

UCI Paracycling Europameisterschaft 2022

Ich konnte mich von der Ironman WM sehr gut erholen und auch noch 3 harte Trainingseinheiten in US absolvieren. Leider zerstörte ich bei einem Trainingsunfall mein „Tokio-Handbike“ komplett, ich selbst blieb aber unverletzt. Zuhause angekommen schockte ich meinen Körper noch einmal mit 3 sehr harten Trainingseinheiten an 3 aufeinanderfolgenden Tagen. So direkt „aus dem Flieger“ war es natürlich auch ein Risiko, da der Körper schon gestresst war, aber wer nichts riskiert...

Einzelzeitfahren – Sieg und damit Europameister

Das Einzelzeitfahren war mit technischen und anspruchsvollen 27,4 Kilometern ein wirklich EM würdiges Rennen. Ohne großen Druck bin ich es auch risikoreich angegangen und habe von Beginn an attackiert. Es sollte sich herausstellen, dass ich vor allem in der ersten von drei Runden den größten Vorsprung herausgefahren bin. Bei Kilometer 10 war ich eigentlich schon bei „99%“, konnte diesen Zustand aber sehr gut beibehalten und mich sehr gut ausbelasten.

Nach dem Zieleinlauf hatte ich ein Top 5 Ergebnis im Hinterkopf, wäre aber mit allem zufrieden gewesen, da meine persönliche Leistung wirklich sehr zufriedenstellend war.

Mit 40min12sec, 41km/h im Schnitt, hatte es dann wirklich zum Sieg und dem EM-Titel gereicht.

Damit hatte ich wirklich nicht gerechnet, auch weil ich ja mit meinem alten Handbike aus 2018 starten musste und dieses doch 1,7kg mehr wiegt, aber mir ist es natürlich sehr recht.

Zudem war ein sehr starkes Starterfeld vor Ort, zweiter wurde der Franzose Mathieu Bosredon (32sec hinter mir / er war 2,6,3,2 bei den letzten 4 Weltcuprennen) und Platz 3 belegte mein Teamkollege Alexander Gritsch (36sec hinter Platz 1), welcher vor 14 Tagen ein Weltcup-Einzelzeitfahren gewonnen hat.

Ich bin etwas erstaunt und stelle mir die Frage was ich jetzt weiterhin trainieren soll.

Da ich den Langdistanz-Triathlon einfach liebe, bin ich durch das Genussprojekt in Utha, hier einfach frei und hungrig an den Start gegangen und der Kopf ist eben „King“.

Staatsmeisterschaft Straße – auch hier konnte ich gewinnen

Am Tag darauf wurde für die österreichischen Athleten die Staatsmeisterschaft auf der Straße ausgetragen. Es war mit 32 Kilometern ein kurzes Rennen und leider war es auch ein sehr überschaubares Starterfeld am Start.

Mit Alexander Gritsch hatte ich aber einen der zurzeit besten Handbike-Athleten als Gegner.

Die erste von drei Runden nutzten wir noch als Streckenbesichtigung und härterem Aufwärmen. In Runde zwei konnte ich mich dann beim härtesten Anstieg von ihm lösen und wir absolvierten beide einen Kampf gegen uns selbst bis ins Ziel, an Rang 1 und 2.

es folgt am Sonntag: Europameisterschaft Straßenrennen

Morgen Sonntag folgt dann noch das EM Straßenrennen. Letztes Jahr konnte ich auf der gleichen Strecke in Peuerbach Platz 2 belegen. Der Franzose Josef Fritsch war dort 2021, auf der 14% Schlussteigung, eine Klasse für sich und er ist auch heuer sicher wieder der Favorit, aber da gibt es noch einige andere Athleten. Ich werde wie immer mein Bestes geben und habe ja nichts zu verlieren. Es lief hier schon viel besser als erwartet.

Nähere Infos und Pressefotos unter www.tiggertom.at

