

Schwarzwälder Dickkopf besiegt die grüne Hölle

Radsportler Ralph Schwörer legt solo auf der Nordschleife des Nürburgrings 673,6 Kilometer zurück, meistert 15 594 Höhenmeter und gewinnt das 24-Stunden-Rennen

Von Kim Cara Ruoff

RADSPORT. 26 Kilometer, 580 Höhenmeter – die berühmt-berüchtigte Nordschleife des Nürburgrings, von Formel 1-Exweltmeister Jackie Stewart einst als „grüne Hölle“ bezeichnet, ist nicht nur für das Heulen PS-starker Motoren bekannt. Seit mehr als zehn Jahren findet hier im Rahmen des Sportspektakels „Rad am Ring“ ein 24-Stunden-Rennen statt, das seinen Teilnehmern alles abverlangt. Warum Muskelkraft und eine gute Kondition nicht ausreichen, um die grüne Hölle zu bezwingen, erzählt Ralph Schwörer aus Stegen, der innerhalb eines Tages 673,6 Kilometer zurücklegte, 15 594 Höhenmeter meisterte und das Rennen in der Solowertung gewann.

Mit dem Startschuss beginnt für die Teilnehmer des 24-Stunden-Rennens ein langer Tag auf dem makellosen Asphalt der Nordschleife. Mittendrin ein grünes Trikot mit einem Goethe-Zitat als Schriftzug: „Er ist Mathematiker und also hartnäckig“. Es gehört Ralph Schwörer, der die Strecke mit all ihren Höhen und Tie-

Mal zu der kleinen Minderheit gehört, die diese Tortur nicht als Zweier-, Vierer- oder Achterteam absolviert, sondern als Einzelfahrer. „Für mich ist es wichtig, dass ich im Rennen mein eigenes Tempo finde“, sagt Schwörer, „dann bin ich ganz bei mir und spüre die Zeit fast gar nicht“.

Das Fahrradfahren hat Schwörer, der in St. Peter aufgewachsen ist und heute in Stegen lebt, schon früh für sich entdeckt: „In meiner Jugend musste ich immer von St. Peter mit dem Bus zur Schule“, erzählt Schwörer, „also habe ich meine Eltern gefragt, ob sie mir das Geld für den Bus auch ausbezahlen, wenn ich mit dem Fahrrad zur Schule nach Stegen fahre. Sie haben zugestimmt und so konnte ich mein Taschengeld aufbessern“.

Die Gewohnheit, das Auto lieber stehen zu lassen, ist dem 49-Jährigen bis heute geblieben. „Um zu Terminen oder zur Arbeit zu kommen, nehme ich immer das Fahrrad. So gelingt es mir, das Training in meinen Alltag einzubauen“, sagt Schwörer, dem das Radfahren auch im Beruf als Inspiration dient. „Ich denke mir für meine Schüler öfters mathematische Aufgaben rund um das Fahrradfahren aus“, sagt Schwörer, „sie werden zwar nicht immer mit Begeisterung bearbeitet, aber als eine meiner kreativen Eigenheiten geschätzt“. Eine Sammlung dieser Aufgaben stellt Schwörer auch auf seiner Website zur Verfügung, die zur Hälfte der Mathematik und zur anderen Hälfte dem Radsport gewidmet ist.

„Die Muskeln bringen dich den Berg hoch. Aber der Kopf hält die Beine am Laufen.“

24-Stunden-Sieger Ralph Schwörer

Die Radsport-Langstrecke hat Schwörer vor knapp zehn Jahren für sich entdeckt. „Meiner Meinung nach musste ich erst 40 Jahre alt werden, um Langstrecken fahren zu können“, sagt Schwörer, der mehrmals im Jahr zusammen mit anderen Langstreckenfahrern der ARA-Initiative (Audax Randonneurs Allemagne) Breisgau bis zu 600 Kilometer lange Touren fährt. „Ich glaube, es hat etwas damit zu tun, dass man im Alter seinen Körper besser einschätzen kann und mental stärker wird.“

Was ist wichtiger bei einem 24-Stunden-Rennen, bei dem pro Runde mehr als 500 Höhenmeter und kilometerlange



Steigung Hohe Acht auf der Nordschleife des Nürburgrings mit steilen Passagen bis zu 17 Prozent: „Strecken mit solchen Steigungen liegen mir als Schwarzwälder. Auf einer flachen Strecke hätte ich nicht gewonnen“, sagt Ralph Schwörer (rechts im grünen Trikot) nach seinem Sieg beim 24-Stunden-Rennen. FOTOS: SPORTOGRAF.COM

