

**Bericht 01. KW**  
**20.12.11- 02.01.2012**

Die Weihnachtszeit und Silvester sind vorbei und es geht wie der in geordneten Bahnen weiter, na fast.

Etwas wollen wir die letzten Tage noch Revue passieren lassen.

Die Weihnachtszeit nutzten alle Fahrer noch etwas, das Gewicht im Rahmen zu halten, und nicht wie eine bekannter Rennradfahrer 🙄immer mit Übergewicht aus dem Winter zu kommen.

Am 30.12 drehten Ingo und Henri noch die letzte Jahresrunde draußen und hatte mega Glück mit dem Wetter, denn während Henri nach Bad Bentheim fuhr , gab es draußen strömenden Regen , aber dann beide auf dem Rad , zwar mega Wind, aber trocken.

Nach der ersten Panne, schon nach 4 km ging es dann weiter. So drehten beide noch eine 106 km Runde und während Ingo immer noch gut drauf war, musste Henri die 4wöchige Pause wohl anerkennen.

Zwischendurch wurde noch eine kleine Kaffeepause eingelegt und etwas für die Kalorien getan.



**Radlerverpflegung bei km 88**

Kurz vor dem Ziel baute Ingo dann noch einen 13-14% Anstieg ein , Danke nochmal dafür 🙄

Georg noch die Zeit seine **13000 Km** voll zu machen , aber da es draußen nichts wurde mit dem Wetter , ging es eben auf die Rolle , egal und

🤔**Glückwunsch zum Sieg in der KM Leistung** 😊

Speedy kurbelte seine Kilometer im Keller auf ein hightec Rolle , sowie DVD mit einigen bekannten Anstiegen , wie den Jaufenpass oder das Stilfser Joch. Aus Erfahrung wissen Georg und Henri , draußen fahren die sich noch viel schöner



🤔**Speedy kräftig am Kurbeln** 😊

Zum 31.12 wurden alle Km Stände der Teamfahrer auf 0 gestellt , so das man einen genauen Überblick der Jahres km bei jedem Fahrer hat.

🤔**Aber es wird kein km Wettbewerb , das hatten wir schon mal** 😊

🤔**2011 kurbelten alle Fahrer zusammen 51325 km** 🤔

Aus Berlin hörten wir , das Ossi doch wohl 4 Kg mit ins neue Jahr genommen hat , **ups** hat da etwa einer schwer gesündigt 😊

Am 01.01.12 wurde dann aber sofort an der km Schraube gedreht. Während Speedy mit 40 km vorlegte, drehte Ingo dann sofort eine 62er Runde auf dem Spinningrad.

Ossi legte heute mit einer 61er Runde nach, allerdings draussen und im strömenden Regen.

Aber das macht nichts, denn ab 08.01 kann er 1 Woche seine Runden in der Sonne auf Gran Canaria drehen.

Vom 10.01-13.01 trainieren dann Ossi & Henri 4 Tage zusammen auf der Sonneninsel.

Aber das Wetter hier ist für uns Radfahrer noch ganz ok, wenn man eben vom Regen absieht, aber die Temperaturen können sich sehen lassen.

**Unseren nächsten Bericht gibt es am 19.01.12**  
**Team News findet Ihr aktuell immer in der Newsbox**

Bis dahin allen eine schöne Zeit  
Euer Team **RTF365.de**  
02.01.2012