

RennRad

TEST: GERÄTE & PROGRAMME

ROLLENTRAINER

FUNKTIONEN, BEDIENUNG, PREIS-LEISTUNG & TRAININGS-TIPPS

ESSEN FÜR MEHR LEISTUNG

Nahrungsergänzungsmittel und mehr: Tipps der Profis & Effekte

Effizienter trainieren: drinnen & draußen

WINTER-TRAINING: PLÄNE

Extra: Die Basis für den Sommer legen – Studien & Top-Einheiten

ABENTEUER: UM DIE WELT

Pässe, Wüsten, Eis: Himalaya Anden & Co. – Reisen & Material

SONNE & TRAUM-STRECKEN

Rennen, Berge, Meer: Erlebnis Südafrika & Trainingslager-Tipps

KRANKHEIT & ABENTEUER

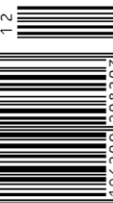
8000 Kilometer bis nach Indien: vom Krebspatienten zum Sportler



TEST: TADEJ POGAČAR'S TEAMRAD
COLNAGO Y1RS

PROFI-RENNRÄDER

RADTEST: LEICHT & SCHNELL – RÄDER VON COLNAGO, PINARELLO, CANYON, TREK & CO.



12

4 119620 91208203

DEUTSCHLAND € 8,20 · ÖSTERREICH € 9,00 · BENELUX € 9,40 · ITALIEN € 11,00 · SPANIEN € 11,00 · SCHWEIZ SFR 13,20 · ISSN 1861-2733



BMC

Create Speed.

Technology

Cycling

Swiss

Since their founding in Switzerland over 25 years ago, BMC has been dedicated to building innovative performance bicycles. With their Swiss located HQ, including their own R&D facility - the Impec Lab, BMC has continuously pushed the boundaries of cycling technology - becoming a brand synonymous with speed, reliability, and performance, and wealth of worldclass athletes.

BMC - Create Speed.



SCAN ME.



WINTER-TRAINING-EXTRA, REISEN UND PROFI-RÄDER

Es ist das Rennrad-Modell, mit dem die größten Siege geholt wurden: das Y1Rs von Colnago. Dies ist Tadej Pogačars Arbeitsgerät. Es ist 17.060 Euro teuer und sieht spektakulär aus. Aber fährt es sich auch so? Die Antwort liefert unser Testbericht. Gewicht, Aerodynamik, Ausstattung, Fahrverhalten, Komfort und mehr: Der große Radtest dieser Ausgabe dreht sich um die Teamräder der Profis – dafür haben wir die Top-Race-Modelle von BMC, Cube, Canyon, Rose, Pinarello und weiteren Herstellern intensiv getestet. Im zweiten großen Vergleichstest innerhalb dieses Magazins widmen wir uns einem Produktbereich, den die meisten ambitionierten Radsportler in den Wintermonaten – teils sehr exzessiv – nutzen: Rollen-Trainer und die entsprechenden Online-Trainings-Plattformen. Im Rahmen dessen haben wir drei Einstiegs-Rollentrainer und zwei Indoor-Bikes verglichen – unter anderem von Garmin, Elite, Wahoo und Zwift – sowie die Trainings-Programme von Tacx, Rouvy, Zwift, MyWhoosh und Wahoo ausführlich getestet. Wir zeigen die Stärken, die Schwächen, die Besonderheiten, die Kauf- und die Preis-Leistungs-Tipps. Im vorderen Teil dieses Magazins liefern wir zudem viel Inspiration für neue Ziele – im wörtlichen wie im übertragenen Sinn: Unsere Reporter erlebten Rad-Abenteuer in Südafrika, den USA, Bolivien oder Tibet.

David Binnig

DAVID BINNIG | CHEFREDAKTEUR



ZAHLEN DES MONATS

6,47

KILOGRAMM



wiegt das Benotti Blade SL, das leichteste Rad unseres aktuellen Tests. Weitere Profi-Räder & Race-Modelle finden Sie im Radtest ab der **SEITE 58**.

30.000

TEILNEHMER



sind jährlich bei der Cape Town Cycle Tour in Südafrika am Start, dem größten Jedermannrennen der Welt. Den großen Erlebnis-Report finden Sie ab der **SEITE 14**.

