

## **BiketheRock Newsletter 19.05.2016**

### **Fujibikes-Marathon: Eine kräftige Prise Genuss, eine kleine Dosis Leiden**

**Zum ersten Mal in der 15-jährigen Geschichte des BiketheRock powered by KMC gehört der Fujibikes-Marathon als Hobby-Rennen zum Festival-Programm. Die 21-Kilometer-Runde verspricht viele landschaftliche Schönheiten der Region und flowige Trails. Ein, zwei oder dreimal darf man die Runde über den Hochberg drehen, die wir hier einmal unter die Lupe nehmen.**



Start und Ziel, respektive Durchfahrt zur zweiten oder dritten Runde ist auf dem Festival-Gelände in der vom Volksmund so genannten „Stellung“.

Der Beginn ist charakteristisch für das BiketheRock. Um sich das zu verdienen, was noch kommt, geht es erst einmal bergauf. Es geht los über den Höhenweg in Richtung Lautern. Der Rosenstein, auch „The Rock“ genannt, wird beim Marathon also von der Ostseite über das Lappertal erklommen.

Wer oben ankommt, weiß schon mal woher der Titel „Grüne Hölle“ kommt.

Aber dazu hat man ja BERG-Fahrräder, sprich Mountainbikes. Die können das.

Oben angelangt, darf sich der Puls wieder beruhigen. Es folgt eine kurze Abfahrt und dann ein Flachstück am Waldparkplatz vorbei in die KMC-Bundesliga-Strecke, das den Biker bis zum Kinderfestplatz bringt. Dort dreht der Kurs eine kleine Runde über den Hochberg. Der heißt so, weil er die höchste Erhebung der Heubacher Berge ist. Aber keine Angst, die gravierendste Steigung liegt ja schon hinter dem Pedaleur und man kommt bald wieder am Kinderfestplatz vorbei.

#### **Flowig rollen die Räder**

Jetzt folgt ein „flowiger Trail“, wie das in der Sprache der Mountainbiker heißt und eine flüssig und genussvoll zu fahrende Passage meint. Die schlängelt sich in Richtung Lauterburg. Vorbei an Feldern und Wiesen wird die Straße Heubach-Bartholomä überquert. Danach ist der nächste, kleine Anstieg zu meistern.

Die Mühe lohnt sich, denn danach rollen die Räder in einen langen, schönen Downhill-Trail bis nahe an den Ortsrand von Heubach.

Unten angekommen liegen bereits 18 Kilometer hinter einem. Die von der Abfahrt gelockerten Beine werden jetzt für den letzten Anstieg benötigt. Durch einen Bach geht es auf die andere Talseite und erneut über die Straße zwischen Heubach und Bartholomä und von dort am Hochberg über ungefähr 100 Höhenmeter hinauf, ehe man links in einen Trail abbiegt, der sich zur „Stellung“ hinab windet.

#### **Kleine, mittlere oder größere Dosis**

Damit taucht der Pedaleur wieder ein in die Festival-Atmosphäre des BiketheRock powered by KMC und hat die 21 Kilometer und die 700 Höhenmeter des „Short Track“ hinter sich. Aber es geht auch ein zweites und ein drittes Mal. „Power Track“ und „Extreme Track“ wiederholen das Ganze ein zweites und ein drittes Mal. Welche kleine, mittlere oder größere Dosis an Schmerzen in den Beinen, vor allem aber welche kräftige Prise Genuss er oder sie in Anspruch nehmen will, darf spontan entschieden werden.

Nur den Sportlern der Kategorie U19 ist die Entscheidung abgenommen. Sie dürfen nur einmal genießen.

**Ein Marathon der besonderen Art – ein Marathon für ALLE!**

Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Veranstaltungshomepage [www.biketherock.de](http://www.biketherock.de)