

543km am Stück nur mit den Armen: Rollstuhlfahrerin Ursula Schwaller beendet mit sensationeller Zeit die norwegische „Grosse Kraftprobe“

Manchem Radsportler würde eine Welt zusammenbrechen, wenn er das Rennvelo eines Tages gegen einen Rollstuhl austauschen müsste. Nicht so bei Ursula Schwaller. Die 40 jährige Architektin aus Düdingen bewältigt als erste Paraplegikerin mit ihrem Handbike die legendäre "Styrkeprøven" von Trondheim nach Oslo (NOR).

543km und knapp 4'000 Höhenmeter in 24:44:12, das gelang der 40 jährigen Rollstuhlsportlerin zwischen Freitag, 17.06. und Samstag, 18.06. zusammen mit Walter Eberle (LIE). Schwaller klassierte sich im ersten Drittel der Gesamtrangliste und liess mit Rang 483 overall fast 1'000 nichtbehinderte Langstrecken-Radsportler hinter sich.

Die siebenfache Weltmeisterin und Paralympic-Medaillengewinnerin absolvierte damit die längste Distanz, die je im Schweizer Rollstuhlsport am Stück gefahren wurde.



insgesamt über 57 Millionen Kilometer zurückgelegt - fast 1'500 Erdumrundungen.



„Es war ein hartes Stück Arbeit mit einem soliden Ernährungsplan und einer geschickten Wettkampfplanung mit straff organisierten Kurzstopps“ erklärte die Handbikerin, welche sich mit 26 Stunden bereits ein sehr ambitioniertes Ziel setzte. Die Abschnittszeiten zeigen denn auch, dass Schwaller im Vergleich zu den anderen Finishern während des Rennens immer schneller wurde und Rennvelofahrer um Rennvelofahrer überholte.

Eine Radsportlerin unter Radsportlern

„Den Store Styrkeprøven“ (zu Deutsch „Die grosse Kraftprobe“) gehört zu den Klassikern unter den Langdistanzrennen. Seit 1967 geht es jedes Jahr nahe der Mitternacht von der einstigen Hauptstadt Norwegens zur Aktuellen. Weit über hunderttausend Fahrer haben die Strecke seitdem bestritten, und dabei



Dieses Jahr feierte die Veranstaltung ihr 50jähriges Jubiläum. Der ideale Zeitpunkt für Ursula Schwaller, ihren langgehegten Traum endlich wahrzumachen.

Seit längerer Zeit hat die vielseitige Sportlerin etwas Abstand von reinen Behindertensportrennen genommen und bestritt dieses Jahr unter anderem den Gommerlauf auf Langlaufski, die Berner Rundfahrt und den Ironman 70.3 Switzerland. Schwaller ist auch gern auf dem Monoski oder dem Kajak unterwegs und war ab 2013 die erste Wettkampfruderin der Schweiz im Rollstuhl.



„Zu den nordischen Ländern hat die Deutsch-freiburgerin eine enge Beziehung. Als Teenager bereiste sie Schweden,

Norwegen und Dänemark, arbeitete als Au-Pair in Stockholm und versuchte sich als eine der wenigen Rollstuhlfahrerinnen auch mal als Musherin. Letztes Jahr bestritt sie die 300km



Freitagabend, Punkt 22.00 startete das Team zusammen mit 80 Rennradfahrern im ersten Startfeld und begab sich auf die E6, welche für die nächsten knapp 25 Stunden zu Wohn- und Arbeitszimmer wurde. Gerechnet wurde entsprechend der Jahreszeit mit Regen, Wind und Temperaturen auf dem Hjerkin-Pass um die Nullgradgrenze. Eine besondere Herausforderung für eine

lange „Vätternrundan“ als erste Handbikerin überhaupt und pulverisierte den bis dahin gültigen Streckenrekord im ersten Anlauf.

