

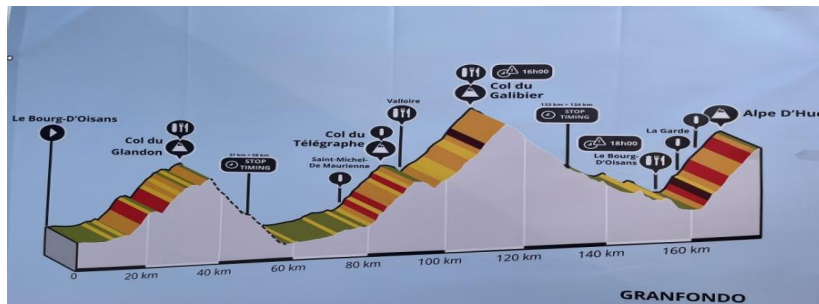
La Marmotte 2024 - ein Bericht von Günter

Col du Glandon - Col du Télégraphe - Col du Galibier - Col du Lautaret und Alpe D' Huez

Große Namen legendärer Alpenpässe und der wohl bekannteste Ort für eine Zielankunft während der Tour de France.

Alle fünf Namen stehen aber auch symbolisch für einen der härtesten Radmarathons für Jedermann, der im Rennkalender zu finden ist:

Marmotte Grand Fondo Alpes



Das sind 174 km mit mehr als 5000 Höhenmetern. Ein Event, welches ich schon in den Jahren 2012 und 2013 gefahren bin und mir am 29.06.2024 wieder (und zum letzten mal !) antun wollte.

Wiedermal planten wir unseren Jahresurlaub, um diesen Termin wahrnehmen zu können.

Dafür bin ich Evy sehr dankbar, so viel Verständnis für mein Hobby ist nicht selbstverständlich...

Unser Ziel für eine Woche war ein uriges kleines und in die Jahre gekommenes Rennfahrer-Hotel im Tal nach Le Barrage, ca. 6 km östlich von Le Bourg-d'Oisans.



Wegen der in Frankreich am 30.06.2024 kurzfristig anberaumten Parlamentswahlen, wurde der Termin des GF Marmotte einen Tag vorverlegt. Dies sollte sich nachträglich betrachtet als „schicksalhaft“ für viele Teilnehmer während des Rennens herausstellen, war doch gerade dieser 29.06. von besonderem Wetter am Col de Galibier geprägt.

Viel Zeit blieb mir nicht um die Höhen zu „verinnerlichen“... einen Tag hinauf zum Glandon und Croix de la Fer...



...eine kurze

Tour hinauf zum Col d'Ornon... mehr war nicht drin. Diese Touren erdeten mich schockierend und ließen mich an meiner Fitness stark zweifeln...

Um ein Gefühl für die anstehenden Strapazen während des Rennens zu bekommen, fuhren wir die beeindruckende Runde mit dem Auto ab. Das war nicht so eine gute Idee, die Berge sind seit meiner letzten Begegnung vor 11 Jahren noch „höher gewachsen“... die Freude auf den Samstag ging gegen „Null“.



Ein Besuch des Meije-Gletschers (3900 m) oberhalb von La Grave war eine besonders beeindruckende Ablenkung...



Danach ging's nach L'Alpe d'Huez zur Anmeldung und Abholen der Startnummer.

Den Freitag nutzten wir zum Wandern und Begutachten möglicher Aufenthaltsorte für das kommende Jahr. Am Abend stand die Entscheidung an, welches Rad gefahren wird... ich entschied mich für mein neues Gravel-Bike, ich erwartete erleichtertes Fahren mit kleinerer Übersetzung und „bequemeres“ Sitzen...

Also: Nummer ran... Kette ölen... Luft auf die Reifen... und hoffen, alles ist richtig.

Die Nacht war kurz und in den Wachphasen von Panikattacken gewürzt.

Samstag, 29.06.2024:



7500 Starter aus ganz Europa fanden sich in den frühen Morgenstunden, bei angenehmen 21 Grad Celsius, im kleinen Städtchen Le Bourg-d'Oisans ein.

Sicher ahnten, wie ich, die wenigsten, wie hart der bevorstehende Tag tatsächlich werden sollte. Bei bestem Marathonwetter ging es über den Col du Glandon (28 km, 1300 Hm), durchs Maurienne-Tal bei straffem Gegenwind mit Orkanspitzen... über den Col du Télégraphe (11 km, 1050 Hm) hinunter nach Valloire, wo es bereits begann mit starkem Wind sehr ungemütlich zu werden.

Auch die Temperaturen gingen, nach bis dahin schwül-warmem Klima, dramatisch in den Keller und machten den Fahrerinnen und Fahrern ab

Valloire hinauf Richtung Galibier sehr zu schaffen. In weiser Vorausschau positionierte der Veranstalter an der Labe in Valloire schon mal zwei Reisebusse mit Fahrradhänger (Besenwagen).



