

Raus aus dem Schlafmangel: Teams begeistern beim Race24 in Kelheim!

Am 14. Juli 2025 nahm das Team Zürich Versicherungen Bauer am Race24 in Kelheim teil und absolvierte 49 Runden.



Kelheim, Deutschland - Am 14. Juli 2025 fand in Kelheim das traditionelle Race24 statt, an dem insgesamt 118 Herren-Teams teilnahmen. Unter ihnen war auch das Team Zürich Versicherungen Bauer, das in einem packenden Wettkampf den 35. Platz belegte. Die Besetzung konnte mit Martin Stockert, Florian Mayer, Stefan Pollinger, Claudius Bauer und Markus Franke auftrumpfen und gab ihr Bestes über die gesamte Renndauer von knapp 17 Stunden, berichtet [mittelbayerische.de](https://www.mittelbayerische.de).

Florian Mayer war als Startfahrer auserkoren und trat nervös an die Startlinie. Seine Leistungsfähigkeit zeigte sich bereits mit einer Auftaktrunde von weniger als 24 Minuten. Trotz der

Herausforderungen bei Dunkelheit und technischen Problemen ist das Team stolz auf die geschafften 49 Runden. Besonders Martin Stockert machte während des Rennens eine bemerkenswerte Aussage, als er gestand, dass er in der Nacht zwischen 3:41 Uhr und 4:03 Uhr nur wenig Schlaf fand.

Ernährungsstrategien für optimale Leistung

Ein gut durchdachter Ernährungsplan ist für Radsportler vor einem Rennen von großer Bedeutung. Die richtige Nährstoffkombination ist entscheidend, um Energie zu gewinnen, die Regeneration zu fördern und die Konzentration während des Wettkampfes aufrechtzuerhalten. In den Tagen vor dem Rennen sollten die Sportler kohlenhydratreiche Speisen bevorzugen, wie Pasta und Reis, um ihre Glykogenspeicher optimal aufzuladen. Wie radsport-wulff.de anmerkt, sollte eine ausgewogene Mahlzeit etwa 2,5 bis 3 Stunden vor dem Start eingenommen werden.

Das Team um Mayer hatte das für seine Teamleistung richtige Gespür und konnte die Strategie erfolgreich umsetzen, ohne Doppelrunden fahren zu müssen. Die Rundenzeiten blieben meist unter einer halben Stunde, was sicherlich auch mit der gezielten Nährstoffzufuhr und der Flüssigkeitsversorgung während des Rennens zusammenhing. Für Radprofis sind leicht verdauliche Nahrungsmittel wie gedünstetes Gemüse und tierische Eiweiße wichtig, um die Muskulatur zu unterstützen.

Herausforderungen meistern

Markus Franke, ein weiteres Teammitglied, kämpfte während des Wettkampfs mit technischen Problemen an seiner Hinterradbremse und wurde zudem von Magenbeschwerden geplagt. Er führte diese Schwierigkeiten auf seine ungewohnte Ernährung zurück. Solche Herausforderungen sind bei einem Rennen, wie dem Race24, keine Seltenheit, wie auch Claudius Bauer bestätigen konnte, der die Hindernisse in der Dunkelheit beschrieb.

Trotz aller Widrigkeiten äußerte Florian Mayer seine Erleichterung über das Ende des Rennens und bezeichnete die gesamte Veranstaltung als wie ein Traum . Die Teammitglieder denken bereits über eine Rückkehr zur nächsten Auflage des Race24 nach, was zeigt, dass der Wettkampf in Kelheim nicht nur eine Herausforderung, sondern auch eine Quelle der Motivation ist.

Insgesamt lässt sich festhalten, dass eine durchdachte Vorbereitung sowohl auf körperlicher Ebene als auch in Bezug auf die Ernährung entscheidend für den Erfolg eines Radsportteams ist. Das Team Zürich Versicherungen Bauer hat bewiesen, dass sie das richtige Gespür hatten und dennoch einige Lehren aus dem Rennen ziehen müssen, um im nächsten Jahr vielleicht noch weiter oben in der Rangliste zu landen.

Details	
Ort	Kelheim, Deutschland
Quellen	• www.mittelbayerische.de • radsport-wulff.de

Besuchen Sie uns auf: nag-bayern.de