

RennRad

DAS BESTE FÜR 2024:
NEUHEITEN
RÄDER, TEILE & MEHR

ALPEN: PÄSSE & TOP-TOUREN

Traum-Strecken: unbekannte Pässe, Routen & Geheimtipps

Rad-Lampen und Lichtanlagen getestet

TEST: 17 AKKU-LICHTER

Vergleich & Kaufberatung: ab 23 € – Vorder- & Rücklichter

TEMPOHÄRTE & ZEITFAHREN

Report & Training: Vorbereitung Mehr Tempo im Flachen – Tipps

EINE MILLION HÖHENMETER

Weltrekord: Top-Bergfahrer im Portrait & schneller bergauf

TRAINING: NEUE INTERVALLE

Einheiten & Effekte: Studien Mitochondrien, Trainingspläne



ALLROAD-RÄDER

RADTEST: 9 RÄDER FÜR STRASSE & GELÄNDE VON CANYON, COLNAGO & CO.





ALPEN, ALLROAD-RÄDER & NEUHEITEN

Sommer, Sonne, Berge – das gehört für viele Radsportler zusammen. Wir haben für diese RennRad-Ausgabe etliche höhenmeterreiche Traum-Touren in den Alpen und „Geheimtipps“ zusammengetragen: weniger bekannte lange, steile, schöne, ruhige Anstiege. Auch unser großer Radtest dieser Ausgabe steht unter dem Motto „Freiheit“, denn die getesteten Räder lassen einem die Wahl: die Wahl des Untergrundes. Asphalt, Wald- und Feldwege, Schotterstrecken und Pfade – die neun Allroad-Modelle dieses Tests sind für alles geeignet. Mit ihren breiteren Reifen und ihren Allround-Ausstattungen sind sie Räder für fast alle Fälle. Renn-, Zeitfahr- und Gravelräder sowie Zubehör und Komponenten wie Schaltgruppen, Laufräder, Helme und viel mehr stehen im Mittelpunkt unserer großen Neuheiten-Strecke: Was ist neu, was ist besonders, was ist innovativ? Dies zeigt unser Schwerpunkt-Artikel zu den relevantesten Neuheiten

des Rennradmarktes. Mit Bergen und Anstiegen hat auch eine der großen Reportagen dieses Magazins zu tun: Unser Protagonist hat den Weltrekord für die meisten gefahrenen Höhenmeter innerhalb eines Jahres gebrochen. Er fuhr unter anderem 52 Mal je ein „Everesting“, 8848 Höhenmeter am Tag – plus noch etliche weitere Berg-Touren und somit insgesamt eine Million im Jahr. Das Berg- steht genauso im Fokus dieses Magazins wie das Tempo- beziehungsweise Zeitfahr-Training im Flachen. So kann jeder die seinen Stärken und Vorlieben entsprechenden Trainingspläne finden. Viel Spaß auf dem Rad – ob im Flachen oder in den Bergen.

David Binnig

David Binnig | Chefredakteur



ZAHL
DES
MONATS 1

7,63
KILOGRAMM

wiegt das Colnago C68 Allroad, das leichteste Rad dieses besonderen Testfelds. Den Testbericht finden Sie ab der **Seite 60**.

ZAHL
DES
MONATS 2

2600
KILOMETER

absolvierte unsere Protagonistin auf ihrem Weg vom Atlantik ans Mittelmeer beim Race Across France. Den Report finden Sie ab der **Seite 28**.

16



Extrem-Radsport: 52 „Everestings“ in einem Jahr – und insgesamt eine Million Höhenmeter: Portrait & Trainingstipps

28



2600-Kilometer-Rennen: das Race Across France 2022 im Selbstversuch

94



Trainingstipps: Ausdauer, Intervalle & mehr

66



Radtest: Allroad-Rennräder – neun vielseitige Modelle im großen Vergleichstest

Titelbild: Tornanti.cc
Ort: Madonna di Ghisallo, Italien



INHALT

AUSGABE 9 | 2023



ER·FAH·REN

Auftakt: Menschen, Szene, Geschichten 10
News, Termine, Leitartikel: Radfahrer als Feindbild medialer Kampagnen. Stereotype & Pauschalurteile

