

Bericht Trainingslager Lanzarote 2015

Die Vorbereitungen für die Handbike-Wettkampfsaison 2016 sind in vollem Gange und so trafen sich Achilles Mitglieder der Local Clubs Ulm und Hamburg Ende November bis Ende Dezember im Trainingslager auf Lanzarote.

Die Sportler waren in den Hotels „Club Lanzasur“ und „Timanfaya Palace“ in Playa Blanca hervorragend untergebracht und von dort starteten die täglichen Trainingstouren. Egal in welche Richtung es ging, die Topographie der Insel mit den vielen Anstiegen ließ jede Tour anstrengend werden. Ein übriges tat der starke Wind aus südöstlicher Richtung, manche Abfahrt mit 60-70 km/h wurde durch die seitlichen Böen gefährlich. Aber die Autofahrer auf der Insel sind die handbetriebenen Liegebikes gewohnt und überholten vorsichtig in großem Bogen.

Die meisten Sportler trainieren – mangels Trainingspartner in der Nähe – zuhause alleine und so wurden die gemeinsamen Ausfahrten von allen sehr positiv bewertet. Das Fahren im Windschatten konnte geübt werden und bei Materialproblemen unterstützte man sich gegenseitig. Ein großer Dank an unseren Guide Stefan der die Handbiker jeden Tag mit dem Rad begleitete und dessen helfende Hände immer wieder gebraucht wurden.

10.01.16 Kerstin Abele