14



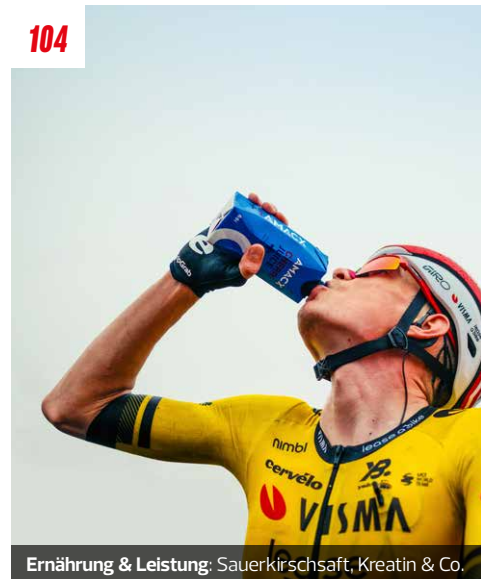
Südafrika: Das größte Radrennen der Welt. Meer, Berge, Sonne und 30.000 Teilnehmer – das ist die Cape Town Cycle Tour. Reportage & Touren-Tipps

42



Extrem: 2022 erhielt John W. Müller eine Krebsdiagnose. 2026 fuhr er 8000 Kilometer bis zum Taj Mahal

104



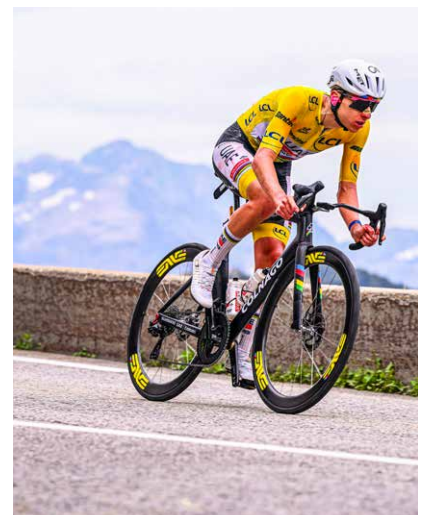
Ernährung & Leistung: Sauerkirschsaft, Kreatin & Co.

58



Radtest-Spezial: Acht Teamräder der Profis im Vergleich. Mit Modellen von Trek, Pinarello, BMC und Co.

Titelbild: Cor Vos
Ort: L'Alpe d'Huez, Isère, Frankreich



Fotos: Gideon Heede, Golazo, Jonathan Rawle, Cor Vos, Tacx/Garmin, Amacx

INHALT

AUSGABE

11-12 / 2026



ER·FAHR·EN

Auftakt: Menschen, Szene, Geschichten 8

News, Termine, Leitartikel: Von Glück, Bewegung und Bildung. Ursachen, Entwicklungen & Maßnahmen

Südafrika: Traumstrecke & das größte Rennen 14

Meer, Berge, Sonne und 30.000 Teilnehmer – das ist die Cape Town Cycle Tour. Reportage & Touren-Tipps

Abenteuer: Himalaya, Sibirien, Tibet, Hawaii & Co. 28

Die höchsten Pässe der Erde, Wüsten, Schnee & Eis – Otto Petrovic fuhr überall mit dem Rad. Einblicke

Extrem: 8000 Kilometer von Berlin nach Indien 42

Vor vier Jahren erhielt er eine Krebsdiagnose. 2026 fuhr John W. Müller in 100 Tagen nonstop bis zum Taj Mahal

TEST & TECHNIK

Neuheiten: Laufräder, Schuhe, Pedale und mehr 46

Das neue Canyon Grail, Pedale von Shimano mit niedriger Bauhöhe, Laufräder von Leeze & mehr

Radtest-Spezial: acht Profi-Räder im Vergleich 58

Die Teamräder der Profis im großen Vergleichstest: Mit Modellen von Trek, Pinarello, Cube, BMC, Rose und Co.

