nolabel.ch

Mallorca 17.04.2005 - 24.04.2005

Sonntag, 17.04.2005

Gegen Mittag sind wir hier auf Mallorca angekommen. Das Wetter war wie vermutet praechtig. Natuerlich konnten wir es nicht unterlassen sofort auf das gemietete Rennvelo zu steigen und die Beine warm zu fahren. Wir fuhren Richtung Cap Formentor und wieder Richtung Alcudia zurueck. Nach diesen vollbrachten 75km auf dem Rad lockerten wir unsere Beine im etwas kuehlen und welligen Pool. Natuerlich mit Paddles und Pullbuoy (nicht "baedele").

Montag, 18.04.2005

Unsere erste Tour mit Oscar Camenzind und Urs Freuler fuehrte uns auf den Cura Randa bei wiederum viel Sonnenschein und dem ueblichen Wind, welcher taeglich auf der Insel herrscht. Nach einer gemuetlichen Siesta am Pool (ohne Paddles) stand noch ein lockeres Auslaufen auf dem Programm und spaeter dann natuerlich auch das verdiente Schlummerbierchen.

Dienstag, 19.04.2005

Osi und Urs konnten sich gut unserem Tempo anpassen, was wiederum dazu fuehrte, dass sie mit uns auf die Tour kamen. Die Steigung hinauf zum Kloster Luc war nahrhaft, die Ab- und Rueckfahrt zum Hotel dafuer umso rasanter. Nach einem ganzen Tag ohne Schwimmen (!) fehlte uns der erfrischende Pooleffekt, so dass wir es eine ganze Stunde lang genossen (mit Paddles).

Mittwoch, 20.04.2005

Ruhetag - eigentlich ein Tag zum Ruhen, die Fuesse in den Pool zu haengen und den Bauch mit Madeleines und Schockoprinzen vollzuhauen. Oder sich die Koenigsetappe nach den eigenen Vorlieben zusammenzustellen. Wir entschieden uns natuerlich fuer die zweite Variante und fuhren den vielen Wolken und dem starken Wind zum trotz Richtung Berge, wo das Dach der Insel auf uns wartete. Coll de Soller und Puig Major hiessen die Hindernisse auf der 150km Route. Muede aber zufrieden konnten wir uns nun doch noch den oben erwaehnten Schleckereien widmen.

Donnerstag, 21.04.2005

Nach der gestrigen Bergetappe haben wir uns heute den flachen Sueden der Insel vorgenommen. Insgesamt standen wieder 140km auf dem Programm, welche wir kurz nach 10 Uhr in Angriff nahmen. Auch heute war der Wind wiederum unser treuer Begleiter - leider der einzige, da sich unsere Gruppe vom Dienstag fuer unsere Tour von gestern entschieden hat.
Bei heissen Temperaturen ist der Hotelpool eine wohltuende Abkuehlung, unsere Tour jedoch brachte uns nicht derart ins Schwitzen. So brauchte es fuer das stuendige Schwimmtraining anfangs doch eher Ueberwindung. Uebrigens durften auch heute die heissgeliebten Suessigkeiten nicht fehlen.

Freitag, 22.04.2005

Und taeglich gruesst das Murmeltier.....aufstehen, fruehstuecken,velofahren,Pasta essen, joggen, duschen, Abendessen, Bericht schreiben....

Hauptsache ist jedoch, dass das Wetter immer noch ausgezeichnet ist. Die Beine sind jedoch langsam schon etwas leer, wie unsere Koepfe auch. Deshalb werden auch die Berichte immer kuerzer und kuerzer.

Samstag, 23.04.2005

Heute war ja wieder absolut geniales Wetter. Blauer Himmel, sehr warm und auch nicht allzu windig! Zum Abschluss standen nochmals 150km auf dem Programm. Das Ende der Ferien kommt zum richtigen Zeitpunkt - die Beine sind genug muede, das Buffet ist durchgegessen, einige Lieblings-Schweizer-Gaeste abgereist (zum Glueck), das Wasser im Pool zigmal durchgewaelzt.

Alles in allem erfolgreiche (nicht gerade erholsame) Trainingsferien, welche wir allen weiterempfehlen koennen.

Hier noch ein Bild unserer Gruppe mit Oscar Camenzind und Urs Freuler: