

EIN BAYERISCHES SPORT-PHÄNOMEN

Mythos Alpenüberquerung

Der Weg zum Mann führt seit einigen Jahren offenbar über die Alpen. Tausende bayerische Mountainbiker quälen sich jeden Sommer auf ihren High-Tech-Bikes über das Zentralmassiv an den Gardasee. Über ein Sport-Phänomen des frühen 21. Jahrhunderts.

VON SEBASTIAN HORSCH

München – Als Herbert Grönemeyer Mitte der 80er-Jahre den Mann besang und was ihn ausmacht, da hat er die Alpen nicht erwähnt. Dafür gibt es vermutlich zwei Gründe. Dem Bochumer Grönemeyer sind die Alpen in etwa so nahe wie der Bosphorus. Und, schwerwiegender noch: Damals hatten die Menschen zwar Turnschuhe mit Klettverschluss, aber keine vollgefederten Fahrräder. In den 90er-Jahren losgetreten, liegt die Transalp – das Überqueren von Europas höchstem Gebirge mit dem Fahrrad – seit Anfang dieses Jahrtausends aber voll im Trend. Der heutige Bayer, Mann und Radler im 21. Jahrhundert, der muss offenbar einfach drüber über diese Schicksalsberge, die Deutschland von Italien trennen. Ein Haus bauen, einen Baum pflanzen, über die Alpen radeln.

Manche tun es mit dem Rennrad – möglichst schnell und auf der Straße. Andere mit dem Mountainbike über alpine Pässe, die mit keinem anderen Fahrrad zu bewältigen sind. Wieder andere gehen es richtig gemütlich an. Drei Fürstenfeldbrucker, wagten das Abenteuer diesen Sommer mit Nostalgie-Rädern aus der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts – ohne Gangschaltung, aber mit Bierfass auf dem Anhänger.

Das Abenteuer in den Bergen ist vor allem ein Männerding

Der Mann, den sie „Dr. Rad“ nennen, hat für jeden von ihnen etwas übrig. Am nächsten steht Andreas Albrecht allerdings das Mountainbike. Früher war er mal Psychologe. Drei Jahre lang. „War nicht das Richtige“, sagt der 55-Jährige aus Thüringen. Heute verdient Albrecht sein Geld damit, andere ins Glück zu schicken. Er bastelt Traumtouren, fährt sie immer wieder, schmeckt sie ab wie ein Koch, bis sie perfekt sind – dann bietet er sie online als GPS-Track zum runterladen an – oder in seinen Büchern. Sein Meisterstück trägt seinen Namen: Die Albrecht-Route für Mountainbiker. Sieben Tage, von Garmisch nach Torbole am Gardasee (siehe Kasten). „In einem Anflug von Größenwahn“, sagt er, habe er sie damals nach sich selbst benannt.

Fast zehn Jahre hat er nach ihr gesucht, an ihr geschraubt, bis sie 2004 fertig war. Wer sie nachfährt, erlebt auf dem Weg durch Deutschland, Österreich, die Schweiz und Italien alles. Traumhafte Täler, quälende Anstiege, rauhe Murmeltiere am Morgen. Tagsüber Energieriegel und abends Weißbier.

Menschen aus allen Teilen der Welt folgen Albrechts Spuren über die Alpen. „Von überall außer aus Afrika“ kommen sie. Unglaublich sei das alles. Der Erfolg dieser Route brachte Albrecht dazu, sich vor zehn Jahren „aus dem bürgerlichen Leben herauszukatapultieren“. Seit 2005 ist er selbstständig. Traumtouren sind jetzt sein



Ins Rollen gekommen: Der Trend Alpenüberquerung boomt ungebrochen. Immer mehr Radler machen sich von Bayern aus auf den Weg über die Alpen nach Italien. Diese Mountainbiker haben noch eine gute Strecke vor sich. Sie treten in der Nähe von Hall in Tirol in die Pedale.