Test: Trainings-Plattformen & Rollentrainer 70

Effektiv trainieren, unabhängig vom Wetter: aktuelle Indoor-Plattformen und Rollentrainer im Vergleich

Traumrad des Monats: das Pinarello Grevil F9 86

Agil und geländegängig, vielseitig und besonders – das aktuelle Traumrad in der Übersicht & im Test

Performance, Protection, Firmengeschichte 88

100 Jahre uvex – Tradition, Handwerk und Moderne. Entwicklungseinblicke & Rückblick. Ein Firmenportrait

TRAINING

Auftakt: Wissen, Tipps & Fitness-Rezept 92

Studie: Training und Atmung. Plus: Rezept – Essen wie die Profis des Teams Red-Bull-Bora-Hansgrohe

Winter-Training: Laufen, Ski & Co. – Tipps 94

Alternativsportarten für Radsportler: Einheiten, Trainingspläne und Top-Touren im Tannheimer Tal

Extra: Nahrungsergänzung & Leistung 104

Sauerkirschsaft, Kreatin, Rote Bete & Co.: Studien, Effekte und mehr – Insides und Tipps der Profis

PELOTON

Portrait: Sturz, Comeback und Erfolg 116

Michael Gogl verletzte sich 2022 bei einem Sturz schwer. 2026 wurde er Staatsmeister. Einblicke

REISE

Istrien: Radrennen, Anstiege & Top-Touren 124

Ein 300-Kilometer-Rennen, eine Top-Rennrad-Region und eine Serien-Siegerin im Portrait. Plus: Touren-Tipps

Impressum Seite 123

WINTER-TRAINING & TOUREN

Drinne oder draußen? Lange ruhige Einheiten oder kurze Intervalle? Alternativsport? Krafttraining? Viele Radsportler stellen sich vor jedem Winter dieselben Fragen. RennRad liefert Antworten. Auf den folgenden Seiten finden Sie Hintergründe, Tipps, Einheiten und Pläne für ein effizientes Winter-Training. Denn auch wenn der Spruch schon „einen Bart“ hat, so ist er doch wahr: Die Erfolge des Sommers werden im Winter gemacht. Denn dann erarbeitet man sich die Basis, auf der man später seine Top-Form aufbauen kann. Hier hat sich in der Sportwissenschaft sehr viel getan. Klar ist: Gerade Hobbysportler mit einem geringen Zeitbudget haben heute viele Möglichkeiten. Das Training ist für Viele deutlich zeit-effizienter geworden. Passend dazu haben wir für diese Magazin-Ausgabe auch aktuelle Rollentrainer und Trainingsprogramme getestet. Unser großer Trainings-Artikel dreht sich zudem um die Effekte anderer Sportarten und Belastungen. Hier liegen für viele Hobbyathleten noch deutliche Leistungsreserven. Auch wer während der dunklen kalten Jahreszeit die „Flucht ergreifen“ will, findet in dieser RennRad viel Inspiration und konkrete Informationen: Wir liefern Reise-Tipps zu beliebten und exotischen Destinationen, zu Pässen, Touren und mehr. Noch mehr zu Training, Rädern, Komponenten, Rad-Reisen, Tipps der Profis und Co. finden Sie in unseren großen digitalen Sonderausgaben, hier:

www.tinyurl.com/SpezialRR



R U N D

U
M
S



KAP

MEER, BERGE, SONNE UND 30.000 MENSCHEN
AUF FAHRRÄDERN – ES IST DAS GRÖSSTE
RAD-EVENT DER WELT MIT EINER
ZEITNAHME, IN DER VIELLEICHT SCHÖNSTEN
STADT DER WELT: DIE CAPE TOWN CYCLE
TOUR. RENN-ERLEBNIS, REPORTAGE &
TOUREN-TIPPS AUS SÜDAFRIKA.