Extrem: 1 Million Höhenmeter & Trainingstipps 16
52 „Everestings“ in einem Jahr – und ein Weltrekord: Jack Thompson im Portrait. Hintergründe & Training

Abenteuer: Vom Atlantik ans Mittelmeer 28
2600 Kilometer, 40 Pässe und 37.000 Höhenmeter – das Race Across France 2022 im Selbstversuch

Reportage: Zeitfahren & Tempohärte 36
Fahrtechnik, Taktik, Kraft und Ausdauer: Das sind Team-Zeitfahren. Einblicke, Strecken & Trainingstipps

Alpen-Spezial: Pässe, Anstiege & Top-Touren 44
Ruhig, steil, schön – Tipps abseits der großen Pässe in Deutschland, Österreich, Italien, Frankreich & Co.

TEST & TECHNIK

Auftakt: Reifen, Zwift Play, Aero Sleeves & mehr 58
Pirellis neuer Wettkampfreifen, Spiele-Controller von Zwift, Swiss Sides Aero Calf Sleeves und mehr

Radtest-Spezial: Allroad-Rennräder 60
Neun Allroad-Modelle im großen Vergleich. Mit Rädern von Canyon, Colnago, Ridley, Felt und Co.

Neuheiten: Helme, Bikes, Laufräder & Co. 72
Neue Radmodelle, Gruppen und vieles mehr für die kommende Saison. Der Überblick mit ersten Tests

Vergleichstest: 17 Rad-Lichter ab 23 Euro 82
Leuchtstärke, Akku-Laufzeit, Preis-Leistung und mehr. Mit Modellen von Lupine, Knog, Sigma & Co.

TRAINING

Auftakt: Wissen, Tipps & Fitness-Rezepte 92
Studie: die Effekte unterschiedlicher Kurbellängen. Plus: Rezept – Essen wie die Bora-Hansgrohe-Profis

Training: Leistungsreserven & Intervalle 94
Die Rolle der „Kraftwerke der Zellen“ – Einblicke, Studien, Trainingseinheiten, Effekte und mehr

Radmarathon-Analyse: Bericht & Vorbereitung 102
215 Kilometer und 3500 Höhenmeter: das ist der Radmarathon Tannheimer Tal. Wattzahlen & Training

PELOTON

Hintergrund: Women's Cycling Grand Prix 112
Im Juli fand in Stuttgart zum ersten Mal ein neues Frauen-Rennen statt. Die Hintergründe & die Strecke

Top-Talent: Studium & Entwicklung 114
Ricarda Bauernfeind ist eine Aufsteigerin der Saison. Die Hintergründe, ihr Alltag, ihr Training und ihr Team


Tourmalet & Angliru: die Vuelta-Strecke 118
Sieben Bergankünfte, weitere Bergetappen und zwei Zeitfahren: die Highlights und Favoriten

Portrait & Inside: die Pavé-Spezialistin 120
Sie ist derzeit die wohl beste Kopfsteinpflaster-Fahrerin Deutschlands: Romy Kasper. Ihre Entwicklung & Ziele

REISE

Graveln in Tirol: Top-Strecken & Tipps 124
Steile Wege, hohe Berge, Täler und Seen – all das bietet „Gravel.Tirol.“ Geheimtipps & Traum-Touren

Impressum Seite 123



52 X 8848 HÖHENMETER
AM TAG - UND INSGESAMT
EINE MILLION IM JAHR.
JACK THOMPSON IST EIN
EXTREM- UND REKORD-
RADSPORTLER. HIER GIBT
ER EINBLICKE IN EIN JAHR,
IN DEM ER NUR EINS
WOLLTE: **HINAUF.**

DER HÖHEN MILLIONÄR

HÖHENMETER

1.000.000

T O U R F R A



Text: Sara Hallbauer **Fotos:** Quentin Iglesias

**VOM ATLANTIK ANS MITTELMEER,
ÜBER RUND 40 PÄSSE UND 2600
KILOMETER MIT 37.000 HÖHEN-
METERN, ALLEIN OHNE JEDE HILFE:
DAS IST DAS RACE ACROSS
FRANCE. DER SELBSTVERSUCH.**

