnik-Kurse, Vorträge rund um das Thema Sport, ein perfekter Service einschließlich Sitzpositions-Analyse und vieles mehr.



Unsere Trainingstouren führten wir zum großen Teil in Eigenregie durch. Auf den verkehrsträchtigen Hauptstraßen war es zwar etwas anstrengend mit unseren Rädern, aber wir fühlten uns auch nicht vom Verkehr bedroht. Wenn gehupt wurde, dann in aller Regel, um zu grüßen.



Auf den Nebenstraßen war es dagegen viel ruhiger. Dafür war dann eben auch mal eine Baustelle zu passieren.



Wir fuhren durch so manch idyllisches Dörfchen und lernten eine wundervolle Landschaft kennen. Wie schön muss es hier erst wohl im Sommer sein. Manchmal stiegen wir dann vom Rad, um zu schauen, zu fotografieren oder eine Cappuccino-Pause einzulegen.



Unsere Frauen absolvierten in dieser Woche ein beachtliches Pensum an Kilometern und Höhenmetern. Wenn der eine oder andere Anstieg zu gewaltig war, wurde oben auf dem „Gipfel“ halt eine Pause gemacht.



Die Defektheze gibt es auch in Kroatien und erwischte Hanni gleich mehrfach. Einmal kamen wir gerade noch rechtzeitig zu Hilfe und konnten verhindern, dass sie mit einem Wohnmobil ins Ziel rollte.

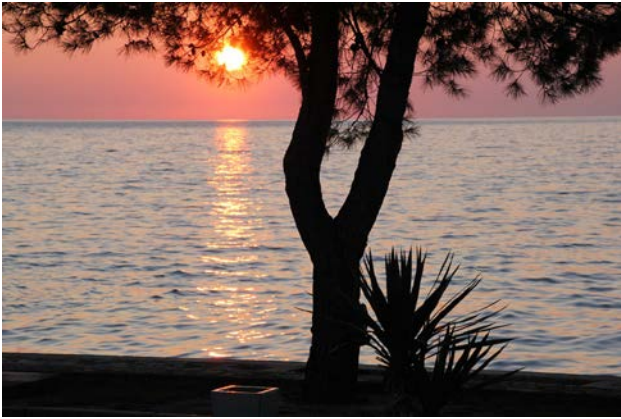


Der Mittwoch war wettertechnisch nicht so prickelnd. Diesen nutzen wir, um uns Poreč etwas näher anzuschauen.

Am Donnerstag wollte es der „harte Kern“ etwas schärfer angehen und löste sich von der Truppe. Bei den 130 km und ca. 2200 Hm waren Rampen von bis zu 17% zu meistern.

Besonderen Respekt verdienen sich an diesem Tag Siegfried mit seinen 74 Lenzen und Werner Schimrick, der mit einer 12-25er Kasette unterwegs war. Völlig dehydriert, aber zufrieden erreichten sie das Ziel. Zur Belohnung gab es basische Getränke mit Schaum oben drauf.





Nach einem anstrengenden Tag war ein Abendspaziergang am Strand eine wohltuende Abwechslung. Besonders schön anzusehen war der Sonnenuntergang über dem Meer.



Den letzten Tag einer viel zu schnell vergangenen Woche nutzten wir für eine Fahrt ins Künstlerdorf Grožnjan.



Hinter uns liegt eine unvergessliche Trainings- und Radelwoche, von deren Eindrücken wir noch eine Weile zehren werden.

Istrien - wir kommen wieder .....

Fotos: Uwe Büttner und Ralf Kirsch