

Medienmitteilung Nicole Reist, Ultracyclerin, 22. Juni 2019

Schweizerin Nicole Reist holt ihren 4. Weltmeistertitel im Ultracycling

Heute Morgen früh, um 6.13 Uhr, fuhr die Ultracyclerin Nicole Reist im österreichischen Graz über die Ziellinie der Glocknerman Ultraradmarathon Weltmeisterschaft. Eben hatte sie auf dem Rennrad 1000 Kilometer mit 17'000 Höhenmetern nonstop zurückgelegt – in nur 42 Stunden und 10 Minuten. Das ist fast die ganze Tour de Suisse, aber an einem Stück, statt in 9 Etappen. Mit dieser Leistung sicherte sich die 34-jährige Schweizerin ihren bereits 4. Weltmeistertitel im Ultracycling und stellte zudem einen neuen Damenrekord auf der Ultrastrecke auf. Im Gesamtklassement holte sie sich den fünften Platz.

Der Saisonauftakt ist Nicole Reist definitiv gelungen. Wie schon vor dem Rennen angekündigt, gelang es der Ultra-Athletin aus Weisslingen ZH, an der Glocknerman Ultraradmarathon Weltmeisterschaft in Österreich ihren 4. Weltmeistertitel nach Hause zu radeln. Zudem brach sie ihren eigenen Damenrekord von 2017 über die Ultradistanz: Mit ihrer Zeit von 42 Stunden und 10 Minuten unterbot sie ihn um knapp eine Stunde. Damit hat sie sich erneut auch im Männerfeld tapfer geschlagen und belegt den fünften Gesamtrang, während ein Drittel des Feldes das Rennen aufgeben musste.

Tour de Suisse am Stück – solo und inklusive Magenprobleme

Ihren 4. Weltmeistertitel musste sich Nicole Reist aber hart verdienen. Die Ultrastrecke der Glocknerman Ultraradmarathon Weltmeisterschaft startete vorgestern Donnerstag Mittag in Graz und führte dann via Lesachtal mit einigen Schleifen über die Grossglockner Hochalpenstrasse nach Ferleiten und wieder zurück nach Graz. Das sind 1000 Kilometer und 17'000 Höhenmeter – nonstop. Zum Vergleich: An der Tour de Suisse 2019 legen die Radrennfahrer insgesamt 1172 Kilometer und 18'994 Höhenmeter zurück – allerdings in 9 Tagesetappen, nicht am Stück, und dazu im Team mit Windschatten. Nicole Reist hat also einmal mehr eine höchst beeindruckende Sololeistung vollbracht – und dies unter schwierigen Umständen. Zum Start bei heissen 32°C und danach sehr durchgezogenem Wetter, unter anderem mit Starkregen, kamen auch noch anhaltende Magenprobleme hinzu. «Ich fühlte mich über längere Zeit unwohl und konnte nicht meine volle Leistung auf die Pedalen bringen. Sonst wäre wohl noch mehr drin gelegen», erzählt Nicole Reist nach dem Rennen. «Ich bin extrem froh, dass ich mich dann wieder erholen und den Wettkampf zu Ende fahren konnte. Ein grosser Dank geht an meine 6-köpfige Begleitcrew. Denn solche Leistungen kann ich nur erbringen, wenn mich mein Team aus dem Auto heraus mit Navigation, Verpflegung und Unterhaltung perfekt unterstützt – erst recht bei solch erschwerten Bedingungen!» Schlafpausen legte Nicole Reist wie üblich bei einem so «kurzen» Ultracycling-Rennen keine ein: «Bis zu rund zwei Tagen am Stück kann ich durchhalten. Deshalb plane ich normalerweise nur bei längeren Rennen ab rund 2000 Kilometern kurze Schlafpausen ein», erklärt Nicole Reist.

Als nächstes: 2600 Kilometer durch Frankreich

Diese langen Rennen folgen schon bald – denn die Glocknerman Ultraradmarathon Weltmeisterschaft war quasi nur das Warm-Up für Nicole Reists echte Herausforderungen diese Saison. In rund einem Monat, vom 28. Juli bis 4. August 2019, startet die Ultra-Athletin nämlich bereits zum Race Across France (RAAF). Dieses beginnt an der südfranzösischen Côte d'Azur, in Mandelieu-la-Napoule, und führt durch das ganze Land bis nach Le Touquet-Paris-Plage an der

Nordküste. Das sind 2600 Kilometer und irre 45'000 Höhenmeter. «Beim Race Across America kommen 50'000 Höhenmeter auf 5000 Kilometer. Beim Race Across France sind es fast gleich viele Höhenmeter auf etwa die halbe Distanz», erklärt Nicole Reist die Besonderheit des Rennens in Frankreich, welches erst letztes Jahr lanciert wurde. Der «Berggeiss» kommt das Streckenprofil entgegen: «Ich bin in den Bergen deutlich stärker als auf der Fläche. Die erste Hälfte des Rennens mit ständigem Auf und Ab durch die französischen Alpen ist mein Terrain.» Die Ziele sind damit klar: Nicole Reist will ihren Titel vom letzten Jahr verteidigen, und, wenn alles gut läuft, auch ihre letztjährige Siegerzeit von 5 Tagen, 8 Stunden und 23 Minuten unterbieten. Damit dürfte sich die Weltklasseathletin erneut in den Spitzenrängen des Gesamtklassements bewegen und das Männerfeld kräftig aufmischen, auch wenn die Startliste des diesjährigen Race Across France zurzeit noch nicht publiziert ist.