Text: Stefan Löffler

Fotos: Nic Bothma, Sam Clarke/Golazo CT,
James Cameron Heron

6:30 Uhr. Es dämmt. Geordin Hill-Lewis, der Bürgermeister von Kapstadt, schickt unsere Gruppe mit einem Schuss aus der Startpistole auf die 109 Kilometer lange Runde. Später wird er selbst an den Start gehen. Mit einem E-Bike. Hier ist fast alles erlaubt. Rennräder, Mountainbikes, Tandems, Anhänger – ich sehe sogar Teilnehmer auf Einrädern. Viele tragen Rennrad-Trikots, andere starten im T-Shirt und kurzer Hose, im Business-Anzug oder in bunten Kostümen. Dies ist kein normales Rennen. Bei der Cape Town Cycle Tour gehen jedes Jahr über 30.000 Teilnehmer an den Start. Kein Jedermann-Event ist größer – und keines bietet eine ähnlich eindrucksvolle Szenerie. In Deutschland herrscht Anfang März noch meteorologischer Winter. Hier auf der Südhälfte ist Spätsommer. Schon früh am Morgen liegen die Temperaturen bei angenehmen 15 Grad Celsius. Der Himmel ist blassblau. Kurz nach Sonnenaufgang fällt das erste Licht auf die oberen Hänge des berühmten Tafelbergs. Dies ist kein normaler Rennstart. Wir sind die fünfte von fast 50 Startgruppen. Aus den Lautsprecherboxen am Straßenrand schallt laute Musik. Nach dem Startschuss zieht das Tempo gleich an. Über die Strand Street geht es vorbei am Castle of Good Hope, einer Festungsanlage aus dem 17. Jahrhundert, und weiter auf den Nelson Mandela Boulevard. In Südafrika herrscht Linksverkehr. Drei der sechs Fahrspuren sind für das Rennen und den motorisierten Verkehr gesperrt. Der Boulevard ist benannt nach dem wohl bekanntesten Südafrikaner: Nelson Mandela. Er verbrachte 27 Jahre als politischer Gefangener in Haft, die meiste Zeit davon auf Robben Island vor der Küste Kapstadts. Nach seiner Freilassung 1990 wurde er zu einer der zentralen Figuren beim friedlichen Übergang von der Apartheid zur Demokratie. 1993 erhielt er gemeinsam mit dem damaligen Präsidenten Frederik Willem de Klerk den Friedensnobelpreis für ihren Beitrag zur Beendigung der Apartheid. Ein Jahr später fanden die ersten demokratischen Wahlen Südafrikas statt. Mandela wurde zum ersten schwarzen Präsidenten des Landes. Heute steht sein



WELT

WELT

**DIE HÖCHSTEN PÄSSE DER ERDE, WÜSTEN, SCHNEE UND EIS
– ER HAT ALLES ERLEBT UND ERFAHREN: TIBET, HAWAII,
SIBIRIEN, SÜDAFRIKA, TANSANIA – OTTO PETROVIC WAR
ÜBERALL, MIT DEM RAD. EINBLICKE, AUSZÜGE AUS SEINEM
BUCH, INTERVIEW & REISE-TIPPS.**



Text: Otto Petrovic, David Binnig **Fotos:** Otto Petrovic, pexels

RennRad: Herr Petrovic, Anden, Himalaya, das tibetische Hochplateau – wie ist das Radfahren in diesen Extrem-Regionen?

Otto Petrovic: Das Wichtigste ist erstmal, dass man sich in der Höhe ganz akklimatisiert – dass man schrittweise hoch- und runterfährt beziehungsweise die Nächte dann wieder in tieferen Lagen verbringt. Macht man das nicht, kann man höhenkrank werden. Am Mauna Kea auf Hawaii ging das nicht – den bin ich an einem Stück hochgefahren, von null auf 4300 Meter über dem Meer. Je höher man kommt, desto langsamer wird man. Man hat das Gefühl, man wird ein alter Mensch. Ich nutze in Höhenlagen immer einen Pulsoxymeter, um den Sauerstoffgehalt im Blut zu messen – das ist wichtiger als ein Wattmesser. Ich habe erst mit 50 Jahren mit dem Radsport begonnen – den Mauna Kea bin ich im Jahr danach gefahren. Da bin ich blauäugig rangegangen. Von den letzten Kilometern jenseits der 4000 Meter weiß ich nicht mehr viel.

Welcher der vielen, vielen Pässe in vielen, vielen Ländern war für Sie der schönste und welcher der härteste von allen?

