

Radfahren wie Profis: Amateure messen sich auf einer der härtesten Etappen

Erleben Sie die Herausforderung von L'Étape du Tour, bei der Amateure auf den Straßen der Tour de France gegen sich selbst antreten. Können sie mit den Profis mithalten? Lesen Sie mehr über ihre Geschichten und Kämpfe!



Die Tour de France hat sich einen legendären Ruf erarbeitet. Selbst wenn man noch nie ein Radrennen gesehen hat oder Schwierigkeiten hat, einen Profi-Radfahrer zu benennen, ist selbst der unbeteiligtste Sportfan sich bewusst, wie anspruchsvoll das Event sowohl körperlich als auch mental sein kann.

Die Herausforderung der Tour de France

Nach 23 Tagen auf der Straße und über 3.000 km (etwa 1.870 Meilen), die größtenteils durch Frankreich gefahren werden, trennt oft nur eine Handvoll Sekunden die letzten Podiumsplatzierungen. Die Route ändert sich jährlich, aber die Ausgabe 2025 der Tour folgt der Tradition mit insgesamt 21 Etappen.

Für die Teilnehmer in diesem Jahr ist die Etappe 19 jedoch besonders herausfordernd und wichtig. Die Fahrer müssen in den französischen Alpen über eine Strecke von 130 km (fast 80,8 Meilen) insgesamt 4.550 Meter (etwa 14.930 Fuß) hochsteigen – eine gewaltige Herausforderung. Diese Etappe könnte für die Favoriten der Tour entscheidend sein, da sie die letzte brutale Gelegenheit darstellt, um vor dem bevorstehenden Rennende Zeit auf ihre Rivalen gutzumachen.

Die L'Étape du Tour: Ein unvergessliches Erlebnis

Die L'Étape du Tour bietet Radbegeisterten aus der ganzen Welt seit über drei Jahrzehnten die Möglichkeit, eine Etappe der Tour de France zu fahren. In diesem Jahr werden etwa 16.000 Radsportler in der hügeligen Region Auvergne-Rhône-Alpes erwartet, und mehr als 90 Nationen sind vertreten.

Christian Prudhomme, Direktor der Tour de France, beschrieb die L'Étape 2025 als ein „Highlight“ für die Teilnehmer, die fünf Tage vor den Profis die gigantischen Anstiege bewältigen werden. Einige Teilnehmer teilen ihre Aufregung und Nervosität im Vorfeld, was viele als „Herausforderung ihres Lebens“ bezeichnen.

Die Teilnehmer und ihre Hintergründe

Die Erfahrungs- und Fähigkeitslevels der Teilnehmer variieren stark. Während einige davon träumen, Profi zu werden, stehen andere mit einem Vollzeitjob vor ihrem ersten Ausdauerereignis.

Die britische Freiwillige Amy Young zählt sich zu jenen, die zwischen diesen Extremen stehen. Sie nimmt an ihrer ersten L'Étape du Tour teil, hat jedoch bereits bei anderen Ausgaben des beliebten Amateurrennens teilgenommen und letztes Jahr den dritten Platz in der Frauenkategorie beim irischen Event belegt.

„Ich bin süchtig nach Radfahren und möchte immer sehen, wie weit ich kommen kann“, erklärte Young und fügte hinzu: „Es ist wirklich die Herausforderung meines Lebens, insbesondere im Radsport. Diese ikonische Strecke zu fahren und zu sagen, dass ich die schwierigste Etappe der Tour de France geradelt bin, wäre etwas ganz Besonderes.“

Herausforderungen im Training

In Northamptonshire, einer Region in England, die nicht für ihre hügeligen Landschaften bekannt ist, hat Young Schwierigkeiten, Trainingseinheiten zu finden, die mit den Anstiegen in den französischen Alpen vergleichbar sind. „Die Menge an Steigungen, die wir während einer einzigen Fahrt bewältigen müssen, wird die größte Herausforderung sein, der ich je auf dem Rad gegenüberstand“, so die Kommunikationsmanagerin.