Ich habe Angst – nicht vor der Strecke, die vor mir liegt, nicht vor dem Gegenwind, nicht vor dem Schlafentzug, nicht vor Hitze, Kälte, Regen. Sondern: vor diesen ersten Metern, vor der Blamage. „Möge der Wind Dich bis an die Mittelmeerküste tragen“, brüllt Arnaud, der Veranstalter des Race Across France, ins Mikrofon und gibt mir einen ordentlichen Klaps auf die Schulter. Es ist ein Samstag im Juni, 18.48 Uhr: Ich rolle von der Bühne die steile Rampe auf die Promenade hinunter. „Popo nach hinten, Popo nach hinten“, brüllt eine Stimme in meinem Kopf. Ich habe Angst vor einem Sturz. Hier. Jetzt. Vor all den Leuten. Nicht mal eine Sekunde nach dem Start. Doch: Es geht gut. Ich rolle gerade aus. Zwischen Hunderten Zuschauern entlang, die

DE NICE

2.0

RACEACROSSFRANCE




applaudieren. Dies ist der Beginn. Ich spüre die Kraft des Windes, der vom Meer herüberweht. Ich bin an der Küste des Ärmelkanals – 45 Kilometer entfernt liegt England – in Le Touquet-Paris-Plage, an der Côte d'Opale. Mein Ziel: Innerhalb von maximal zehn Tagen einmal durch Frankreich fahren. Von der Atlantikküste im Norden über 2600 Kilometer und 37.000 Höhenmeter – darunter die Alpen – ans Mittelmeer nach Mandelieu-la-Napoule.

Meer & Wind

Hier und jetzt beginnt mein Abenteuer: das Race Across France. Ich bin eine von leider nur drei Frauen, die hier auf die Langstrecke gehen. Alle Teilnehmer können im Team oder alleine in den Kategorien „Supported“ oder „Unsupported“ starten und sich entscheiden, ob sie 300, 500, 1.000 oder 2600 Kilometer fahren wollen. Ich entscheide mich für die lange Route – und

breche alleine zu meiner eigenen Tour de France auf. Zur Tour de France der Bikepacker. Klar ist: Ich werde die ganze Fahrt über alleine bleiben. Windschatten-Fahren ist bei diesem Rennen erlaubt. Jeder startet alleine nacheinander im Minutentakt in der Reihenfolge der Anmeldung. Ich bin motiviert. Ich fühle mich gut. Zu gut vielleicht, denn ich starte viel zu schnell mit der typischen Übermotiviertheit, die sich während Langdistanz-Rennen quasi immer rächt. Irgendwann. Später. 33, 34, 36 km/h. Ich fahre über meinem Schwellenwert. „Sara, das hier ist ein Marathon und kein Sprint“, denke ich mir noch. Doch ich kann nicht anders. Ich habe ewig auf diesen Startschuss gewartet. Wer hat eigentlich beschlossen, solch ein Event erst am Abend beginnen zu lassen? Ich als 100-prozentiger Morgenmensch bin noch nie in meinem Leben eine ganze Nacht durchgefahren. Doch genau das ist jetzt meine Absicht, meine Strategie, mein Plan – und es ist ein Experiment.

ZUSAMMEN SCHNELL



HOHE GESCHWINDIGKEITEN, FAHRTECHNIK, TAKTIK, KRAFT UND AUSDAUER: DAS TEAM-ZEITFAHREN IST EINE DER KÖNIGSDISZIPLINEN DES RADSPORTS - UND DENNOCH FAST VERGESSEN. EINBLICKE, STRECKEN UND TRAININGS-TIPPS.

Text: Sebastian Weinert **Fotos:** BMW-Radsport, Frank Bleyer

5 6, 58, 60 km/h – im Flachen. Vier Fahrer arbeiten zusammen – gegen den Wind. Sie sitzen gebeugt auf ihren Zeitfahr-Maschinen, die Arme liegen in den Triathlon-Aufliegern auf den Lenkern. Sie alle tragen Aero-Helme und dünne blau-weiße Zeitfahr-Anzüge, die wie eine zweite Haut anliegen. Der Abstand zwischen dem Hinterrad des einen und dem Vorderrad des anderen beträgt maximal ein, zwei Zentimeter. Sie sind zu viert, doch sie bewegen sich wie eine Einheit. Sie sind keine Rad-Profis, sondern „Hobby-Fahrer“. Die Radsport-Disziplin, die sie gerade betreiben ist alt, traditionell und, leider, fast schon „ausgestorben“: Mannschafts-Zeitfahren. Die Strecke: hin und wieder zurück. Zwei Wendepunkte und ansonsten geradeaus entlang des Speichersees Ismaning. Eine Runde ist 7,77 Kilometer lang, neun Runden, ergo 70 Kilometer, umfasst das Rennen. Die Runde ist flach und autofrei. Eine Hochgeschwindigkeitsstrecke. Sie

**ALPEN
PÄSSE**

**Ruhig, schön, steil, besonders:
Geheim-Tipps in den Alpen – Pässe,
die nicht jeder kennt, und etliche
Traum-Touren in Deutschland,
Österreich, Schweiz, Italien,
Frankreich und Slowenien.**





ALPEN

TIPPS

ALL ROAD

„ALLROAD“ STEHT FÜR: EIN RAD FÜR FAST ALLE BEDINGUNGEN UND UNTERGRÜNDE – ASPHALT UND SCHOTTER, KOMFORT UND SPEED. NEUN RÄDER IM TEST

Text: David Binnig, Frederik Böna, Leon Echtermann, Jan Zesewitz
Fotos: Chris Bacarella/Trek, Gideon Heede

Die Straße endet – sie geht über in einen schmalen schlechten Schotterweg voller Löcher und großer Steine. Für „normale“ Rennradfahrer endet die Fahrt an dieser Stelle. Für eine recht junge Fahrradgattung ist dieser Untergrund kein Problem. Diese Modelle befinden sich im „Bügellenker-Spektrum“ am Übergang zwischen komfort- und langstreckenorientierten Endurance-Rädern und Gravelbikes. Es ist ein Feld, das sich stets vergrößert und spezifiziert: Jenes der „Allroad-Bikes“, der sportiven Räder für fast alle Untergründe. In diesem Test von neun Modellen zeigen wir die große Bandbreite dieser Radgattung. Die Reifenbreiten in diesem Testfeld reichen von 28 bis 40 Millimeter. Die breitesten Pneus sind am Felt Broam montiert. Dieses Test-Modell kommt einem „reinen“ Gravelbike am nächsten: Das Broam 30 basiert auf einem robusten Aluminium-Rahmen, der etliche Montagepunkte für Schutzbleche, Taschen und zusätzliche Getränkehalter aufweist. Die



DAS LEICHTESTE RAD

Colnago C68 Allroad
7,63 Kilogramm

DAS SCHWERSTE RAD

Felt Broam 30
10,94 Kilogramm

DAS GÜNSTIGSTE RAD

Van Rysel NCR CF Tiagra
1599 Euro

Maxxis-Re-Fuse-Reifen sind zwar breit, weisen aber keine weitere Profilierung der Lauffläche auf. Sie sind demnach eher ein Komfort- als ein Offroad-Faktor. Viele der Testräder sind darauf ausgelegt, die Radgattung mit einem Laufradwechsel quasi ändern zu können – viele Modelle bieten maximale Reifenbreiten von bis zu 45 Millimetern oder, wie im Falle des Felt, sogar die Möglichkeit, 27,5-Zoll-Laufräder zu verbauen. Das Vitus Venon wird mit dem gleichen komfortorientierten Carbon-Rahmen jeweils als Allroad-Rennrad oder als reines Gravelbike angeboten.

