

## Mit dem Rad über die Alpen bis Nizza

Chirurg Christian Hessler ist einer der 81 Teilnehmer, die beim Three Peaks Bike Race ins Ziel kommen / Für HGH-Chefarzt ist sein Sport Ausgleich zum Beruf

Von Sören Heim

**BINGEN.** Eigentlich denkt man, in einem anstrengenden Beruf, wie etwa dem des Chirurgen am Heilig-Geist-Hospital (HGH), der durch die Corona Pandemie in den letzten beiden Jahren definitiv nicht leichter geworden ist, möchte man nach der Arbeit nur noch die Füße hochlegen und entspannen. Doch Christian Hessler, Chefarzt in der Chirurgie am HGH, wählt einen ganz anderen Weg. In seiner Freizeit sitzt er auf dem Rad. Und nicht gerade wenig. Etwa 12.000 Kilometer hat er abgespult, um sich auf eine Veranstaltung vorzubereiten, gegen die diese 12.000 Kilometer noch einmal wie eine Kleinigkeit wirken.

Von 9. bis 19. Juli war Hessler beim Three Peaks Bike Race, ein Ultradistanz-Radrennen, aktiv. Es ist ein „Radrennen ohne Unterstützung“. Was bedeutet, dass es im Gegensatz zu Wettbewerben wie etwa der Tour de France, hier kein organisiertes Feld, keine Mannschaftswagen, nicht einmal eine abgesteckte Strecke gibt. Sondern hier gibt es gewisse Wegpunkte und Parcours, die innerhalb eines bestimmten Zeitrahmens abgefahren werden müssen. Der Start des Three Peaks Bike Race war in Wien, das Ziel in Nizza. Die wichtigsten Wegpunkte, berichtet Hessler, seien natürlich die drei Gipfel gewesen, die dem Rennen den Namen verleihen: Die Drei Zinnen, Tannalp, der Colle de Nivolet und ausnahms-

weise als vierter Gipfel Mont Ventoux. „Aber insgesamt geht es natürlich im Alpenraum noch über viele weitere Berge, sodass ich zum Schluss 2300 Kilometer und 37.000 Höhenmeter in den Beinen hatte.“

Unterwegs hatte der radelnde Arzt alles dabei, was es braucht, um sein Ziel ohne Unterstützung zu erreichen. Werkzeug für Reparaturen, eine Isomatte zum Schlafen sowie Bekleidung, Nahrung, Getränke und ein Navigationssystem, um die jeweiligen Ziele anzusteuern zu können.

**243 Starter, 91 im Ziel in Nizza – nur 81 im Zeitlimit**

„Es ist eine Frage der Balance“, sagt Hessler. „Man muss abwägen, was man braucht, denn spätestens wenn es bergauf geht, möchte man nicht zu viel wiegen.“ Auf der Strecke haben die Teilnehmenden dann große Freiheit, weshalb auch entsprechend viel Zeit in die Routenplanung investiert wird. „Hier gibt es generell die Wahlmöglichkeit zwischen weniger bergigen Strecken, die aber oft große Umwege bedeuten, und direkteren Fahrten über schwerere Pässe.“ 243 Menschen, so Hessler, seien in Wien gestartet, nur 91 sind in Nizza angekommen, davon 81 im Zeitlimit. „Von diesen 81 war ich am Ende der Vorletzte, aber ich bin dennoch sehr zufrieden. Insbesondere, wenn man bedenkt, wie viele aufgegeben haben.“

Zudem hatte Hessler auch



Christian Hessler während des Ultradistanz-Radrennens auf der Tannalp in der Schweiz. Start des Rennens war in Wien, das Ziel in Nizza. Insgesamt hat Hessler 2300 Kilometer und 37.000 Höhenmeter zurückgelegt.

Foto: Christian Hessler

unterwegs noch mit unerwarteten Schwierigkeiten zu kämpfen. „Es war unglaublich heiß, teils nahe 40 Grad. Und höchstwahrscheinlich aufgrund der Hitze ist mein Navigationssystem ausgefallen. Ich war mir nicht sicher, ob ich weiterfahren

könnte, konnte dann aber eine kleine Lösung mit meinem Handy basteln.“ Die sei allerdings nicht so stabil gewesen, „sodass ich oft stehen bleiben musste und die Konstruktion wieder befestigen“. Auch aus körperlichen Gründen sei er

mehrfach nah dran gewesen, das Handtuch zu werfen. „Aber wenn man schon öfter solche Ultra-Touren gefahren ist, weiß man, dass man niemals abends nach einem schweren Tag aufgibt. Und am nächsten Tag sieht es dann meist gar nicht mehr so

schlimm aus und man fährt weiter.“

Warum nimmt man es überhaupt auf sich, in einem Rennen wie dem Three Peaks Bike Race zu starten? „Ich fahre schon Zeit meines Lebens gerne und viel Rad, und besonders

die längeren Strecken“, sagt der heute 55-jährige Hessler. „Aber es ist nicht nur die körperliche Herausforderung. Diese Rennen haben in den vergangenen Jahren wieder viel an Beliebtheit gewonnen, und es entwickelt sich dort eine interessante Gemeinschaft aller Altersklassen.“ Zwar sei man auf sich allein gestellt, doch komme es auch immer wieder zu Begegnungen. „Gegen Ende der Tour fuhr ich nachts den Col de Perty hinauf, als ich vor mir ein Licht entdeckte. Ich konnte aufschließen und kletterte dann gemeinsam mit einer französischen Teilnehmerin weiter. Als wir rasteten, bot sie mir ihre Honigmelone an, und erst dachte ich noch, verrückt, so eine schwere Melone mitzuschleppen. Aber ich hatte nicht mal mehr Wasser, und die Melone war dann das Beste, was ich seit Langem gegessen habe.“

Außerdem sei diese Art von Sport auch ein Ausgleich zum anstrengenden Beruf. So schwierig eine Tour wie das Three Peaks Bike Race sei, man bekomme den Kopf dabei frei, manchmal habe das Radfahren fast etwas Meditatives. „Ich kann natürlich nicht für alle sprechen, aber mir hilft die körperliche Fitness dann auch wieder, den Beruf zu bewältigen, der ja nicht nur geistig, sondern auch körperlich anstrengend ist.“ Jetzt ist Hessler erst mal zurück im Dienst am Heilig-Geist-Hospital, aber die nächste große Radtour wird sicher nicht lange auf sich warten lassen.