Bergauf-Passagen mit bis zu 17 Prozent Steigung überwunden werden müssen – der Kopf oder die Beine? „Ich glaube, es kommt auf beides an. Muskelkraft bringt einen zwar jeden Berg hinauf, aber nur der Kopf kann die Beine am Laufen halten“, sagt Ralph Schwörer, der seinen Kopf bereits vor dem diesjährigen 24-Stunden-Rennen auf 25 Runden eingestellt hatte. „Das war mein Ziel und ich wusste, dass ich es schaffen kann. Alles andere habe ich ausgeblendet“, sagt er. Aus Prinzip fährt er ohne Tacho: „Zu wissen, wie schnell und wie weit ich fahre, lenkt mich nur ab. Ich habe auch erst in der vorletzten Runde von meiner Führung erfahren, einfach deshalb, weil ich es davor nicht wissen wollte“, sagt Schwörer, „aber als ich es wusste, war das Gefühl unbeschreiblich“.

26 Runden hat Schwörer in 24 Stunden absolviert, mehr als jeder andere Einzelfahrer. Er hat 673,6 Kilometer abgospult, das entspricht in etwa der Entfernung von Freiburg nach Lübeck. Wohlgehemert an einem Tag, zusätzlich garniert mit 15 594 Höhenmetern. Während des Rennens hat



Ralph Schwörer im Dunkeln allein mit sich und der Anstrengung

sich Ralph Schwörer 14 Minuten Pause gegönnt. „Dieses Jahr hat einfach alles gepasst“, sagt er, „diesen Sieg habe ich definitiv meinem Schwarzwälder Dickkopf und den Trainingsmöglichkeiten in meiner Heimat zu verdanken“.

Eine Sache, die sich Ralph Schwörer auch noch vorgenommen hatte, konnte er jedoch nicht umsetzen. „Anfangs dachte ich, in 24 Stunden bestimmt genug Zeit zu haben, ein mathematisches Problem zu lösen“, erzählt er, „letztendlich habe ich die ganze Zeit aber entweder über Essen, Trinken oder die Strecke nachgedacht. Es hat mich einfach nur noch das Hier und Jetzt interessiert“.

Trotz des Sieges und der Krönung seiner sportlichen Laufbahn bisher will Schwörer auch in Zukunft Langstrecken fahren: „Für mich war das der Zenit. Mein nächstes Ziel ist aber auf jeden Fall, in zwei Jahren den Brevet Paris - Brest - Paris mitzufahren, einen 1200 Kilometer langen Radmarathon“, sagt Schwörer und ergänzt mit einem Augenzwinkern: „Da werde ich dann auch mehr als 14 Minuten Pause machen“.



Mathelehrer mit ausdauernden Beinen und kreativen Sport-Rechenaufgaben für seine Schüler FOTO: KIM RUOFF

fen gut kennt. Zum vierten Mal in Folge geht der 49-jährige Mathematiklehrer hier an den Start. Immer als Solist, immer einen Campingstuhl dabei. In diesem Jahr sind es zwei Campingstühle, die im Fahrerlager stehen, eine Bekannte betreut ihn. „Ich dachte mir, dass ein wenig Unterstützung dieses Jahr nichts schaden kann“, sagt Schwörer, der auch dieses

DJK-Reserve im Pokal aktiv

Donaueschinger müssen zum Verbandsligisten Radolfzell

FUSSBALL (zwi/vfqw). **Zweite Runde im südbadischen Verbandspokal: FC Radolfzell – DJK Donaueschingen** (heute, 18.15 Uhr). In einem Vorbereitungsspiel hat die DJK Verbandsliga-Aufsteiger Radolfzell ein 2:2 abgetrotzt. Für das heutige Pokalspiel kann dieser Test vor gut einem Monat indessen kein Maßstab sein. Denn die Allmendshofener schicken ihre zweite Mannschaft nach Radolfzell, also den Bezirksliga-Aufsteiger. Der Grund: Schon zwei Tage später bestreitet das Landesliga-Team das Eröffnungsspiel im heimischen Sportpark gegen Aufsteiger Überlingen. Und vor den erwarteten mindestens 400 Zuschauern möchte sich die DJK „ordentlich präsentieren“, wie der Spielausschussvorsitzende Thomas Wild erklärt. Mit nur einem Ruhetag zwischen beiden Spielen wäre das „unmöglich“, ergänzt er. Der FC Radolfzell sprach sich gegen eine Verlegung des Pokalspiels aus, deshalb entschied sich die „sportliche Abteilung“ der DJK, dass die zweite Mannschaft am See antritt. Diese freue sich mit ihrem Trainer auf die „Herausforderung“, so Wild.