Rekordversuch durch Rennkombination: RAAM-Distanz mit 80'000 Höhenmetern

Ganz kaputt fahren darf sich Nicole Reist in Frankreich indes nicht. Nur eine Woche danach steht nämlich bereits das Race Around Austria (RAA) mit 2200 Kilometern und 35'000 Höhenmetern an, welches sie auch bereits zweimal gewonnen hat. «Die Kombination des Race Across France und des Race Around Austria ergibt mit zusammengezählt 4800 Kilometern etwa die Distanz des Race Across America – allerdings mit 80'000 statt nur 50'000 Höhenmetern», erklärt Nicole Reist ihre Saisonherausforderung. «Die Pause zwischen den Rennen ist nur gerade eine Woche. Dies hat bisher noch kein Athlet versucht, denn die meisten fahren pro Saison nur ein oder höchstens zwei Rennen, wenn sie weit genug auseinander liegen».

«Ich bin mental stark!»

Trotz ihrer raschen Erholungsfähigkeit sind ihre Saisonziele 2019 auch für Nicole Reist sehr ambitioniert. Die Pausen zwischen den Rennen sind äusserst kurz und zudem kann in einem Wettkampf viel passieren: «Bei einem Ultracycling-Rennen ist es schwer, vorab einzuschätzen, was wirklich möglich ist. Unvorhergesehenes ist der ständige Begleiter», erklärt Nicole Reist. «Ich weiss aber, dass ich die körperlichen Grundvoraussetzungen habe und auch mental stark bin.» Denn der Kopf ist bei Ultracycling-Rennen absolut entscheidend – dann nämlich, wenn die Beine nicht mehr wollen... Die Saison ist also lanciert, das nächste Highlight in Frankreich in fünf Wochen auf dem Programm. Bis dahin arbeitet Nicole Reist wieder Vollzeit als Hochbautechnikerin und spult ihr umfangreiches Trainingspensum in den frühen Morgenstunden und nach Feierabend ab. «Die Woche zwischen dem Race Across France und dem Race Around Austria habe ich dann frei», so die berufstätige Spitzenathletin bescheiden.

Verfolgen Sie Nicole Reist live

Während allen den kommenden Ultracycling-Rennen wird das Team von Nicole Reist regelmässig und aktuell über ihr Ergehen in den jeweiligen Wettkämpfen berichten. Interessierte können sie live mitverfolgen: Auf ihrer Webseite www.nicolereist.ch, auf Facebook unter www.facebook.com/berggeiss.nicolereist, auf Instagram via www.instagram.com/berggeiss.nicolereist, auf ihrem YouTube-Kanal www.youtube.com/channel/UClfme_3fuoUw6rFVIfKStIQ und auf den Livetrackings der Rennen:

- Race Across France (RAAF), 28. Juli - 4. August 2019, www.raceacrossfrance.com
- Race Around Austria (RAA), 12.-17. August 2019, www.racearoundaustria.at

Über Nicole Reist

Die 34-jährige Nicole Reist ist passionierte Ultracyclerin, also Langdistanz-Radrennfahrerin, und lebt in Weisslingen, nahe Winterthur. Sie ist mehrfache Weltmeisterin, Europameisterin und Schweizermeisterin und hat zahlreiche namhafte Ultracycling-Rennen über mehrere Tausend Kilometer gewonnen – unter anderem schon zweimal das legendäre Race Across America, das härteste Radrennen der Welt, über fast 5000 Kilometer von der amerikanischen West- an die Ostküste. Diese Saison strebt sie an gleich drei Ultracycling-Rennen in bisher nie dagewesener Kombination den Sieg an: An der Glocknerman Ultraradmarathon Weltmeisterschaft vom 20. bis 22. Juni 2019, am Race Across France (RAAF) vom 28. Juli bis 4. August 2019 und am Race Around Austria (RAA) vom 12. bis 17. August 2019. Trotz des umfangreichen Trainingspensums arbeitet sie Vollzeit als Hochbautechnikerin in einem Architekturbüro. www.nicolereist.ch

Resultate Glocknerman Ultraradmarathon Weltmeisterschaft

Alle Resultate der Glocknerman Ultraradmarathon Weltmeisterschaft finden Sie hier:

<https://www.glocknermanlive.at/?site=results&kat=all&klasse=ultra&year=2019>

Bild- und Videomaterial, Medieninfos

Hochauflösende **Bilder** von Nicole Reist zur redaktionellen Nutzung finden Sie unter

<http://www.nicolereist.ch/presse> zum Download, oder direkt auf der Dropbox:

https://www.dropbox.com/sh/adhs9fd28evwiq/AAB3jBCwA8nOvI4G_ME8Cae8a?dl=0.

Bitte beachten Sie den Bildbeschrieb sowie die Fotocredits im Dateinamen.

Weitere Bilder zum Glocknerman folgen demnächst noch.

Videos finden Sie direkt im YouTube-Kanal:

https://www.youtube.com/channel/UClfme_3fuoUw6rFVifKStIQ

Bisherige **Medienmitteilungen** zu Nicole Reist sowie **Factsheets** zur Person und zu den Rennen sind zu finden auf <http://www.nicolereist.ch/presse>

Nicole Reist online:

Webseite: <http://www.nicolereist.ch>

Facebook: www.facebook.com/berggeiss.nicolereist

Instagram: www.instagram.com/berggeiss.nicolereist

YouTube: www.youtube.com/channel/UClfme_3fuoUw6rFVifKStIQ

Medienkontakt

Für weitere Informationen und Interviewanfragen wenden Sie sich bitte an:

Medienstelle Nicole Reist

TEXTSCHAFT, Kathrin Senn, Im Rigiblick 27, 8623 Wetzikon, www.textschaft.ch

E-Mail: info@textschaft.ch, Mobile: +41 78 821 08 99