

# Sport

Ich fahre freiwillig keinen Meter mehr. Sch... auf dieses Hecheln und Schwitzen, ich sieze mein Fahrrad inzwischen.

Der deutsche Tour-Rekordteilnehmer Jens Voigt (43) will vom Radfahren nichts mehr wissen.



## VN-Tagebuch



Matthias Brändle

### Gut essen und viel schlafen

**CAMBRAI.** Während der drei Rennwochen bei der Tour ist es sehr wichtig, auf eine gute Regeneration zu achten. Das Prozedere beginnt nach dem Zieleinlauf, man bekommt zuerst ein Elektrolytgetränk. Dann geht es in den Mannschaftsbus. Ein Proteinshake wartet, danach gibt es eine Kleinigkeit zu essen. Ich fahre am liebsten mit dem Bus ins Hotel. Der hat WLAN, ich kann die sonstigen Geschehnisse des Tages checken und ein wenig relaxen. Denn hier bei der Tour dreht sich ja alles um den Radsport. Man kann leicht vergessen, dass es da draußen auch noch eine Welt gibt, in der andere Dinge wichtig sind.

Am Hotelparkplatz werden wir vom Masseur mit dem Zimmerschlüssel empfangen. Danach gibt es wieder eine Kleinigkeit zu essen. Die Pfleger haben bereits unsere Koffer von einem Hotel ins nächste gebracht. Die Schmutzwäsche legt man in einem Beutel vor das Zimmer, alles kommt dann frisch gewaschen wieder zurück. Das Leben wird uns so angenehm wie möglich gemacht, wir werden rundum versorgt. An Tagen wie am Montag mit dem Massensturz ist unser Arzt ein gefragter Mann. Er säubert uns die Wunden und checkt, ob auch nichts Ernsthaftes passiert ist. Nach einer Dusche folgt die Massage. Das Abendessen ist vielseitig, da ist für jeden Geschmack etwas dabei. Ich versuche immer, so viel wie möglich zu schlafen, momentan um die neun Stunden. Denn für die Herausforderungen der Tour musst du richtig ausgeschlafen sein.

## Mit „alles oder nichts“ zum Sieg

**Tony Martin schlüpfte nach tollem Finish bei der Tour de France erstmals ins Gelbe Trikot.**

**CAMBRAI.** (VN) Die längste Etappe gewonnen und damit erstmals das Gelbe Trikot gesichert: totaler Triumph für Tony Martin auf der vierten Etappe der Tour de France. Der deutsche Ex-Weltmeister im Zeitfahren setzte sich auf dem 223,5 km langen vierten Teilstück von Seraing nach Cambrai nach einer Attacke 3,4 Kilometer vor dem Ziel drei Sekunden vor seinem Landsmann John Degenkolb durch.

### Pech in Glück verwandelt

„Das ganze Pech der letzten Tage hat sich heute in Glück gewandelt“, sagte Martin nach seinem insgesamt fünften Tour-Etappensieg. Zuvor hatte der 30-Jährige das Gelbe Trikot jeweils nur um Sekunden verpasst. Auch gestern hatte er zunächst Pech: Wegen eines Defekts musste Martin knapp 20 Kilometer vor dem Ziel auf das Rad eines Teamkollegen wechseln, wurde

von seiner Mannschaft wieder schnell an die Spitzengruppe herangeführt. „Ich hatte zu diesem Zeitpunkt die Etappe eigentlich schon abgehakt. Doch nachdem wir den Anschluss wieder gefunden hatten, habe ich im Finale riskiert. Ich habe mir gesagt: ‚Probier’s!‘ Ich hatte noch einiges an Kraft und habe es geschafft. Ich bin so glücklich, ich habe mehr rausgeholt als jemals zuvor“, betonte Martin, dass er im Finish „Alles oder nichts“ gefahren sei.

In der Gesamtwertung hat der Olympia-Zweite von London 2012 nun zwölf Sekunden Vorsprung auf Mitfavorit Christopher Froome. Der Brit überstand im Gegensatz zum Vorjahr, als er nach einem Handgelenksbruch hatte aufgeben müssen, die sieben Kopfsteinabschnitte über 13 km diesmal ohne Sturz.

„Ich bin so glücklich, ich habe mehr rausgeholt als jemals zuvor.“

TONY MARTIN

Neben Froome kamen auch die drei anderen Tour-Siegeranwärter - Titelverteidiger Vincenzo Nibali aus Italien, der kolumbianische Bergspezialist Nairo Quintana und der spanische Giro-Sieger Alberto Contador - mit der von Degenkolb angeführten Gruppe ins Ziel. Für Vortagssturz-Opfer Matthias Brändle, dem Prellungen zu schaffen machen, war die Etappe eine Tortur, der Hohenemser verlor in der „Hölle des Nordens“ 15:43 Minuten auf Martin.