Der härteste war wahrscheinlich der Khardung La im Himalaya, der bis auf mehr als 5300 Meter führt. Wegen der Höhe soll man sich nicht lange oben aufhalten. Am Tag vor der Tour habe ich meinem Freund Jacob Zurl, der auch dabei war und der nach wie vor den Weltrekord für die schnellste Himalaya-Überquerung mit dem Rad hält, gesagt, dass ich von oben auf die pakistanische Seite runter- und dann noch einmal hochfahren will. Das habe ich dann auch gemacht. Die Region ist die einzige, in der sich zwei verfeindete Atom-Mächte direkt gegenüberstehen, Indien und Pakistan. Ich bin, nach der Auffahrt von der indischen Seite, bis zum letzten Militärcheckpoint an der pakistanischen Grenze gefahren. Dort habe ich umgedreht und bin nochmal auf den Khardung La hinauf. Da gab es keinen Asphalt mehr – man fuhr

„MUT KENNT KEINE GRENZEN“





Interview: Andreas Haslauer **Fotos:** John W. Müller, Pexels, Privat

8000 KILOMETER FUHR ER MIT DEM RAD – VON BERLIN NACH INDIEN. VIER JAHRE BEVOR ER LOSFUHR, ERHIELT ER EINE DIAGNOSE, DIE ALLES ÄNDERTE: KREBS. ES FOLGTEN ZEHN MONATE KRANKENHAUS, 14 CHEMOTHERAPIEN. „ES WAR DIE HÖLLE“, SAGT JOHN W. MÜLLER. ER IST 26, OFFIZIELL EIN PFLEGEFALL UND ZU 100 PROZENT SCHWERBEHINDERT. WÄHREND SEINER RADREISE BESUCHTE ER ANDERE JUNGE KREBSPATIENTEN. IN SEINEM GEPÄCK: EINE RADHOSE, ZWEI TRIKOTS UND EINE UNTERHOSE. DIESE TOUR WAR MEHR ALS EIN ABENTEUER.

RennRad: Herr Müller, Sie fuhren in 100 Tagen mit dem Rad von Berlin zum Taj Mahal. 8000 Kilometer am Stück. Warum?

John W. Müller: Weil man mit dem Fahrrad von der Welt viel mehr und viel schneller sehen kann. Und: Ich weiß ja auch nicht, wie viel Zeit mir hier auf diesem Planeten noch bleibt.

Sind Sie als Kind schon Rad gefahren?

Wie jedes andere Kind, nur noch nie ein einziges Mal 100 Kilometer am Stück. Das Einzige, was ich anfangs wusste, war, dass ich, der kleine Allgäuer, einmal ins große Indien fahren möchte. Und ich wollte es nach meiner Krankheit den anderen beweisen.

Was beweisen?

Schauen Sie, hier steht es (Redaktion: John zieht eine Karte hervor): Ich bin zu 100 Prozent schwerbehindert. Auch im Spital wollten sie mir die ganze Zeit erklären und beibringen, dass ich nun ein Pflegefall bin. Darüber hinaus habe ich doch auch etliche Krebs-Patienten kennengelernt, die die Krankheit zwar überstanden, es aber nicht mehr ins Leben zurückgeschafft haben. Sie haben Depressionen, und sind oft stationär untergebracht.

ROLLEN TRAINING

Text: Günther Proske

Fotos: Günther Proske, Frederik Böna, Tacx

Antreten, attackieren, sprinten, den Windschatten des Vordermanns nutzen, gewinnen oder verlieren – und das alles, ohne sich von der Stelle zu bewegen. So funktionieren virtuelle Radrennen auf dem Rollentrainer: Die Anstrengung ist echt – die Bewegung ist virtuell. Mit ihrer Leistung steuern Fahrer einen Avatar durch virtuelle Welten und über fiktive Rennstrecken. Lange galt das Fahren auf der Rolle als „Notlösung“ für kalte Tage oder vereiste Straßen. Inzwischen ist daraus eine eigene Form des Radsports geworden – mit Unterhaltung, Wettkampf und einer weltweit vernetzten Community. Seit 2020 werden Weltmeisterschaften im E-Radsport ausgetragen. Das Angebot an Indoor-Trainingsplattformen hat sich ausdifferenziert. Zwift, MyWhoosh, Rouvy und Co. setzen dabei unterschiedliche Schwerpunkte: von virtuellen Welten und Rennen über reale Streckenvideos bis hin zu strukturierten Workouts und Trainingsplänen. Wir haben die wichtigsten Plattformen getestet und zeigen, was sie bieten, wie sie sich unterscheiden und für welche Trainingsziele sie sich eignen.

