

# Lustvoll trainieren

Autor(en): **Stäger, Lorenz**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin**

Band (Jahr): **128 (2002)**

Heft 4

PDF erstellt am: **10.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-603380>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Lustvoll trainieren Sechs-TAGE-RENNEN

LORENZ STÄGER

Der Tod des Spenglermeisters Josef Müller ging mir so nahe, dass ich seither nie mehr auf mein zweitausendfränkiges Rennrad gestiegen bin. Doch ich muss von Anfang an erzählen. Ich war fünfzig Jahre alt und Übergewichtig geworden. Ein bisschen bloss, wie ich meine. Meine Frau war anderer Ansicht und schenkte mir ein Buch mit dem aufmunternden Titel «Lustvoll trainieren». Sie wies insbesondere auf Seite sieben: «Abnehmen durch Bewegung» und Seite zwölf: «Radrennfahrer gehören zu den Athleten mit der grössten aeroben Ausdauer.» Ich wusste zwar nicht, was «aerob» bedeutete, aber es klang gut. Der Velofachmann, den ich darauf aufsuchte, blickte spöttisch lächelnd auf meinen Bauch, worauf ich diesen einzog und sagte, dass ich früher noch ganz andere Dinge gemacht hätte als heranzupedalen. Ich erstand mir ein federleichtes Rennrad und eine Rennhose mit Hirschledereinsatz. Eine gelbe Mütze mit dem Firmenlogo war im Preis inbegriffen.

Am Sonntagmorgen schwinde ich mich auf Rad. Wie leicht doch ein solcher Renner rollt! Eifengleich schweben meine 95 Kilo dahin, Kilometer um Kilometer. Allerdings, der Sattel scheint trotz Hirschledereinsatz etwas schmal zu sein, schneidet ein, und die Stellung ganz allgemein ist nicht gerade bequem, dazu der Gegenwind und die Oberschenkel, mein Gott,

erst eine halbe Stunde! Am Waldbrand stehe eine grün gestrichene Bank. Und wie ich, Blick und Zunge krampfhaft auf Vorderrad und Asphalt gerichtet, daran vorbeikehe, ruft mich jemand an. Es ist der Spenglermeister Josef Müller, ein wohlbeleibter Siebziger mit Schirmmütze und einer Flasche Bier in der Hand. Er habe in seiner Einkaufstasche noch weitere, dazu Cervelats und Brot. Ob ich Lust hätte? Oho nein, ich sei gerade am Abnehmen, wehre ich ab, aber ein kleines Schlickchen Bier könne nichts schaden. Er reicht mir eine Flasche und erwähnt beiläufig, während er eine Wurst halbiert, dass er auch abnehme. Auf Wunsch seiner Frau. Deshalb mache er mehrmals pro Woche eine dreistündige Wanderung, das heisst, er wandere zwanzig Minuten durch den Wald bis zu dieser Bank, wo er sich bei Bier und Wurst von den Strapazen erhole. Auf diese Weise sei der häusliche Friede gewahrt. Ich drücke ihm stumm die Hand. Ich erreichte mein Zuhause leicht schwankend. Aerobes Rausch, erklärte ich meiner Frau. Ob sie noch nie nach hastigem Atmen...? Doch, doch, ich solle mich ja nicht überanstrengen. So verging Woche um Woche. Jeden Sonntag schlüpfte ich in die Hirschledereinsatzhose, setzte die Gratmütze auf und verbrachte auf der grün gestrichenen Bank eine gemütliche Stunde mit dem Spenglermeister Josef Müller. Nun ist mein bester Sportsfreund unerwartet verstorben. Und allein trainieren macht keinen Spass.

WOLF BUCHINGER

«Hubschwerling-Marco unter dem Patronat Pizzakurier Thalwil eine Minute siebzehn hinter Slippens-Prouk unter dem Patronat Palace-Hotel Davos... und Hubschwerling-Marco unter dem Patronat Pizzakurier Thalwil attackiert wild; sie wollen diese Runde gewinnen und damit das Preisgeld von 100 Franken, gesponsort von Velospezialhaus Ehrensperger in Oerlikon.» Der Speaker in der Halle verkündet im Minutenabstand Preise und Anreize für die Pulk der fantasieblenden Radrennfahrer, die mit über 50 Stundenkilometern ständig auf der Jagd nach irgendwelchen Prämien durch das Hallenstadion rasen, immer links herum, wie wahrscheinlich in allen solchen Rennen, nie rechts herum; keiner der zahlreichen Fachleute weiss, warum das so ist.

Sie fahren auch nicht sechs Tage lang, wie man als Laie vermuten könnte; sie fahren von Montag bis Samstag ein paar Stunden jeden Abend. Links herum; mehr als 100 Runden. Und sie sind stolz auf ihre Gewinne von Bankverein, Sony, Seiko und der Würstbraterei Jung, die sogar an jedem Abend einen Preis spendiert. Sie rasen um die Bahn, wenige Millimeter vorbei an festlich gedeckten Tischen, für denen exquisite Menüs serviert werden für mehr oder weniger betuchte Radsportfans, die zwischen Rauchlachs aus Norwegen und südafrikanischen Straussensteaks kurz hoch zur digitalen Anzeigetafel schauen und gelangweilt feststellen, dass Pizzakurier Thalwil schon wieder ein paar Sekunden auf Palace-Hotel Davos verloren hat; sie feuern den Pulk mit einem vornehm-

men «Hopp, hopp!» an und freuen sich auf das von Möwenpick günstigere Tiramisu.