Gravel & Straße

Das Testmodell weist sportive Fahreigenschaften auf und ist mit Michelin-Straßenreifen ausgestattet. Ähnlich ist das Canyon Endurace CF 7 All-Road aufgebaut: Den steifen Carbon-Rahmen des Radmarathon- und Komfort-Modells des Koblenzer Herstellers haben wir bereits in zahlreichen RennRad-Tests mit sehr gut bewertet. Seit wenigen Jahren bietet Canyon dieses Modell auch als graveltaugliches Rad an. Am Testbike sind 35 Millimeter breite Schwalbe-G-One-RS-Reifen verbaut. Diese

stellen einen guten Kompromiss aus einem recht geringen Rollwiderstand und Top-Offroad-Eigenschaften dar. Im Testfeld dieser Hybrid-Radgattung sind fast alle gängigen Rahmen-Materialien vertreten. Das Felt Broam und das 8bar Mitte basieren auf hochwertigen und robusten Aluminium-Rahmen, sieben Testmodelle sind aus Carbon, und mit dem Rennstahl 991 Speedgravel ist auch ein Stahl-Rahmen-Rad vertreten. Dessen Rahmen erwies sich im Test als überraschend verwindungssteif – das Modell ist extrem vielseitig. Die Fahreigenschaften sind sportiv und agil, und dennoch punktet das Speedgravel auch im Geländeeinsatz stark. Die Ausstattung: hochwertig und durchdacht. Der Preis liegt mit knapp 8200 Euro am oberen Ende dieses Testfelds. Das günstigste Testrad ist das NCR CF Tiagra der Decathlon-Marke Van Rysel. Der Preis: 1599 Euro. Es ist als alltagstaugliches Commuter-Rad konzipiert. Die Ausstattung ist weniger hochwertig, aber einsteigerfreundlich – der solide Rahmen besteht aus Carbon. Dieses Testfeld umfasst sehr unterschiedliche Räder aller Preisklassen für sehr verschiedene Fahrertypen, Einsatzgebiete und Untergründe – wer nach dieser Vielseitigkeit sucht, dürfte hier fündig werden. //

NEU HEI TEN

A professional cyclist in a pink jersey and white helmet is shown in profile, riding a road bike on a green field. The cyclist is leaning forward, gripping the handlebars. The background is a blurred green field, suggesting motion. The text 'NEU HEI TEN' is overlaid on the left side of the image.

**NEUE RADMODELLE,
GRUPPEN UND VIELES
MEHR FÜR DIE SAISON
2024. DER ÜBERBLICK
MIT ERSTEN TESTS.**



2024

LICHT QUELLE

*LEUCHTSTÄRKE, AKKU-LAUFZEIT,
PREIS-LEISTUNG UND VIELES MEHR:
ALL DIES HABEN WIR IN DIESEM
GROSSEN TEST VON 17 LAMPEN
AB 23 EURO VERGLICHEN.*



TRAININGS STEUERUNG

**LEISTUNGSRESERVE MITOCHONDRIEN:
DIE ROLLE DER „KRAFTWERKE DER
ZELLEN“ - EINBLICKE, STUDIEN UND
EFFIZIENTE TRAININGSEINHEITEN.**

ZELL TRAI NING

TANNHEIMER
TAL
RADMARATHON

PÄSSE INTERVALLE LAKTAT

**215 KILOMETER UND 3500 HÖHENMETER:
RIEDBERGPASS, HOCHTANNBERGPASS
UND GAICHPASS – DAS IST DER RAD-
MARATHON TANNHEIMER TAL. DER
RENNBERICHT & DIE VORBEREITUNG**

Text: Frederik Böna **Fotos:** Rolf Marke

1 5 Prozent Steigung. Ein paar Fahrer um mich herum gehen aus dem Sattel und attackieren. Ich fühle mich gut – und fahre mit. 16, 17, 18 Prozent – es wird immer steiler. Immer mehr Fahrer fallen zurück. Der Anstieg vom Örtchen Ettensberg hinauf in das Bergdorf Gunzesried beinhaltet gerade einmal 150 Höhenmeter. Doch das Tempo ist extrem hoch. Kurz vor Gunzesried drehe ich mich um, blicke zurück und sehe: Der Abstand nach hinten ist groß. Meine Gruppe besteht aus insgesamt neun Fahrern, darunter unter anderem der Vorjahressieger Jonas Hosp, der Fünfte der Gran-Fondo-WM Simon Betz und Johannes Rechenauer, ein Profi aus dem österreichischen Continental-Team Hrinkow Advarics. Dies ist eine erste Vorentscheidung. Hier, schon nach knapp 50 Kilometern, setzt sich eine Ausreißergruppe mit den Favoriten auf den Tagessieg ab. Und ich bin dabei.

