



„STYRKEPRØVEN“, die Kraftprobe findet 2018 zum 52-ten mal statt. Der Osloer Fahrradverband erwartet wie jedes Jahr mehrere tausend Teilnehmer. Mit einer Streckenlänge von knapp 550 Kilometern und ungefähr 2.500 Höhenmetern gehört das Radrennen von Trondheim nach Oslo zu den größten und längsten Radmarathons in Europa. Der Start findet jedes Jahr um Mittsommer statt. Zu dieser Jahreszeit herrscht hier oben im Norden meistens ein angenehmes Klima und es wird Nachts nur wenige Stunden dunkel, sodass der größte Teil der Strecke bei Tageslicht zurückgelegt werden kann. Wir fahren in diesem Jahr wieder mit einem gut ausgerüsteten Minibus von Karlsruhe bis Kiel. Eine komfortable Fähre bringt uns über Nacht nach Oslo, weiter geht es auf der Rennstrecke bis Trondheim.

Für 2018 haben wir die Reise wieder auf eine etwas sportlichere Teilnahme ausgerichtet. Wir werden zwei Verpflegungsstopps und den bewährten „Kistenservice“ von Axel Fehlau anbieten, bei dem jeder Teilnehmer die Möglichkeit hat, eine eigene Verpflegungskiste zu bekommen, die an den beiden Verpflegungsstellen bereitsteht. Bei km 163 und 365 steht damit ein zeitoptimierter Verpflegungsstopp zur Verfügung der es ermöglicht, eine Zeit zwischen 16 und 20 Stunden zu fahren, ohne Zeit an den offiziellen Stationen zu verlieren. Weiterhin bietet Axel, der mit dem norwegischen Rye-Team die Veranstaltung schon gewonnen hat, über uns auf Wunsch eine Trainings- und Strategieoptimierung an. Perfekt für alle, die ihre Zeit verbessern wollen. Wir bekommen, wie in den letzten Jahren wieder eine eigene Startgruppe, vor den offiziellen Einzelstartern, was es möglich macht, zusammen die 20 oder 18 Stunden zu „knacken“.

## REISEABLAUF

**1. Tag (Di)** ca. 22:30 Uhr Abfahrt mit dem Bus ab Bahnhof Karlsruhe

**2. Tag (Mi)** Zusteigemöglichkeiten: Autobahn A3 und A2 oder Kölner Raum und Kiel nach Absprache. Einschiffung auf die Fähre nach Oslo. Die Fähre verlässt Kiel um 14:00 Uhr, fährt die Nacht durch und kommt am nächsten Morgen um etwa 09:00 Uhr in Oslo an. Auf der Fähre gibt es genügend Möglichkeiten sich zu erholen. Mehrere Restaurants, Bars, und ein Kino sorgen dafür, daß wir ausgeruht in Oslo ankommen. Übernachtung in 4er Kabinen m. Frühstücksbuffet.



**3. Tag (Do)** Nach einem guten Frühstück geht es um etwa 09:30 Uhr von Oslo auf der Rennstrecke Richtung Trondheim. Wir bekommen einen ersten Eindruck von den Streckenverhältnissen und machen einen kurzen

Stopp an den späteren Verpflegungsstellen. Am Abend erreichen wir Trondheim. Unser Hotel liegt mitten im Stadtkern Trondheims. Abends steht uns eines der vielen Restaurants der Stadt zur Verfügung. Da die Sonne erst gegen 23:00 Uhr untergeht bleibt genügend Zeit um nochmals durch die Stadt zu bummeln. Übernachtung im Hotel, Doppelzimmer m. Frühstück.

**4. Tag (Fr)** Wir haben den ganzen Tag Zeit, um unsere Startnummern abzuholen die Fahrräder aufzubauen und uns auf das Radrennen vorbereiten. Wer möchte kann schon eine kleine Runde zum einrollen drehen, oder sich Trondheim anschauen. Übernachtung im Hotel, Doppelzimmer m. Frühstück. Für Teilnehmer, die deutlich über 24 Stunden Fahrzeit geplant haben, besteht die Möglichkeit schon heute Abend, ab 22:00Uhr in einer der „Cyclosportive-Gruppen“ zu starten. Es steht dann eine Maximalzeit von bis zu 35 Stunden zur Verfügung. Allerdings müssen die Fahrer der Langzeitgruppe u.U. zwei Nächte bewältigen und sich an den offiziellen Verpflegungsstellen versorgen.