Konzepte & Features

Grundsätzlich lassen sich die Plattformen grob in drei Kategorien einteilen: virtuelle Welten, real abgefilmte Strecken und reine Trainingsprogramme. Bei Zwift und MyWhoosh steht die computergenerierte Welt mit Avataren im Mittelpunkt. Kilometer, absolvierte Einheiten, Rennen oder Interaktionen bringen virtuelle Belohnungen, mit denen sich unter anderem die Ausrüstung und der Avatar verbessern lassen. Rouvy etwa kombiniert reale Streckenaufnahmen mit virtuellen Fahrern. Die Strecken werden aus der Ich-Perspektive abgefahren, während der eigene Avatar und bei Gruppenfahrten weitere Fahrer eingeblendet werden. Andere Angebote setzen noch stärker auf die Realität: Statt einer virtuellen Welt stehen abgefilmte Straßen, bekannte Anstiege und Rennstrecken im Mittelpunkt. Wieder andere verzichten weitgehend auf Landschaft und Animationen und zeigen vor allem Wattwerte, Intervalle und Trainingsdaten. Wahoo System gehört in diese Kategorie – hier steht das strukturierte Training im Vordergrund. Daneben unterscheiden sich die Plattformen bei Funktionen wie den sozialen Angeboten, der Gamification, der Trainingssteuerung und der Einbindung von Outdoor-Aktivitäten. Manche setzen auf virtuelle Rennen, Gruppenfahrten und Clubs, andere auf eine möglichst detaillierte Trainingssteuerung. Dazwischen liegen Angebote, die das individuelle Training mit realen Streckenerlebnissen verbinden.

Workouts & Trainingspläne

Der eigentliche Trainingsnutzen der Plattformen geht über das freie Fahren hinaus. Nach wie vor machen sogenannte Free Rides – also Fahrten ohne konkrete Vorgabe – einen großen Teil der Nutzung aus. Wer sein Indoor-Training gezielt zur Leistungssteigerung einsetzen möchte, findet bei den meisten Anbietern strukturierte Workouts und Trainingspläne. Dabei werden Intervalle anhand der individuellen Leistungsfähigkeit gesteuert. Je nach dem Fitnesszustand, der verfügbaren Zeit und dem Trainingsziel kann über festgelegte Zeiträume trainiert werden. Die Plattformen gehen dabei unterschiedlich weit: Manche bieten eine große Auswahl fertiger Workouts, andere erstellen komplette Trainingspläne oder passen diese an den jeweiligen Nutzer an. Die Grundlage bildet häufig ein FTP-Test, mit dem die individuellen Trainingsbereiche bestimmt werden. Bei Wahoo System etwa bilden die Ergebnisse eines „4DP-Tests“ die individuellen Stärken und Schwächen des Fahrers ab. Garmin und andere Anbieter versuchen zunehmend, Trainingsvorschläge an die aktuelle Leistungsfähigkeit und den Erholungszustand anzupassen. Dafür fließen auch zusätzliche Daten von Wearables wie Fitnessuhren und -armbändern ein, etwa zu Herzfrequenz, Schlaf und Erholung. Gerade hier liegt ein großer Vorteil des Indoor-Trainings: Der Widerstand und die Leistung lassen sich präzise steuern und das Training damit kontrollierter absolvieren als draußen. Wer nach einem konkreten Plan trainiert, muss sich weder um Verkehr noch Wetter oder Streckenverhältnisse kümmern. Die Plattform übernimmt einen Teil der Steuerung – der Fahrer muss nur noch treten.



