



Der Profi-Mountainbiker Urs Huber nach einem Intervall-Training auf dem Michaelskreuz.

Foto: zvg

Neue Trainingsreize auf bekannten Strecken

Der Profi-Mountainbiker Urs Huber hat die Zugerberg Finanz Trophy im letzten Herbst auf seinen Trainingsfahrten entdeckt. Dieses Jahr ist er von Beginn an dabei.

Urs Huber ist fünffacher Schweizer Meister im MTB-Marathon, gewann 2008 sowohl bei den UCI-Mountainbike-Marathon-Weltmeisterschaften als auch den UEC-Mountainbike-Europameisterschaften im Marathon die Bronzemedaille. Dies nur ein Auszug aus seinem beeindruckenden Palmarès, über das er auf seiner Website urshuber.ch detailliert berichtet.

Intervall auf der Trophy

Energie für seinen dichten Rennkalender tankt der gelernte Landwirt in der Innerschweiz. «Meine Trai-

ningsfahrten absolviere ich praktisch immer in diese Richtung. Mal um einen See oder im Winter über den Nebel zum Beispiel nach Einsiedeln», erzählt Huber. Im Ziel der Trophy-Bergetappe beim Michaelskreuz erinnert er sich: «Mein zweites landwirtschaftliches Lehrjahr habe ich gleich hier um die Ecke absolviert, in Ibikon. Von da bin ich fast jeden zweiten Sonntag auf die Rigi gefahren. Exakt drei Stunden brauchte ich dafür.» Und natürlich sei er all die Jahre auch oft über den «Michel» gefahren und doch lerne er durch die Trophy bekannte Strecken neu kennen. «Ich trainierte eher selten Intervalle.

Die Trophy-Bergstrecken eignen sich dafür aber super. Ich fahre mehrmals zügig hoch und locker runter, so setze ich einen neuen Trainingsreiz, und das auf Strecken, die ich schon oft gefahren bin, aber halt nie

auf Tempo. Sie waren einfach Teil meiner Tour.»

Bis zehnmal nacheinander

So kommt es, dass Urs Huber zehnmal nacheinander den Berg hochfährt. Er habe dadurch auch schon lustige Bekanntschaften mit anderen Trophy-Teilnehmenden gemacht: «Auf dem Horben habe ich einen Teilnehmer jedes Mal, als ich da war, gesehen. Beim dritten Mal sind wir ins Gespräch gekommen. Es war Daniel Etter, der ja letztes Jahr über 100'000 Höhenmeter absolvierte.»

Dank seinen Intervall-Trainings hat Huber nun auch die Führung in der Höhenmeter-Challenge inne. Solange es sein Rennkalender zulasse, gebe er auf der Trophy noch etwas Gas. Auf die Resultate darf man gespannt sein.

PD

www.zugerbergfinanz-trophy.ch