WOMEN'S CYCLING GRAND PRIX

STUTTGART

Im Juli fand in Stuttgart zum ersten Mal ein neues Frauen-Profi-Rennen statt. Die Hintergründe & die Strecke.



Text: Andreas Beune **Fotos:** Roth

Das Hauptfeld kommt immer näher. Die fünf Fahrerinnen an der Spitze des Rennens haben nur noch 20 Sekunden Vorsprung, als sie in die erste der vier Finalrunden einfahren. In der zweiten Runde greift die Italienerin Elena Pirrone an. Die vier anderen Fahrerinnen können ihr nicht folgen. Der Vorsprung wird schnell größer. Fünf Kilometer vor dem Ziel liegen ihre Verfolgerinnen 43 Sekunden zurück. „Als ich zum letzten Mal an der Spitzkehre war, habe ich realisiert, dass ich immer noch einen großen Vorsprung habe. Ab da habe ich an den Sieg geglaubt und bin die letzten 2,5 Kilometer einfach nur noch Vollgas gefahren. Ich habe fast geweint, denn es ist mein erster Profisieg. Für mich ist es richtig emotional, hier zu gewinnen, und ich bin einfach nur glücklich“, sagt die Fahrerinnen aus dem Team Israel Premier Tech Roland anschließend im Fernsehinterview. Die Juniorinnen-Weltmeisterin des Jahres 2017 hat soeben nicht nur ihr erstes Rennen als Profi gewonnen, sondern auch die Premiere des Women's Cycling Grand Prix in Stuttgart. Auf den Plätzen zwei und drei: die Österreicherin Kathrin Schweinberger und Linda Riedmann aus Karbach vom BDR-Nationalteam. Insgesamt 40.000 Zuschauer waren am 16. Juli an die Strecke gekommen. Zudem verfolgten Zehntausende das Rennen vor den Bild-

schirmen, da der SWR die letzte Rennstunde live im Fernsehen und via Online-Stream übertrug – ein gelungener Auftakt für das neue UCI-Rennen. Die Landeshauptstadt und der Verband Region Stuttgart hatten die Idee von Anfang an unterstützt, ein neues Profi-Radrennen für Frauen zu gründen. „Bei einem neuen Rennen kann man recht frei mit den Planungen beginnen, doch es gilt viele Sachen zu beachten. Das betrifft nicht nur die Strecke, sondern beispielsweise auch den Termin im UCI-Kalender.“

Region & Termin

Der Charakter des Grand Prix sollte zur Region passen – ein anspruchsvolles Auf und Ab“, sagt der Streckenplaner Albrecht Röder. „Wir haben deshalb im Vorfeld auch die Teams aus der WorldTour kontaktiert und ihr Feedback in unsere Planungen mit der Sportlichen Leiterin des Rennens, Lisa Brennauer, einbezogen.“ So haben sich die Veranstalter bewusst für einen Termin entschieden, der zwischen dem Giro d'Italia Donne und der Tour de France Femmes liegt. „Nach dem Rennen haben wir von den teilnehmenden Teams aus der WorldTour, dem Continental-Bereich und auch aus der Bundesliga viele positive Rückmeldungen zum Termin und zur Streckenführung erhalten“, so Röder. Im Prozess



PAUSE

ROMY KASPER AUS LEIPZIG IST SEIT 2008 PROFI-FAHRERIN. MIT DEM KOPFSTEINKLASSIKER PARIS-ROUBAIX FEMMES VERBINDET SIE EINE ART HASSLIEBE.

