

3 Wochen Radfahren.... wohin?

Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 13. Juli 2024 21:59

Zitat von state_of_Trance

Ich bin noch nie 100km oder mehr am Tag gefahren.

Mein Rekord liegt bei 300 km innerhalb von 20 Stunden. War mal ein Test, ob ich es schaffe.

Hat geklappt. Ich glaube, ich habe sogar nur 19 Stunden gebraucht.

Allerdings war die Tour wirklich auf "Strecke" getrimmt. Flache Strecke, gezielt alle 50 km Versorgungspausen, nach 150 km kam der Kocher raus und ein großer Teller Nudeln wurde aufgewärmt.

Denn 300 km schaffst du nicht, ohne die notwendige Kalorien zu dir zu nehmen.

Quittengelee hat mich noch zum Nachdenken gebracht.

ich könnte entweder einen Tag früher losfahren oder die Etappen 3- 7 auf 4 Etappen verteilen. Würde beides gehen - und ich hätte im Voralpenland nur gute 100 - 110 km-Etappen. Dann wird es regelrecht gemütlich. 

Mal schauen.