

Sieg Staatsmeisterschaften Einzelzeitfahren, Handcycle Colorado

Bei den Staatsmeisterschaften im Einzelzeitfahren konnte ich einen weiteren nationalen Titel einfahren. Dieses Jahr fanden diese in Schwarzenbach im Pielachtal statt. Bei 11 Kilometer und 100 Höhenmeter gab es, auf Grund der kurzen Fahrzeit, nicht viel Taktik. Sondern es galt einfach sehr hart zu starten und zu versuchen es bis zum Schluss durchzuhalten, was mir auch recht gut gelang. So siegte ich in 15min26sec, vor Florian Brungraber (OÖ) und Alexander Gritsch (T).

Nach den zwei Wochen in den Rocky Mountains rund um Denver, in denen ich doch fast nur im zwar fordernden, aber für das Zeitfahren nicht unbedingt trainingstechnisch vernünftigen, Übergangsbereich unterwegs war, war ich mir meiner Sache nicht ganz sicher. Da ich erst am Montagabend zurückgekommen bin hatte ich diese Woche auch noch etwas Jetlag-Probleme, aber es hat die Leistung nicht beeinflusst und es war sogar die 4 beste Durchschnittsleistung dieses Jahr.

Die Zeit in Colorado war wirklich sagenhaft schön und anspruchsvoll.

Ab 3800 Meter Seehöhe, am Weg zum PikesPeak (4200 Höhenmeter), beginnen dann auch die Muskeln etwas zu brennen, da sie etwas zu wenig Sauerstoff bekommen. Dieser war sicher der anspruchsvollste Aufstieg, weil ich mich auch ordentlich über der Grundlage bewegte.

In den 12 Tagen standen 10 weitere Touren mit Pässen und Auffahrten auf dem Programm.

Ein kleines Video von meiner Tour auf den PikesPeak kann man hier finden:

<https://www.youtube.com/watch?v=5YEOYIPIbE&t=35s>

Weitere Videos von meinen Touren findet man auch unter: <https://www.facebook.com/TiggerTomSport/>

Jetzt werde ich noch etwas weiter trainieren und ein paar Material und Einstellungen testen. Zum Saisonabschluss stehen am 06.10. noch die Straßenstaatsmeisterschaften auf dem Programm.

Nähere Infos und Pressefotos unter www.tiggertom.at

FOREVER
LIVING  PRODUCTS®

 GENERALI

Das Land
Steiermark
→ Sport

SPORT
MINISTERIUM

sporthilfe²

ottobock.

steirer Kren
Das Original

GEORG EGGER
HEILBEHELFE

TRI
STYRIA