Viele nahmen dieses „Angebot“ dort an und wählten die bequeme und trockene Fahrt über den riesigen Berg. Als ich mich knapp 2 Stunden lang die folgenden 21 km (1300 Hm) hochquälte, fragte ich mich immer öfter, ob die Renner in den Bussen nicht die Schlausern waren. Doch das sollte es nicht gewesen sein. Bereits am Anstieg zum „Schicksalsberg - Galibier“ begann es erst leicht und ziemlich bald in extremer Weise zu regnen und die Temperaturen gingen gefühlt an die Null-Grad-Grenze. Dazu starker Wind... natürlich immer von vorn.

Die Bedingungen wurden immer härter. Wind, heftiger Regen und ein aufziehendes Gewitter, bedrohliche Blitze und erschreckend krachende Donnersalven ließen schon erahnen, was die Abfahrt hinunter vom Pass zum Col du Lautaret mit sich bringen würde. Ungefähr 150 Hm vor dem Gipfel entschied ich mich in strömendem Regen, mit steif gefrorenen Händen, meine Windjacke anzuziehen... es dauerte ca. 10 Minuten... Ich war verzweifelt...!!!

Die Passquerung (noch ca. 120 HM höher) hat uns der Veranstalter wegen des Unwetters erspart. Wir durften den Auto-Tunnel in Richtung südliche Seite des Berges durchfahren. Im Tunnel wehte ein extremer Gegenwind. Mit klappernden Zähnen und nur den Weg ahnend im dunklen Schlauch erreichte ich das ersehnte Licht und die südliche Seite des Berges. Nach Querung des Tunnels am Galibier fanden sich die Fahrer allerdings in einem noch heftigerem Unwetter wieder, das physisch und psychisch jedem Einzelnen das Äußerste abverlangte. Starkregen, Sturm und eisig kalte Temperaturen. Dazu Blitzeinschläge an den Gipfeln der umliegenden 3000er.

An dieser Stelle hätte der Veranstalter das Rennen eigentlich unterbrechen müssen. Ich selbst war am Ende und so durchgefroren, dass ich nicht mehr schalten und bremsen konnte.

Der Souvenirladen mit kleinem Kaffee an der Tunnelausfahrt war die einzige Möglichkeit für mich und hunderte Leidensgefährten... einen Unterschlupf zu finden, einen warmen Kaffee zu trinken und ein paar Decken zum Aufwärmen sowie Schutz vor Regen, Gewitter und Schnee zu nutzen.



Etwas mehr als eine Stunde brauchte ich um meine Finger zu erwärmen... An dieser Stelle muss ich bemerken, dass es mir mit den steifen Fingern und schlotternden Knien leider nicht möglich war, das Elend auf dem Galibier fotografisch zu dokumentieren... Das Rennen in diesem Unwetter doch zu Ende zu fahren... habe ich angesichts der vorfahrenden Busse (Besenwagen) getroffen. Die Aussicht auf besseres Wetter mit jedem Meter abwärts lies mich hoffen. Es gab also alternativ zum Besenwagen nur die Option sich der spektakulären Abfahrt mit 35 km und 2069 Tiefenmetern nach Bourg D'Oisans über den Col d' Lautaret zu stellen. Gefährliche Windverhältnisse führten zu einigen Stürzen, wovon ich verschont wurde.

Für mich galt es nun die Zeitverluste ein wenig aufzuholen um nicht nach dem Gruppeto und außerhalb der Karenzzeit im Ziel zu sein. Ich freute mich über jeden einzelnen Sonnenstrahl, der half die nassen Radklamotten während der rasanten Abfahrt wieder zu trocknen. Nach einer letzten Stärkung in Le Bourg-d'Oisans warteten die finalen 14 km und 1118 Hm hinauf nach Alpe d'Huez

zum Zielstrich.

Diesen erreichte ich mit letzten Kraftreserven und zwei kurzen Streckenabschnitten zu Fuß, völlig fertig aber glücklich.



Kehre 11... zum Ziel...



Trotz oder gerade wegen aller Wetterkapiolen ein Tag auf dem Rad, welchen ich nicht so schnell vergessen werde.

FINISHER... eine Stunde vor Schließung der Zeitnahme... ich hoffte es besser hinzubekommen, aber die Anzeichen (s.o.) habe ich wohl nicht realistisch interpretiert.

Es ist eine wundervolle Runde... bei schönem Wetter mit Sonne ist es unbeschreiblich eindrucksvoll.

Ach so, ich startete erstmalig in der Kategorie M70 (siebzigstes Lebensjahr aufwärts), hier bin ich Letzter geworden... Aber - wenn ich mir das schön rede, es waren in dieser Altersklasse 20 Starter, ich war im Ziel 10., 10 Starter DNF (nicht das Ziel erreicht)...

Noch viele Tage musste ich meine offenen Wunden im Sitzbereich pflegen.

Nach einem Tag Erholung und einer schönen Wanderung im Skigebiet von Vaujany ging es noch eine Woche in die See-Alpen (Hochprovence) an den Lac de Saint-Croix.

Die traumhafte Umgebung in den Schluchten von Verdon, die Parfüm-Stadt Grasse und die Kulturstadt Aix-en-Provence, mit klassischen Fotos im Lavendelfeld, rundeten unseren wundervollen Urlaub ab.