FOTOS: REUTERS/DOMINIC EBENBICHLER

Beruf. Seine Bücher erscheinen mittlerweile auch in englischer Sprache. Seit 15 Jahren etwa werde der Transalp-Hype jedes Jahr noch ein bisschen größer, staunt Albrecht. Andererseits ist die Erklärung vielleicht ganz einfach: „Die Leute würden es nicht tun, wenn sie nicht das Bedürfnis hätten.“

Etwa 30 Mal hat Albrecht selbst die Alpen mit dem Fahrrad überquert, genau weiß er es nicht. Was er weiß: Warum er es immer wieder tat nach dem ersten Mal 1995. „Die Faszination liegt darin, dass man spürt, was möglich ist, ganz hautnah an sich selbst. Was man erreichen kann.“ Berg, Tal, Berg. Qual, Genuss. „Diese Wellen“, sagt Albrecht. Wie das echte Leben.

Das große Abenteuer in den Bergen, es ist wohl tatsächlich ein Männerding – das ist auch Albrechts Erfahrung. „90 zu 10“, das sei das Geschlechterverhältnis unter den Bikern, die er unterwegs trifft oder in Gruppen über die Alpen führt. Warum das so ist? Albrecht hat sich das auch schon überlegt. „Ich vermute, das liegt an der männlichen Gen-Ausstattung. Männer sehen Anstrengung auch als Notwendigkeit, um zu zeigen, wie stark sie sind, um sich zu beweisen“, sagt der ehemalige Psychologe. Natürlich aber sei es auch eine körperliche Sache. Andere Touren seien für Frauen einfach attraktiver. Bei einem Alpen-cross muss man sein Rad schließlich auch über steile Anstiege schieben – manchmal sogar tragen.

Hubert Glatzenberger weiß genau, wovon Albrecht spricht. „Wenn man einen Pass hochschiebt – okay. Wenn man aber auch wieder runterschieben muss, weil es einfach nicht fahrbar ist – dann fragt man manchmal schon nach dem Sinn“, sagt

der 44-jährige Familienvater aus Schonstett im Landkreis Rosenheim. Glatzenbergers Erinnerungen sind frisch, er hat erst vor gut zwei Wochen die Alpen bezwungen. Auf der Albrecht-Route. Am ersten Tag von Garmisch nach Landeck. Dann Ischgl, Bodenalpe, über den Fimberpass rüber in die Schweiz. Am vierten Tag über den Passo

Verva nach Italien. Gaviapass, Madonna di Campiglio und nach sieben Tagen der Gardasee – angekommen.

„Einmal da drüber“, für Glatzenberger war lange klar, dass er das tun muss. Vor drei Jahren hat er es dann wahr gemacht – die Transalp 2015 war seine zweite. Monatelange Vorbereitung ging der Tour voraus. Im Winter Spinning

im Fitnessstudio, dann Trainingstouren auf die Kampenwand, Glatzenbergers Hausberg, egal bei welchem Wetter. Ein paar Kilo abnehmen, damit es leichter geht. „Wenn du es einmal mit deinen Mitfahrern ausgemacht hast, dann lebst du danach.“ Es gibt kein Zurück.

Glatzenberger war in einer Gruppe mit Freunden unter-

wegs. „Das ist heiterer. Man ratscht über vieles weg.“ Die Gruppe mache es einfacher, die Anstrengungen zu bewältigen. „Du siehst, dass die anderen auch leiden. Das nicht nur du kämpfst mit allem, was du hast.“

Dieses Leiden ist ein großer Faktor, wenn ganz normale Menschen beschließen, mit dem Fahrrad über die Alpen

zu fahren. Das tägliche Pensum liegt für viele an der Grenze dessen, was sie leisten können. Oft weit über dem, woran sie vor wenigen Monaten noch gnadenlos gescheitert wären. Meist 2000 Höhenmeter und mehr, verteilt auf 70, 80 Kilometer – den ganzen Tag im Sattel. Dazu kommt der Rucksack. Acht, neun Kilo. Die Hitze. Der körperliche Verschleiß der Vortage. Es tut weh. Doch es ist kein Leiden, das zerstört. Es ist eines, das aufbaut, weil es vorübergeht und nichts zurücklässt außer Glück. Es ist wie Albrecht sagt: Berg, Tal, Berg. Es ist das Leben.