Für die Styrkeprøven setzte Schwaller das nur leicht veränderte Betreuersteam der „Vätternrundan“ ein. Neben Leif und Johan Pihlblad und Adrian Krucker war nun mit Meinrad Müller auch ein Masseur dabei. Da die klassischen Radsportler dem superflachen Handbike keinen Windschatten bieten, holte sich Schwaller auch diesmal den ehemaligen Europacup-Kniebiker Walter Eberle (LIE) mit ins Boot.

„Wir haben alle harte Köpfe, Durchsetzungsvermögen, viel Erfahrung und harmonieren gut.“ findet Schwaller. Walter Eberle nahm bereits mehrmals erfolgreich an der Tortour teil, und beide sind erfahrene Gigathleten.



Rollstuhlsportlerin, welche 2/3 ihres Körpers weder spüren noch aus eigener Kraft warm halten kann.

Während später startende Radfahrer teils nass und unterkühlt aufgeben mussten, fuhr Schwaller rund 8 Stunden lang knapp neben einer sich rotierenden Regenfront. Erst auf der Abfahrt nach Dombås konnte das Team die Front definitiv hinter sich lassen.



„Wenn sich neben Dir ein 80km langes Wolkengebiet exakt an den Strassenrand hält wo Du Dich befindest, weißt Du, weshalb Du glaubst, dass manches vorbestimmt sein könnte.“ Die Hightech-Regenausrüstung mit Visierhelmen, Mehrschicht-Wasserschutz, Wärme-Einlagen und viel Neopren musste trotz leichtem Nieselregen nicht angerührt werden.



Adrenalin begleitet. Da wir auf dem wunderschönen Hjerkin mit der Nullgradgrenze gerechnet hatten, erschienen uns die vorhandenen vier Grad gerade angenehm. In der wildromantischen Landschaft schweiften unsere Gedanken zu unserem Mentoren und Vorbild, dem im letzten Jahr verstorbenen Rekord-Ultracycler Manfred Putz (AUT) und zu Rollstuhlsportlegende und SOPUR-Teamchef Errol Marklein, dessen Endzeit von 2011 (25:11) in unsere Reichweite rückte.“

Gestoppt wurde nie länger als ein paar Sekunden, maximal 2 Minuten für eine Kurzmassage oder ein

dringendes Bedürfnis. Die ganze Ernährung erfolgte flüssig nach dem Konzept von Christian Hoppe, welcher bereits Dani Wyss und Andrea Clavadetscher zu ihren RAAM-Siegen führte. Geleitet wurde das Team durch Schwallers Partner und Trainer Marcel Kaderli, selbst auf dem Rennrad unterwegs. Er koordinierte die Verpflegung, motivierte, beorderte das

Adrenalin, Emotionen und das Gleiten in der Zeitlosigkeit

„Den 180km lange Aufstieg brachten wir in der Nacht in zeitloser Gleichmässigkeit hinter uns und wir merkten, dass wir am Berg schneller waren als geplant. Hier war der Schlüssel zur schnellen Zeit und wir wurden in der Folge von Euphorie und



Teamfahrzeug bei Bedarf zu sich und postete rollend Bilder vom Rennen in die Welt hinaus. Da kein Support per Fahrzeug direkt hinter den Athleten vorgesehen ist, verlangte alleine die Logistik für die Kommunikation, Routing und Navigation, das Nachladen der Geräte und die Verteilung der durchschnittlich rund 14 Liter Getränke und fast 8'000 Kalorien pro Person ein genaues Konzept und flinkes Arbeiten des ganzen Betreuungsteams.



Dann die endlose Abfahrt, welche Schwaller teils alleine hinter sich brachte. Niemandem – auch nicht Kaderli auf dem aerodynamischen Madone – gelang es, dem nur 63cm hohen und knapp 12 kg schweren Handbike zu folgen. Auf den folgenden flachen Abschnitten konnten sich Schwaller und Eberle die Führungsarbeit teilen und so einen zusätzlichen aerodynamischen Vorteil ausspielen.