Wenn Personalmangel herrscht, zieht Furtwängens Coach Markus Knackmuß die Kickschuhe hin und wieder an. FOTO: DIETER REINHARDT

Ungleiches Duell im Pokal

FC Furtwangen geht geschwächt ins Derby mit Nullachtern

FUSSBALL (zwi/vfqw). **Zweite Runde im südbadischen Verbandspokal: FC Furtwangen – FC 08 Villingen** (heute, 17.45 Uhr). Die Furtwanger haben den Pokalwettbewerb fast schon abgeschlossen. Die Nullachter wären in jedem Fall der große Favorit in dieser Partie, doch unter den aktuellen Vorzeichen schrumpft die Außenseiterchance der Bregtärer auf ein Minimum. Trainer Markus Knackmuß fehlen „definitiv zehn Spieler, der Großteil aus der ersten Elf“. Die vielen Urlauber dezimieren das verfügbare Personal, außerdem sind noch zwei, drei Spieler angeschlagen. Fünf Leute aus der Landesliga-Mannschaft stehen zur Verfügung – ob sie gegen den Oberliga-Aufsteiger auflaufen, dürfen sie selbst entscheiden, sagt Knackmuß.

Das Gros der Elf, die sich dem Vergleich mit den Villingern stellt, bildet nun zwangsläufig die zweite Furtwanger Mannschaft, die in der Kreisliga B kickt. Deren Spielertrainer Stefan Heine muss ran, Knackmuß wird die zusammengewürfelte Truppe von der Bank aus coachen. „Gewinnen werden wir's nicht“, sagt er lakonisch über die Pflichtaufgabe, deren Absage die Furtwanger teuer gekommen wäre. Die Spieler sollen das un-

gleiche Derby einfach „als zusätzliche Laufeinheit sehen“ und „das Ding über die Bühne bringen“. Bei aller Gelassenheit macht der Landesliga-Trainer keinen Hehl aus seiner „großen Enttäuschung“ darüber, dass der FC 08 die von den Furtwängern gewünschte Spielverlegung ablehnte, und keine zusätzliche englische Woche spielen zu müssen. Damit habe sein ehemaliger Verein die Furtwanger Spieler und Zuschauer „um ein schönes Erlebnis“ und eine willkommene höhere Einnahme gebracht.

Die Kontroverse im Vorfeld dieses Pokalspiels wegen des Verlegungswunsches der Furtwanger hat man bei den Nullachtern gelassen hingenommen. Der Villinger Geschäftsführer Gaetano Cristilli hat zu diesem Thema abschließend die Fakten bemüht: „Es gibt einen Rahmenterminalkalender. Die Termine stehen, jeder Verein kennt sie und weiß im Vorfeld, wann gespielt werden soll.“ Furtwangen dürfte, weil sich viele Landesligaspieler im Urlaub befinden, kein wirklicher Prüfstein für den Oberligisten werden. Der Rekord-Pokalsieger hat die nächste Runde jedenfalls fest im Blick und der Traum von einer DFB-Pokal-Teilnahme 2018/19 geht weiter.

FUSSBALL

Zweite Runde im südbadischen Verbandspokal

Heute, 17.45 Uhr:

VfB Bühl – SV Linx
SV Mörsch – SV Oberachern
SV Weil – FC Auggen
SV Kirchzarten – Bahlinger SC
SV Au-Wittnau – Rot-Weiß Stegen
FC Furtwangen – FC 08 Villingen
SV Denkingen – SC Pfullendorf
TSV Aach-Linz – SC Konstanz-Wollmatingen

18.15 Uhr:

SC Lahr – FSV Altdorf
FC Waldkirch – FV Lörrach-Brombach
FC Radolfzell – DJK Donaueschingen

18.30 Uhr:

SV Kuppenheim – FV RW Elchesheim
SV Oberschopheim – SC Hofstetten

Das Spiel FC Neustadt gegen den 1. FC Rielasingen-Arlen wurde auf Dienstag, den 22. August (17.30 Uhr) verlegt. Ebenfalls auf diesen Termin verschoben wurde das Spiel SF Elzach-Yach gegen den FC Denzlingen.

KONTAKT ZUR BZ

BADISCHE ZEITUNG REGIONALSPORT SCHWARZWALD

– Nachrichten und Termine
Redaktion: Johannes Bachmann, Jürgen Ruoff
Telefon: 07651/205-5727
Fax: 07651/205-5719
sport.schwarzwald@badische-zeitung.de
– Postanschrift
Scheuerlenstraße 2, 79822 Titisee-Neustadt