Das fünfte und letzte Aufstiegsstück macht Young am meisten nervös: Der 19,1 km lange Anstieg bei einer Steigung von 7,2 % wird die Fahrer stark beanspruchen, nachdem sie bereits mehr als 100 km (ungefähr 62 Meilen) zurückgelegt haben, mit 24 Serpentinaen für zusätzliche Schwierigkeit.

Extreme Wetterbedingungen

Die Teilnehmer fürchten nicht nur die steilen Anstiege; eine **rekordverdächtige Hitzewelle** hat große Teile Europas erfasst. Die Teilnehmer wurden darüber informiert, dass sie am Renntag mit Temperaturen von bis zu 35 Grad Celsius (95 Grad Fahrenheit) rechnen müssen. Der Juni war der heißeste Monat in der Region seit Aufzeichnungsbeginn, als selbst der hoch

gelegene Mont Blanc über null Grad Celsius stieg.

Ein Erlebnis für die Ewigkeit

Für den 46-jährigen Beamten Denny Kearns ist die Teilnahme an der diesjährigen L'Étape eine wertvolle Gelegenheit, die er nicht für selbstverständlich hält. Ursprünglich wollte er im letzten Jahr teilnehmen, musste aber wegen einer Diagnose von Hodenkrebs im April 2024 absagen. Nachdem der Krebs sich auf seinen Bauch und die Lungen ausgebreitet hatte, folgte eine intensive dreimonatige Chemotherapie.

„Es war eine der härtesten Phasen meines Lebens“, erinnert sich Kearns. „Ich hatte fast ein halbes Jahr trainiert und dann über Nacht wurde mir gesagt, dass all das für nichts gewesen sei. Ich stellte dem Onkologen die ersten Fragen, wie lange es dauern würde, bis ich wieder Rad fahren könne.“ Glücklicherweise war die Behandlung erfolgreich, und nachdem die Ärzte ihm grünes Licht gegeben hatten, konzentrierte er sich auf die bevorstehende L'Étape.

Training für Amateure

Im Gegensatz zu den Profis müssen die meisten Teilnehmer der L'Étape, wie Young und Kearns, vor dem Rennen einen „Trainingstraum“ realisieren, während sie ihren Vollzeitjobs nachgehen. Beide gestehen, dass es schwierig ist, sich auf das Training zu konzentrieren mit dem hektischen Alltag, den sie führen. „Es kann manchmal überwältigend sein“, sagt Young. „Ich gehe sowohl vor als auch nach der Arbeit Radfahren. Am Wochenende fahre ich zu hügeligen Regionen im Vereinigten Königreich, um etwas Klettertraining zu machen.“

Die Ambitionen der Teilnehmer

Die Ziele der beiden Teilnehmer wurden, als sie gefragt wurden, wie sie sich im Vergleich zu den Profis schlagen würden, als

stark ambitioniert beschrieben. Elite-Namen wie der letzte Tour-Gewinner **Tadej Pogačar** werden erwartet, die Etappe in etwa vier Stunden zu beenden. Der Vorjahres-Sieger der L'Étape, Damien Jeanjean, erreichte die Strecke in vier Stunden und 40 Minuten und hätte sich damit in den Tour de France-Rankings um einen Platz von etwa 100 bewegt.

Die durchschnittliche Zielzeit für Teilnehmer der L'Étape lag im letzten Jahr zwischen sechs und sieben Stunden, während die Profis etwa 4,5 Stunden benötigten. Young strebt an, in der Nähe der sieben Stunden zu finishen, während Kearns hofft, in etwas weniger als acht Stunden die Ziellinie zu überqueren. „Es war ein langer Weg bis hierher. Ich kann es kaum erwarten, bis das Rennen zu Ende ist, denn dann weiß ich, dass ich endlich wieder ganz gesund bin.“

Details

Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](https://www.die-nachrichten.at)