**5. Tag (Sa)** Nach dem frühen Frühstück rollen wir zum Startplatz, an der Kathedralskirche. Ab 05:00 starten hier die schnellsten beim Massenstart. Danach folgen die einzelnen Gruppen nach Fahrzeit Wir werden gegen 06:00Uhr zusammen in einer Startgruppe starten und haben dadurch die Möglichkeit zusammen zu fahren und eine gute Finisher Zeit zu erreichen.

Bei Km 163, kurz vor Hjerkin, der höchsten Stelle der Veranstaltung ist unsere erste Verpflegungsstelle. Hier sind die nummerierten Verpflegungskisten aufgestellt und nach einer Pause von knapp 10 Minuten kann die Gruppe

wieder zusammen starten. Zusätzlich steht für technische Probleme noch das Begleitfahrzeug zur Verfügung, welches dann weiter zur Verpflegungsstelle bei km 365 (bei Lillehammer) weiterfährt.

**6. Tag (So)** Je nach Fahrtgeschwindigkeit erreichen die ersten Teilnehmer vor 00:00 bis ca. 03:00 Uhr das Ziel in Oslo. Das Ziel befindet sich in einer großen Sporthalle. Hier besteht die Möglichkeit eine warme Mahlzeit zu erhalten und sich auszuruhen und zu duschen. Sobald der Bus am Ziel ist, ist auch unser Reiseleiter dort zu erreichen. Um ca. 11:00 Uhr treffen wir uns wieder am

## UNSERE LEISTUNGEN

- Fahrt im Minibus oder Reisebus von Karlsruhe bis Trondheim und zurück.
- Fahrradtransport im Anhänger oder im Reisebus.
- Fährüberfahrt Kiel-Oslo-Kiel incl. Frühstück.
- Unterbringung in 4er Innenkabine
- Begleitung und Betreuung lt. Reiseplan.
- Kistenservice für die Verpflegung während des Rennens auf Wunsch
- 2 Übernachtung in 4\*\*\*\* Hotels in Trondheim im DZ/ Frühstück.

## PREIS

**1.599,- EUR**

Einzelzimmerzuschlag: 299,- EUR

Zusatzübernachtung in Oslo (Sa auf So). EZ 105,- EUR, DZ 65,- EUR

Kabinenzuschläge: 4-er-Außen ca. 230,- EUR, 2-er-Außen 399,- EUR

## TERMIN

**Di/Mi 12./13.06.18 – Mo 18.06.18**

### Nicht im Preis enthalten:

Anmeldegebühr für das Rennen (abhängig vom Anmeldezeitpunkt):

bis zum 01.11.17: 210,- EUR

bis zum 01.01.18 225,- EUR

Bis zum 16.04.18 255,- EUR



Die Anmeldegebühr enthält die obligatorische "Tourlizenz" mit Unfallversicherung d. Norwegischen Radverbandes mit 200,- NOK, sowie eine Registrierungsgebühr von 20,- NOK ) Anmeldegebühren in Abhängigkeit der Norwegischen Krone. Stand: 10/2017. Alle Preise pro Person.

### Ausrüstung:

Alle Rennfahrer müssen ihr Fahrrad mit einem funktionierenden Front und Rücklicht ausrüsten. Die Beleuchtung muss beim Start am Rad befestigt sein und wird (manchmal) auf Funktion kontrolliert! Batterieblinkleuchten sind dafür ausreichend. Triathlonlenker sind zum Rennen nicht zugelassen. Alle Teilnehmer müssen während des gesamten Rennens einen Helm tragen.

Alternativ zur Busanreise besteht die **Möglichkeit der Flugreise**. Flug am Freitag von Deutschland nach Trondheim und am Sonntag zurück ab Oslo. Wir transportieren Ihr Fahrrad im Radanhänger nach Norwegen. Preis ab 1.350,- Euro. [http://www.velotravel.de/velotravel/Reiseziele/Trondheim/TO\\_Flug/radmarathon\\_trondheim\\_oslo\\_flu.html](http://www.velotravel.de/velotravel/Reiseziele/Trondheim/TO_Flug/radmarathon_trondheim_oslo_flu.html)

Bus verladen die Räder und fahren weiter zur Fähre. Gegen 14:00 Uhr legt diese ab in Richtung Kiel. Übernachtung in 4er Kabinen mit Frühstück. Für Teilnehmer, die erwarten sehr früh im Ziel zu sein besteht die Möglichkeit, in einem zielnahen Hotel ein Zimmer zu reservieren.

**7. Tag (Mo)** Um ca. 9:30 Uhr legt die Fähre in Kiel an und wir fahren zurück nach Karlsruhe. Je nach Verkehr erreichen wir am Nachmittag Hannover und Köln, und gegen ca. 22:00 Uhr Karlsruhe.