### Sturz forderte sieben Opfer

Sieben Fahrer gaben nach dem schlimmen Massensturz vom Vortag auf. Prominentestes Sturzopfer war Fabian Cancellara, der zwei Brüche im Lendenwirbelbereich erlitt. Außerdem hat es Tom Dumoulin (ausgekugelte Schulter), Simon Gerrans (Handgelenksbruch), Daryl Impey (Schlüsselbeinbruch), William Bonnet (Bruch des zweiten Halswirbels und Gehirnerschütterung) sowie Dimitri Kosontschuk (Brüche an Schlüsselbein und Schulterblatt) erwischt.

### Astana flog aus dem MPCC-Klub

**GENÈVE.** Die Bewegung für glaubwürdigen Radsport (MPCC) hat dem kasachischen Skandal-Team Astana vorläufig die Mitgliedschaft entzogen. Der MPCC-Vorstand reagierte damit auf den umstrittenen Start von Lars Boom bei der 102. Tour de France. Der 29-Jährige hatte im Vorfeld der Rundfahrt einen zu niedrigen Cortisolwert aufgewiesen. Nach MPCC-Bestimmungen zieht dies eine vorsorgliche Sperre von acht Tagen nach sich, Astana ignorierte das Reglement aber.

### Lauda giftet gegen Ferrari

**WIEN.** In Silverstone feierte Mercedes den sechsten Doppelerfolg in der Formel-1-Saison. Die Überlegenheit der Silberpfeile wird als eine der Ursachen für das alte Image der Motorsport-Königsklasse geortet. Was Niki Lauda auf die Palme bringt: „Was kann Mercedes dafür, wenn die bei Ferrari nur mit Spaghetti rumschmeißen und ihr Auto nicht richtig auf die Straße stellen?“ giftet der Aufsichtsratschef gegenüber der Konkurrenz in der „Bild“-Zeitung.



Tony Martin überrumpelte auf der vierten Etappe der Tour de France die Konkurrenz und holte sich das Gelbe Trikot. FOTO: AP



### Hohenemser sind stolz und wünschen Brändle viel Glück für die Tour de France

Dass es bei der dreiwöchigen Frankreich-Rundfahrt viel Glück braucht, um am 26. Juli das Ziel in Paris zu erreichen, hat der Massensturz auf der dritten Etappe gezeigt. Der Hohenemser Matthias Brändle war darin verwickelt, kam aber glimpflich davon. Seine Heimatstadt unterstützt den 25-Jährigen aus der Ferne. Bürgermeister Richard Amann und sein Team der Sportabteilung haben an verschiedenen Orten Banner aufgehängt mit dem Spruch: „Bonne chance Matthias – die Hohenemser wünschen dir viel Glück beim Tour-Debüt“. Ebenfalls Radsport begeistert zeigt sich der Hohenemser Kindergarten Kidla (Bild), der dem Emser kräftig die Daumen drückt.

FOTO: PRIVAT

## Rad

**67. Österreich-Radrundfahrt 2015** Internet: oesterreich-rundfahrt.at

**3. Etappe: Windischgarsten – Gratwein-Strabergel/181,1 km**

1. Rick Zabel (GER) BMC 4:23:06 Std.

2. Angel Vicioso (ESP) Katjuscha

3. Jan Tratnik (SLO) Amplatz Langenlois gleiche Zeit

Weiters: 4. Kristian Sbaragli (ITA) MTN, 5. Romain Hardy (FRA) Cofidis, 6. Marco Marcato (ITA)

Wanty, 7. Brent Bookwalter (USA) BMC, 8. Andi Bajc (SLO) Amplatz, 9. Tröls Vinther (DEN) Cult

-10. Clement Koretzky (FRA) Vorarlberg, 28. Victor de la Parte (ESP) Vorarlberg, 29. Stephan Rabitsch (AUT) Felbermayr, 34. Clemens Fankhauser (AUT) Hrinkow, 38. Daniel Paulus (AUT)

Vorarlberg, 41. Stefan Denift (AUT) IAM, 63. Nicolas Baldo (FRA) Vorarlberg alle gl. Zeit, 92.

Grischa Janorschke (GER) + 4:49 Min., 106. Patrick Jäger (AUT/V) 8:06, 120. Andreas Walzel (AUT), 146. Daniel Lehner (AUT), alle Vorarlberg, alle gl. Zeit.

