

På hårdt arbejde Kr. Himmelfartsdag

Med mit løbsprogram for sommeren skal der trænes lange distancer. Kr. Himmelfartsdag var der derfor en 400 km brevet på træningsprogrammet. Der var også denne gang start og mål i Brande, hvor der var 10 mand til start på 400 km distancen og 8 på 600 km. Med start kl. 07 var det igen nødvendigt med afgang fra Christiansfeld kl. 05.15. 400 km er en lang rundtur, og det kortmateriale og rutebeskrivelsen, der cykles efter, fylder en masse sider. Mens alle for nogle år siden cyklede efter de udleverede kort, så har det nu ændret sig til, at de fleste har ruten på GPS. Det betyder, at arrangørerne efterhånden har kunnet lave ruterne meget "kringlede", så man kommer rundt på mindre og mere naturskønne veje. Det har medført, at det er blevet vanskeligere og tidskrævende at finde vej med rutebeskrivelse og rutekort. Jeg opgav derfor hurtigt at bruge kortet og slog følge med 2 mand med GPS. Den ene kendte jeg fra tidligere ture og mente, at han passede godt til min træningstilstand. De 2 mand havde lige været med Silkeborg Cykelmotion på 3 dages træningsophold i Mols Bjerge, så formen var blevet optimeret.

Fra Brande gik ruten via Nr. Snede til Skanderborg og Århus og videre langs østkysten til Rønne. Herfra gik det videre ud på Mols til Knebel, hvorfra kystlinien stort set blev fulgt til Grenå. Jeg følte, at mine 2 følgesvende havde rigelig fart på, og allerede nord for Århus følte jeg mig godt presset. Det var dog en fordel, at jeg ikke behøvede at spekulere på, hvor ruten gik, og derfor var det bare med at hænge på.

På de lange distancer er det altid et problem med påklædning. Det er koldt kl. 07 og det samme problem kommer, når det bliver sidst på aftenen. Det er derfor nødvendigt at gardere sig med lange bukser og flere lag trøjer, vinterhandsker, refleksvest og regnjakke. Den store cykeltaske er derfor propfyldt fra starten med dette tøj, lygter, mad mv. Ved middagstid var det 19°, og der var faktisk behov for at smide de lange bukser og et par trøjer. Der var imidlertid ikke plads til dette ekstra-tøj nogen steder, så man er nødt til at beholde det meste af tøjet på. Man føler sig til sidst godt overophedet og ser frem til de køligere aftentimer. Efter kl. 22 nåede temperaturen ned på 4 – 5° og man ender i den anden yderlighed. Selv med al tøjet på var de sidste timer en meget kold fornøjelse.

Fra Grenå gik ruten sydpå til Hadsten, Hammel og Silkeborg. Der blæste en hård sydlig vind og især de ca. 100 km fra Grenå til Hammel var en barsk tur. Det var som om, der ikke var det mindste læ at finde på hele denne distance. Begge mine følgesvende var fra Silkeborg og den ene havde arrangeret med sin kone, at vi - efter 310 km - kunne komme ind og få lidt tiltrængt aftensmad. Efter en god gang pasta og kødsovs var vi så klar til de sidste 85 km. Dvs. de 2 andre var klar og genopladede med energi, mens jeg fortsatte på "flade batterier". Jeg syntes, at de kørte vildt hurtigt efter pasta-optankningen. Selv om jeg kæmpede med alt hvad jeg havde tilbage, så måtte de flere gange vente på "den trætte makker". Vinden lagde sig heldigvis nogenlunde ved 22-tiden, så slap vi for den hårde modstander. Den sidste del af ruten var på vejene i Søby-brunkulslejerne og her i det absolut "mørke Jylland", var der god brug for cykellygterne. Vi nåede i mål i Brande kl. 01.40 efter 396 km med 3167 højdemeter og efter 16 timer og 10 min. i sadlen.

Jeg var "kanon-træt" og skulle absolut ikke køre hjem i bil bagefter. Det var jeg dog forberedt på og havde medbragt liggeunderlag og sovepose. Det gav et par timers god søvn i et omklædningsrum, indtil jeg blev vækket kl. 06.30. Arrangøren havde sørget for morgenkaffe, og mens vi sad og nød den kom de første, hurtige drenge allerede hjem fra 600 km turen. De så forbavsende friske ud efter godt 24 timer på cyklerne. De skal også snart være i topform, da et par af dem har kvalificeret sig til at cykle med i løbet "Race Across America" = 5.000 km som afvikles om ca. 5 uger. Efter at jeg har sundet mig lidt hjemme, kan jeg konstatere, at de 396 km faktisk ikke blev cyklet med en højere gns.-hastighed, end jeg plejer at kunne klare. Min træthed må derfor skyldes en kombination af de mange højdemeter, vinden, varme/for varmt tøj og at jeg simpelthen må have haft en dårlig dag. Det er længe siden, at jeg har måttet kæmpe så hårdt for at komme i mål, og problemerne startede allerede efter 150 km.