

**Medienmitteilung Juni 2014**

# **Louis Flepp am härtesten Radrennen Europas.**

.....

**Wädenswil** – 2'200km, 30'000hm, mit dem Rennrad in 5 Tagen rund um Österreich. Das hat sich der Wädenswiler Louis Flepp (59) zum Ziel gesetzt. Mit dem letzten Testlauf über 48 Stunden wird sich zeigen, ob er und sein Team bereit sind.

Es gilt als das härteste Radrennen Europas, das Race Around Austria (RAA) das vom 13.-18. August 2014 die Ultracycling Szene in Österreich versammelt. Mitten unter ihnen der Wädenswiler Louis Flepp mit seinem Team. Als ambitionierter Amateur möchte er Österreich in 5 Tagen umrunden. Dass er damit als ältester Finisher in die Geschichte des RAA eingehen könnte steht nicht im Vordergrund, spornt ihn aber erst recht an.

## **Training für Körper und Geist**

Seit bald einem Jahr bereitet sich Flepp auf die grosse Herausforderung vor. Mittlerweile trainiert er zirka 22-25 Stunden pro Woche, wobei es im Training nicht primär darum geht, schneller und härter zu fahren, sondern den Körper auf die lange Dauer des RAA vorzubereiten. In den verbleibenden 6 Wochen gilt es nun, die ideale Form zu finden, sowohl physisch als auch im Kopf. Denn bei einem solchen Langstreckenrennen wird irgendwann die mentale Stärke über Erfolg oder Misserfolg entscheiden.



## **Ein letzter Test**

Am Donnerstag 26. Juni startet das Team zu einem letzten Testlauf. Als Teststrecke dient die Route des Swiss Cycling Marathons, die von Bern an den Bodensee, über Luzern und Lausanne zurück nach Bern führt. Das sind 900 Kilometer oder 5 Etappen der Tour de Suisse, die Flepp in etwas mehr als zwei Tagen bewältigen möchte. Damit die Abläufe möglichst realitätsnah geprobt werden können, wird der Testlauf in der Originalbesetzung durchgeführt. Dazu zählen neben den zwei 3-köpfigen Begleitcrews, die den Fahrer während dem ganzen Rennen im sogenannten Pacecar betreuen, ein drittes Team, das für die Erholung und Verpflegung der Crewmitglieder im Motorhome zuständig ist. Für den Coach und ehemaligen Ultracycling-Profi Andrea Clavadetscher ist ein solcher Testlauf Gold wert. «Das Ziel ist es, alle Abläufe wie Navigation, Verpflegung, Kleiderwechsel, Radwechsel und Crewwechsel zu üben und einzuspielen. Während dem Rennen sollte dann alles so reibungslos wie möglich laufen.» Schliesslich will man hier keine wertvolle Zeit verlieren. Dazu zählt auch das Schlafkonzept. Vorgesehen ist jeweils eine 2-stündige Schlafpause nach Mitternacht. Damit der Fahrer danach möglichst schnell wieder auf dem Rad ist müssen die Handgriffe sitzen. «Wir wollen keine Hektik aber auch möglichst keine Zeit verschenken.» meint Clavadetscher. «Der Test ist eine gute Möglichkeit, das zu üben.»

## **Das Team zählt**

Mit dabei im Team sind die drei erwachsenen Söhne von Flepp. Obwohl sie ihren Vater schon auf einigen Touren begleitet haben ist das RAA auch für sie eine neue Herausforderung. «Ich bin gespannt, wie fit wir am 3. oder 4. Tag noch sein werden» meint Manuel Flepp, der als Fahrer im Pacecar zum Einsatz kommt. Die Erholung der Crew ist denn auch ein zentrales Element im Konzept von Andrea Clavadetscher. «Wenn

**Medienmitteilung Juni 2014**

*Louis Flepp am härtesten Radrennen Europas (Fortsetzung)*

die Crew ausgeruht die Schicht übernimmt, kann sie diese Energie auf den Fahrer übertragen. Das wirkt besser als jedes Doping.» Der Schlüssel dazu ist die Kommunikation zwischen Pacecar und Fahrer. Ein ausgeklügeltes duales Funksystem soll verhindern, dass Flepp vorne „alleine durch die Gegend fährt“. Auch der Bordelektroniker Simon Flepp ist froh über den Testlauf. «Die Anforderungen an die Kommunikation sind hoch. Navigationsanweisungen, Gespräche, Telefonate und Musik sollen übertragen werden können. Und das auch bei schlechten Bedingungen, wie Wind und Regen. In den 48 Stunden kann alles auf Herz und Nieren geprüft werden.»

**Live dabei**

Sowohl das Rennen im August, als auch der Testlauf können live mitverfolgt werden. Auf der Webseite [www.teamflepp.ch](http://www.teamflepp.ch) gibt das Team Einblicke in das Renngeschehen. Zudem wird die aktuelle Position von Fahrer, Pacecar und Wohnmobil auf einer Karte angezeigt. Natürlich hofft das Team auch auf Verstärkung von Zuhause. Per SMS können Glückwünsche an das Team geschickt werden, die bestimmt helfen werden, den nächsten Pass in Angriff zu nehmen.

**Weitere Informationen:**

[www.teamflepp.ch](http://www.teamflepp.ch)

**Pass-Sponsoren gesucht**

Das Race Around Austria führt über zahlreiche Alpenpässe. Mit einem Beitrag ab 150.– können die 10 härtesten Pässe gespendet werden. KMU's und Privatpersonen haben so die Möglichkeit, das Team Flepp bei der Umrundung Österreichs zu unterstützen.

Alle Infos unter [www.teamflepp.ch/pass](http://www.teamflepp.ch/pass)

**Kontakt & Fragen**

Haben wir Ihr Interesse geweckt oder haben Sie noch Fragen? Gerne stehen wir Ihnen zur Verfügung.

Kontakt Presseanfragen

Christian Flepp  
078 629 95 24  
[christian@teamflepp.ch](mailto:christian@teamflepp.ch)

Weitere Informationen

Webseite Team Flepp  
[www.teamflepp.ch](http://www.teamflepp.ch)

Offizielle Webseite RAA  
[www.racearoundaustria.at](http://www.racearoundaustria.at)