Hundert Mal links herum, links herum, links herum, dann die erlösende Glocke. Das Rennen ist aus. Punkte und Prämien werden laut addiert; dezenter Applaus; Küssli, Küssli der Ehrendamen für das Team Hammerschmid-Hammerschmid von Radio «Clic»; der Rennleiter streift den Siegern ein gelbes T-Shirt mit grünen Punkten

über; zum ersten Mal erkennt man schmächtige junge Männer mit dicken Krampfäden an den haarigen Beinen; ein Hauch von Lächeln streicht um ihre Milchbärte; ein Foto für die Presse vor dem heute gewonnenen Whirlpool mit dem Firmennamen drauf, grösser als ihre gestylten Rennräder.

Und morgen geht es weiter. Links herum. Thalwil gegen Davos. Rauchlachs gegen Tiramisu. Bankverein gegen Telecom.



VLADIMIR KAZANENSKY

CHRISTOPH SCHNEIDER

## Radfahren ist - IN

WOLFGANG ALTENDORF

Einige Fachausdrücke über diese beliebte Fortbewegungsart und ihre Erläuterungen:

**RADAU:** Neuerdings für Radfahrer freigegebenes schönes, anmutiges Wiesengelände.

**RADDAMPFER:** Dampfbetriebenes Fahrrad, für rasch Ermüdende, speziell als Alternative für Benzinmotor der hohen Benzinpreise wegen.

**RADEBEUL (sächsisch):** Verletzung bei Fahrradunfall (meist harmloser Natur).

**RADEBRECHEN:** Spektakulärer Fahrradunfall, häufig Totalschaden.

**RÄDELFÜHRER:** Populär für Anfänger einer Fahrradgruppe (Radfahrer-Reiseler).

**RAEDEER:** Ehemals deutscher Grossadmiral für flotte Radfahrer.

**RÄDERTIERCHEN:** Algerichtete, niedliche Tiere (Affen, Hunde, Bären), die des Radfahrens durch Dressur mächtig sind.

**RÄDEVORMWALD:** Eigentlich – ralle vom Wald. Zur Sicherheit von Radfahrern – Aufforderung der Forstverwaltung nach Eröffnung der Jagd ausserhalb des Waldes zu radeln. (Davon die gleichnamige Siedlung).

**RADIE:** Bezeichnung (Kosenamen) bayerischer Radfahrer.

**RADISTE:** Sich gross verkehrswidrig verhaltender Radfahrer (vergl. bei Fussgänger: Rowdies).

**RADSCHLOSS:** Schön gelegene, dabei komfortable Herberge nur für Radfahrer.

**RADSCHA:** Orientalischer Fürst – radelfahrend.

**RADSTAND:** Überraschend kopfstechendes Fahrrad (vorwiegend bei schlechter Wegstrecke).

**RADZIWIILL:** Polnischer Radfahrer.

**RADEFZKY:** Bekannte und beliebte eigens fürs Radfahren komponierte Hymne.

**RADIUS:** Herrenfahrad.

**RADIEREN:** Vollbremsung mit Fahrrad-Vorderradbremse.

**RADIO:** Ein ins Fahrrad eingebautes i o (Zweck umstritten).

**FAHRRADKETTE:** Grössere Anzahl hintereinander fahrender Radfahrer (etwa bei Betriebs-Fahrradausflug).

**RADAR:** Greifvogel, radelfahrend.

**RADIATOR:** Bei beliebter Sportart des Radballs das jeweilige Tor.

**RADKAPPE:** Kopfbedeckung fürs Rad.

**RADMANTEL:** Zählt zur notwendigen Winterausrüstung des Fahrrades.

**RADOME:** Kirche für fromme Radfahrer.

**RADRENNEN:** Sportart, bei dem Langstreckenläufer zusätzlich ein Fahrrad schieben (noch nicht als Disziplin bei Olympiade zugelassen).

**RADSCHLAGEN:** Unzulässige Disziplinierung aufmüppiger Fahrräder.

**RADWECHSEL:** Häufig befahrener, von daher gewohnter Pfad ausgewählter Fahrradmodelle.

### Trick 17:

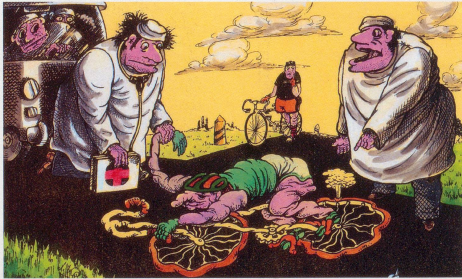
Mit schnapsgetränkten Läufersocken kann man zum Joggen Säufer locken!  
*Klatschmohn*

### Statussymbolik:

Der Rad-Star hofft, ein Star-Rad fänd' er mit einem goldenen Fahrradständer.  
*Klatschmohn*

### Radlers Traum:

Bei uns heisst's stets um Ecken strampeln und hat's auf vielen Strecken Ampeln. In Wüsten kannst, ohn' Strassenampeln, du schnurstracks zu Oasen strampeln!  
*Jörg Kröber*



JÖRG KRÖBER