Jetzt wartete das Neuland, die Grenze zum nie Erlebten. Schwaller trainiert zwar rund 15-20 Stunden pro Woche im Wissen, dass selbst RAAM-Sieger ihre Erfolge in erster Linie mit einer überragenden Grundlagenausdauer und hohen Wattwerten an der Lactatschwelle gewinnen. Im Vorfeld kamen rund 8'000km und 75'000 Höhenmeter allein mit Armkraft zusammen. Distanzen über 130km wurden jedoch mit Ausnahme der Genfersee-Rundfahrt und einem



200km Test auf Mallorca nicht gefahren. Die längste je am Stück gefahrene Distanz waren die 300km am Vätternsee vom Vorjahr.



„Vor Lillehammer erreichte uns die Müdigkeit. Der Teamleiter las nun Facebook-Reaktionen und Glückwünsche vor und wir nahmen nach monatelangem Kaffeentzug zum ersten Mal wieder Koffein zu uns.“

Nun kam der härteste Teil der Strecke. Die Temperaturen stiegen vorübergehend auf 25 Grad an aber niemand war bereit, zusätzliche Zeit in einen Kleiderwechsel zu investieren. Die warmen Radhosen mussten bleiben. Es folgte ein endloses, kräftezehrendes Auf und Ab, Baustellen und Umleitungen. Die Gelenke meldeten sich, einige Finger begannen einzuschlafen. Aber der Zeitplan sagte, dass das Team nicht langsamer wurde und Rang um Rang gut machte. Kaderli begann nun, die Schlusszeit hochzurechnen und die Namen jener Handbiker vorzulesen, die Schwaller und Eberle virtuell bereits hinter sich liessen. Als die Namen langsam ausgingen, berechnete er die Durchschnittsgeschwindigkeit, welche noch benötigt wurde, um eine Gesamtzeit von 25 Stunden zu unterschreiten.

Das Publikum, das grosse Aufputschmittel

Als der Abend anbrach, wurde das Publikum immer dichter. „Wir wurden frenetisch angefeuert. Ganze Quartierfeste waren im Gange und die



Norwegen-Fahnen wehten auch für uns. Selbst die kompakt fahrenden Gruppen, welche auf Gesamtsieg fuhren, heizten uns beim Überholen lautstark im Chor auf.“ Alles tat weh, aber die Antreiber am Strassenrand und im Nacken liessen

nicht zu, dass Schmerz und Schwäche ins Bewusstsein drangen.

„Dann der letzte Aufstieg auf der Autobahn, welchen wir längst versuchten aus unseren Gedanken zu streichen.“ Niemand überholte die Handbiker mehr, sie lagen über einer Stunde vor dem Zeitplan und mit zwei Ausnahmen vor allen Handbikern, welche in der 50jährigen Geschichte dieses Rennens je das Ziel erreicht hatten.

„Von weitem hörte man das Mikrofon, unsere Namen drangen wie durch Watte zu uns durch. Mit der Medaille um den Hals entschwand der letzte Rest an Energie. Als man mich auf den Rollstuhl hievte, fehlte mir jegliche Stabilität in jenen Muskeln, welche ich in den 25 Stunden davor nicht mehr ansteuerte. Am liebsten wäre ich sofort aufs Bike zurückgekehrt.“

Als Ursula Schwaller am nächsten Tag aufwachte, tröpfelten immer noch Finisher der Jubiläums-Styrkeprøven ins Ziel und Schwaller fühlte sich



fest mit der norwegischen Landschaft und der E6 verbunden. Die Woche des Midtsommars hatte nun begonnen. Abends tanzten die Mädchen fröhlich und voller Leichtigkeit in den traditionellen Trachten. Es war immer noch hell, aber die grosse Uhr am Hafen zeigte bereits wieder die Zeit der Zieleinfahrt vom Vortag. Das Leiden war schon ganz weit weg und die Ultracyclerin Ursula Schwaller einfach nur noch glücklich.

Text: Marcel Kaderli