Klar, sagt Glatzenberger, natürlich ist es dieses Abenteuer, das ihn reizt. Die Herausforderung etwas zu schaffen, von dem man sich vorher nicht sicher ist, ob es gut geht. Und gleichzeitig geben ihm die Tage in den Bergen und das stundenlange Radeln, das manche in einen tranceartigen Zustand versetzt, noch etwas ganz anderes. „Die Weite, die Landschaft. An Orten zu fahren, wo du sonst nicht hinkommst – da trifft du keinen Wanderer. Alles ist staad.“

Am extremsten war das vor drei Jahren. Damals war er ganz alleine unterwegs. „Dann sitzt du an einem Pass, schaut dir das alles an, diese tolle Landschaft. Aber da ist niemand, zu dem du jetzt sagst, wie schön es hier doch ist.“ Einsamkeit, Freiheit. Und doch, manchmal, da dachte er sich schon: „Wenn du daheim bist, dann musst du das alles deiner Frau erzählen.“

Doch als Hubert Glatzenberger dann irgendwann tatsächlich wieder daheim war, da war es doch ganz anders. „Nur ein paar Sachen“ habe er erzählt. Der Drang war einfach weg. Die Erinnerung nicht. „Das ist alles in dir drin.“



Einsame Freiheit: Mountainbiker Hubert Glatzenberger schätzt die Ruhe und die Weite in den Alpen.



Ohne Schaltung: Diese drei Fürstenfeldbrucker haben die Alpen mit Nostalgie-Rädern bezwungen.

FOTOS: PRIVAT

Drei Routen vom Transalp-Profi Andreas Albrecht

1. Der Klassiker: Eine der beliebtesten Routen über die Alpen führt von Garmisch-Partenkirchen zum Gardasee – die Albrecht-Tour. Inzwischen sind Tausende von Transalplern seinen Routenvorschlägen gefolgt. 487 Kilometer, knapp 12 000 Höhenmeter – grandiose Passübergänge, einsame Hochtäler, traumhafte Singletrails und urige Hütten. Dabei muss sich der Mountainbike-Abenteurer durch so wenige Schiebepassagen wie möglich quälen.

2. Auf dem Tandem auf Sissis Spuren: Diese Transalp hat Andreas Albrecht nach dem Motto seiner „Easy-Transalps“ entwickelt: landschaftlich schöne, aber fahrtechnisch leichte Routen über die Alpen, die er gemeinsam mit seiner Frau auf einem Mountainbike-Tandem befährt. 536 Kilometer und 3650 Höhenmeter. Der rote Faden der



Etwa 30 Mal hat Andreas Albrecht, den sie „Dr. Rad“ nennen, die Alpen schon überquert.

Streckenführung sind Lebensstationen von Sissi, Kaiserin von Österreich. Nach dem Start in München führt die Reise über den Starnberger See und den Fernpass ins Inntal. Weiter geht es über den Reschenpass nach Meran. Die Transalp endet in Verona.

3. Albrechts Herzenstour:

Vier Jahre hat er an der getüfelt, ehe er zufrieden war und die Transalp veröffentlicht hat. In acht Tagen geht es über 573 Kilometer und 11 500 Höhenmeter von München nach Venedig – mit Stationen in Cortina d'Ampezzo oder Belluno: „Diese Transalp ist eine etwas unterschätzte Route, an der mein Herz hängt“, sagt Albrecht

Detaillierte Infos zu allen drei Transalp-Routen sowie den dazugehörigen Büchern gibt es auf www.transalp.info.