Text: Christina Kapp **Fotos:** Cor Vos

Dies ist das Finale eines der größten Radrennen überhaupt – und sie ist vorne dabei. 14 Sekunden liegen zwischen ihrer Gruppe und den Führenden. Das ist nichts – und alles. Hier, um sie herum, fahren die Top-Favoritinnen. Vorne sind „Außenseiter“. Und dennoch: Man ist sich nicht einig und „verspielt“ so den Sieg. Die Spitzengruppe kommt durch.

Es kommt zum Sprint, hier, auf der legendären Radrennbahn von Roubaix. Die Kanadierin Alison Jackson gewinnt ihr erstes Radrennen seit 2021. Es ist eines der bedeutendsten überhaupt: Paris-Roubaix Femmes. Das Rennen ist auch ein Symbol – für die enorme Entwicklung und den Aufstieg des Frauenradsports. Denn: Vor 2021 existierte noch gar kein Rennen für weibliche Radprofis, das über die mythischen Kopfsteinpflaster-Abschnitte Nordfrankreichs führt. Eine, die diese extreme Ent-

wicklung mitgemacht hat, ist: Romy Kasper. 19, 18, 17 – diese Zahlen stehen für ihre Konstanz und ihre Verbundenheit, ihre besondere „Beziehung“ mit diesem Klassiker. Es sind ihre Platzierungen bei allen drei bisherigen Austragungen von Paris-Roubaix Femmes. In jedem Jahr verbesserte sie sich um einen Platz. Seit 15 Jahren ist sie bereits im Profiradsport unterwegs.

Konstanz & Wille

2014 war sie Dritte der Deutschen Straßenmeisterschaften, im gleichen Jahr gewann sie eine Etappe der Thüringen-Rundfahrt. Doch meist kann sie nicht „auf eigene Rechnung“ fahren, sondern muss für andere, ihre Team-Kolleginnen, arbeiten. In den vergangenen beiden Jahren bei der Equipe Jumbo-Visma hieß ihre Kapitänin: Marianne Vos. Die Niederländerin ist elffache Profi-



BERGGE TÄLER SEEN

STEILE WEGE, HOHE BERGE, TÄLER, SEEN, RUHE
- ALL DAS BIETET „GRAVEL TIROL“. GEHEIMTIPPS
UND TRAUM-TOUREN FÜR GRAVEL-FAHRER

GRAVELN IN ÖSTERREICH



VORSCHAU

RENNRAD 10 | 2023

ERSCHEINUNGSTERMIN:

22. SEPTEMBER



TEST-SPEZIAL: GRAVEL-RÄDER IM VERGLEICH

Geländegängig, agil, komfortabel, robust: Gravelräder sind vielseitig. Modelle von Canyon, Giant, Bulls, Wilier Triestina, Storck & vielen mehr im Vergleichs-Test.



ABENTEUER-REPORT: HÜGEL, TÄLER, SEEN, RUHE

REISE: SCHOTTLANDS HIGHLANDS

Bikepacking-Tour: Durch die Natur der schottischen Highlands. Plus: Tipps fürs Bikepacking und Top-Gravel-Strecken.



RENNEN: VOM GARDASEE BIS ANS ENDE NORDEUROPAS

EXTREM-TOUR: 3800 KILOMETER

In elf Tagen und 13 Stunden von Norditalien bis ans Nordkap. Das Ultracycling-Rennen NorthCape4000 2022 im Selbstversuch.



REIFEN AUF DEM PRÜFSTAND: LABOR & PRAXIS

VERGLEICHSTEST: GRAVEL-REIFEN

Schnell auf Asphalt und robust im Gelände: Zwölf Gravelreifen von Continental, WTB, Schwalbe, Vittoria & Co. im großen Test.

Fotos: Markus Stitz, Beppi Bögl, Cor Vos, Gideon Heede



www.radsport-rennrad.de



[rennradmagazin](#)



[radsportmagazinrennrad](#)

“

*Bis auf 1500 Meter konnte ich den besten Kletterern folgen.
Dann bekam ich Höhenangst.*

Rudi Altig, ehemaliger deutscher Radprofi