



Ideal, um seine Form zu überprüfen: Am 16. April ist der Frühjahrsmarathon in Münsingen.

FOTO: arc

**MOUNTAINBIKE / Mit Pasta-Parties den Kohlehydratspeicher auffüllen**

# Test für Freizeitsportler

## Am 16. April steigt der Frühjahrsmarathon über 38 Kilometer

**Der Münsinger Uralan-Frühjahrsmarathon für Mountainbiker am 16. April ist der ideale erste Form- und Materialtest für Freizeitsportler.**

ERHARD GOLLER

**MÜNSINGEN ■** Mountainbike-Marathons haben sich längst als Freizeitvergnügen für eine breite Masse etabliert. Häufig sind es tausend, manchmal bis zu viertausend Hobby-Sportler, die sich mit mehr oder weniger großem sportlichem Ehrgeiz in den zahlreichen Events messen. Radsport ist gesund, das ist keine neue Erkenntnis. Ernährung spielt dabei eine wichtige Rolle nicht nur während eines Rennens. Wer Radsport betreibt, ernährt sich bewusster als der Durchschnitt. Zumindest gilt dies im Vorfeld eines Wettbewerbs. Pastapartys gehören

am Vorabend von Marathon-Veranstaltungen zum guten Brauch, die Kohlehydratspeicher wollen gefüllt sein, wenn die Beine ihre Arbeit beginnen.

Im Frühjahr sollte man sich aber nicht gleich mit Gewaltakten den Zahn ziehen. Das war auch die Motivation für die TSG Münsingen vor zwei Jahren den Uralan-Frühjahrsmarathon zu kreieren.

38 Kilometer kurz, ist er eigentlich schon gar kein echter Marathon mehr, für das Frühjahr aber gerade lang genug. Gut um im März die Form zu überprüfen, hilfreich um das Bike und seine Komponenten einer ersten Probe zu unterziehen. „Für die Jahreszeit hart genug“, fand ein Teilnehmer im vergangenen Jahr.

Für die doppelte Distanz kann man sich ja immer noch Ende September anmelden, wenn im Rahmen der Alb-Gold-Trophy auf der gleichen Strecke in Münsingen die

Deutsche Marathon-Meisterschaft ausgetragen wird.

Viel Mountainbiker-Enthusiasten sind auch an der Bike-Technik interessiert. Rahmenbau- und Geometrie, Schaltung, Bremsen, Laufräder mit Tubeless- oder Schlauchreifen- es gibt unendlich viele Themen, über die sich Freizeitbiker im Umfeld eines Events unterhalten. Und versucht bei den Profis Neuheiten zu entdecken.

Die Stars der MTB-Szene bekommen die Prototypen der Neu-Entwicklungen und fahren sie meistens ein Jahr bevor sie auf den Markt kommen. In Münsingen gibt's Gelegenheit zum Spekulieren.

Beim ersten Bundesligalauf am 17. April sind eine ganze Reihe Stars am Start, vom Olympiasieger über Weltmeister und Weltcup-Gewinner. Die fahren mit zukunftsweisendem Material. Beim Warmfahren lässt sich das ohne Weiteres begutachten.