### Gesamtwertung

1. Angel Vicioso (ESP) Katjuscha 14:24:36 Std.

2. Gerald Ciolek (GER) MTN +0:01 Min.

3. Rick Zabel (GER) BMC 0:02

Weiters: 4. David John Tanner (AUS) IAM, 0:05, 5. Sven Erik Byström (NOR) Katjuscha, gl. Zeit,

6. Eduard Worganow (RUS) Katjuscha 0:07, 7. Egor Silin (RUS) Katjuscha, gl. Zeit, 8. Natnael

Berhane (ERI) MTN 0:08, 9. Ben Hermans (NED) BMC 0:12, 10. Bookwalter, gl. Zeit, 17. Rabitsch

0:15, 25. Denift 0:17, 27. Gregor Mühlberger (AUT) Felbermayr, alle gleiche Zeit, 52. Clement

Koretzky (FRA) 0:28, 54. Victor de la Parte (ESP), 60. Nicolas Baldo (FRA) alle gl. Zeit, 62. Daniel

Paulus (AUT) 0:44, 119. Grischa Janorschke (GER) 13:34, 144. Andreas Walzel (AUT) 24:19,

147. Daniel Lehner (AUT) 24:49, 148. Patrick Jäger (AUT/V), alle Team Vorarlberg 25:02;

Insgesamt 152 Fahrer im Klassement.

**4. Etappe (heute, 10.30 Uhr):**

Gratwein – Dobratsch (Bergankunft)/210,2 km

## Ein Geschenk für den Vater

**Zabel gewinnt dritte Etappe der Ö-Tour. Rang 10 für Clement Koretzky.**

**GRATWEIN.** Bei Temperaturen von 40 Grad war es Rick Zabel, der auf der dritten Etappe der Österreich Rundfahrt im Massensprint jubelte. Der Deutsche setzte sich nach 181,82 Kilometern von Windischgarten nach Gratwein vor dem Spanier Angel Vicioso und Jan Tratnik aus Slowenien durch. Der 21-jährige Sohn des zwölffachen Tour-de-France-Etappensiegers

und vierfachen Mailand-San Remo-Triumphators Erik Zabel beschenkte damit sich selbst mit seinem ersten Profisieg und seinen Vater zum 45. Geburtstag. „Es war brutal schwer und im Finale waren schon alle wegen der großen Hitze am Limit“, freute sich Zabel, der am Tag zuvor beim Zielsprint in Grieskirchen gestürzt war. Bestplatzierte Team-Vorarlberg-Fahrer war Clement Koretzky als Zehnter.

Der neue Mann in Gelb ist der Tageszweite Vicioso. Er konnte bereits eine Giro-Etap-

pe für sich entscheiden. Matthias Krizek verteidigte sein Bergtrikot, Teamkollege Stephan Rabitsch trägt das Jersey des besten Österreichers.

Heute folgt die erste Berg- etappe von Gratwein nach Dobratsch. Die längste Etappe (210 km) wird durch den erwarteten Wettersturz mit Starkregen, Hagel und Sturmböen erschwert.

**▶ VOL-AT-Code:** Scannen Sie den Code mit der VOL-AT-App, um das Video zu sehen:

asdfa fdf asdf asdf sdf

asdf asdf asddf asd

video.vol.at



Rick Zabel feierte seinen ersten Profisieg. FOTO: GEPA

## Rad

**102. Tour de France 2015**

Internet: www.letour.fr

**4. Etappe:**

**Seraing – Cambrai/223,5 km**

1. Tony Martin (GER) Etixx 5:28:58 Std.

2. John Degenkolb (GER) Giant 0:03 Min.

3. Peter Sagan (SVK) Tinkoff

4. Greg van Avermaet (BEL) BMC

5. Edvald Boasson Hagen (NOR) MTN

6. Nacer Bouhanni (FRA) Cofidis

7. Jacopo Guarnieri (ITA) Katjuscha

8. Tony Gallopin (FRA) Lotto

9. Zdenek Stybar (CZE) Etixx

10. Bryan Coquard (FRA) Europacar

13. Rigoberto Uran (COL) Etixx

15. Vincenzo Nibali (ITA) Astana

17. Christopher Froome (GBR) Sky

24. Tejay van Garderen (USA) BMC gl. Zeit

108. Georg Preidler (AUT) Giant 5:37

147. Matthias Brändle (AUT) IAM 15:43

185. Marco Haller (AUT) Katjuscha 16:53

**Gesamtwertung**

1. Tony Martin (GER) Etixx 12:40:26 Std.

2. Chris Froome (GBR) Sky 0:12 Min.

3. Tejay van Garderen (USA) BMC 0:25

4. Tony Gallopin (FRA) Lotto 0:38

5. Peter Sagan (SVK) Tinkoff 0:39

7. Rigoberto Uran (COL) Etixx 0:34

31. Georg Preidler (AUT) Giant 3:22

120. Matthias Brändle (AUT) IAM 12:01

185. Marco Haller (AUT) Katjuscha 17:42

**5. Etappe (heute):**

Arras – Amiens (189,5 km)