Ausrichtung & Ökosystem

Ein weiterer großer Unterschied ist der soziale Faktor. Während manche Plattformen beim individuellen Training bleiben, stellen andere das gemeinsame Fahren offensiv in den Fokus. Virtuelle Rennen, spontane Gruppenfahrten, Clubs und gemeinsame Events können eine zusätzliche Motivation schaffen. Gerade bei den Rennen geht es längst nicht mehr nur um das Abspulen eines Trainingsprogramms: Die Fahrer treten direkt gegeneinander an, reagieren auf Attacks und versuchen, ihre Leistung taktisch einzusetzen. Auch die Verbindung von Indoor- und Outdoor-Training wird wichtiger. Trainingsdaten lassen sich mit Diensten wie Garmin, Strava oder TrainingPeaks synchronisieren. Absolvierte Fahrten – drinnen und draußen – können somit gleichermaßen in die Trainingshistorie einfließen. Gleichzeitig versuchen einige Hersteller, ihre eigene Hardware und Software möglichst eng miteinander zu verbinden. Rollentrainer, virtuelle Schaltsysteme, Trainingsplattform und Outdoor-Computer stammen dann aus einem Ökosystem und arbeiten entsprechend eng zusammen. Das kann die Einrichtung vereinfachen, es schränkt aber teilweise auch die freie Wahl der Komponenten ein. Beim Preis unterscheidet man bei den Plattformen zwischen Monats- und Jahresabos. Teils sind Plattformen wie etwa MyWhoosh auch kostenlos nutzbar. Einzelne Premium-Funktionen kosten aber extra. Oft ist die Software zudem über den Kauf eines Rollentrainers für einen begrenzten Zeitraum kostenlos nutzbar. Für die Entscheidung zählt daher nicht allein der Abo-Preis, sondern auch, welche Funktionen tatsächlich benötigt werden und wie häufig die Plattform genutzt wird. Die Unterschiede zeigen sich demnach unter anderem auch bei der Frage, wie Indoor-Radsport betrieben werden soll: als virtuelles Rennen mit anderen Fahrern, als strukturierte Trainingseinheit oder als möglichst realistische Fahrt über eine bekannte Strecke. Auf den folgenden Seiten zeigen wir, wie die einzelnen Plattformen diese unterschiedlichen Ansprüche umsetzen. //



VORSCHAU

RENNRAD 1-2 | 2027

ERSCHEINUNGSTERMIN:
15. DEZEMBER



RADTEST-SPEZIAL: TRAUMRÄDER

Leicht, schnell, individuell und selten: Traumräder im Vergleichstest.
Mit den Top-Modellen von Look, Cervélo, Argon 18, Trek und vielen weiteren.



ERLEBNISSE & TIPPS: 11.000-HÖHENMETER-EVENT

DRESDEN-DOLOMITEN NONSTOP

Drei Länder, 800 Kilometer und mehr als 11.000 Höhenmeter am Stück. Erlebnisse, Strecke, Material- und Trainings-Tipps.



PASSFORM, ISOLATION, ROBUSTHEIT & PREIS-LEISTUNG

TEST: WARM & WETTERFEST

Radbekleidung für den Herbst und Winter: Jacken und Radhosen von Assos, Maap, Santini, Gobik und vielen weiteren im Test.



SCHRITTE, SCHLAF, HERZFREQUENZ, ERHOLUNG, STRESS

FITNESS-DATEN AM HANDGELENK

Whoop, Apple Watch, Garmin, Oura Health & Co. – was bieten smarte „Wearables“? Studien, Funktionen, Daten und Kauf-Tipps.

Fotos: Gideon Heerde, Philipp Zieger Photographie, Pixels, Fancy Crave / Unsplash



www.radsport-rennrad.de



[rennradmagazin](#)



[radsportmagazinrennrad](#)

“

„Vielleicht passiert so etwas nur einmal im Leben.“

Enric Mas, Team Movistar, Vuelta-a-España-Gesamtsieger 2026 nach der finalen Etappe

DT SWISS TRACKR SPEED



In Zusammenarbeit mit Wahoo haben wir einen geschwindigkeitsoptimierten Sensor für die Hinterradnabe entwickelt, der jede Radumdrehung in präzise Daten übersetzt. Das kompakte, integrierte Design ist perfekt auf SPLINE und DICUT Naben abgestimmt. Ausgelegt auf Komfort und Langlebigkeit – für maximale Konzentration auf deine Fahrt.

Scanne den QR-Code und erfahre mehr.

DT SWISS ENGINEERING PERFORMANCE



BENOTTI

by ax-lightness

GRAVEL R

Für ultimative Performance abseits der Straße.



Dank optimiertem Faseraufbau im **ultraleichten Gravelrahmen aus T1000-Carbon** startet das **BENOTTI GRAVEL RACE** Komplettbike **ab 6,8 kg**, exakt auf UCI-Gewichtslimit. Die rennerprobte Carbon-Konstruktion garantiert maximale Effizienz auf rauem Terrain und bei schnelle Passagen.

Das macht das **GRAVEL RACE** zu einem der **leichtesten Gravelbikes auf dem Markt**.

4.499,- € **Ab 3.999,- €**



RACE WITH US