

Rhön 300

Als eine der wenigen Breitensportveranstaltungen im Pandemiejahr 2020 fand am 01. August die dritte Auflage des Radmarathons [Rhön300](#) mit Start und Ziel in Schondra statt. Ich durfte die RSG Heilbronn dabei vertreten und möchte im Folgenden von meinen Erlebnissen berichten.



Abbildung 1: Beim Radmarathon Rhön 300 konnte ich, René Kurmann (rechts im Bild), die RSG Heilbronn als Zweitschnellster der Langdistanz über 305 Kilometer gut vertreten. [Foto:](#) Main-Post.

Lange Zeit sah es so aus, als könnte man die RTF-Saison 2020, coronabedingt, gänzlich abhaken. Alleine die lokalen Trainingsausfahrten in der Gruppe standen bis Juni auf der Kippe und konnten letztendlich nur unter Einhaltung strikter Hygienevorschriften stattfinden. Wie sollte da noch eine bundesweite Breitensportveranstaltung möglich sein? Umso größer war die Freude über die offizielle Nachricht des Veranstalters, dass ausgerechnet der Radmarathon *Rhön 300* tatsächlich ausgetragen werden würde, nicht als Rennen, sondern als eine Radtouristikfahrt.

Bei der Anreise in den unterfränkischen Markt Schondra am frühen Samstagmorgen war ich sehr gespannt, was mich tagsüber erwarten würde. Da mir die Startnummer bereits im Vorfeld per Post zugeschickt wurde, hatte ich diese bereits am Rad angebracht und konnte entspannt zur Startlinie rollen. Es ist schon immer wieder beeindruckend zu sehen, wie sich die gesamte RTF/Radmarathon-Szene morgens um 06:00 Uhr putzmunter und ambitioniert am Start versammelt. Auf den Trikots standen durchaus bekannte Teamnamen und die Damen-Rad-Bundesliga war auch vertreten. Nach dem Startschuss wurden im wunderschönen Naturschutzgebiet der Schwarzen Berge, mit der Platzer Kuppe (737 m) und dem Erlenberg (826 m) im südlichsten Teil der Rhön, auch gleich die ersten Höhenmeter in moderatem Tempo zurückgelegt. Nach knapp 40 Kilometern begann bereits das reichhaltige Verpflegungsangebot mit frischem Obst, Joghurt, Kaffee, Tee und Müsliriegeln. In der ersten Gruppe ließ man sich davon nicht beeindrucken und fuhr erstmal weiter. Es hatte sich inzwischen herumgesprochen, dass bei den späteren Stationen sogar leckere Nussecken hinzukommen sollten.



Abbildung 2: Die Rhön überzeugt durch herrliche, gleichmäßige Abfahrten mit großer Weitsicht, wie hier nach Geroda am Fuße der Schwarzen Berge. [Foto:](#) Rhön 300.

Die Straße entlang des Totnansbergs brachte uns das erste Mal auf eine Höhe von knapp 800 m. Vorne in der ersten Gruppe sorgte ein Fahrer des lokalen Bikeworld-Teams für eine erste Tempoverschärfung, die nicht jeder bereit war mitzugehen. Wir fuhren weiter durch das idyllische Schmalwassertal in der Gemeinde Sandberg im unterfränkischen Landkreis Rhön-Grabfeld und hinauf auf den Kilianskopf (607 m). Entlang verkehrsberuhigter Straßen konnten wir die typische Rhöner Natur, Bergblumenwiesen und Wälder, dieser faszinierenden Mittelgebirgslandschaft genießen. Von Bischofsheim aus ging es nun weiter auf der Hochrhönstraße, vorbei am Jagdschloss Holzberg, auf den Münzkopf. Auf dem Plateau der Langen Rhön überquerten wir die Landesgrenze von Bayern nach Hessen. Nach einer kurzen Abfahrt in den Luftkurort Wüstensachsen begann der Anstieg zum höchsten Punkt des Tages, der Wasserkuppe (950 m). Oben angekommen, konnten wir in der Ferne den Feldberg im Taunus erkennen.

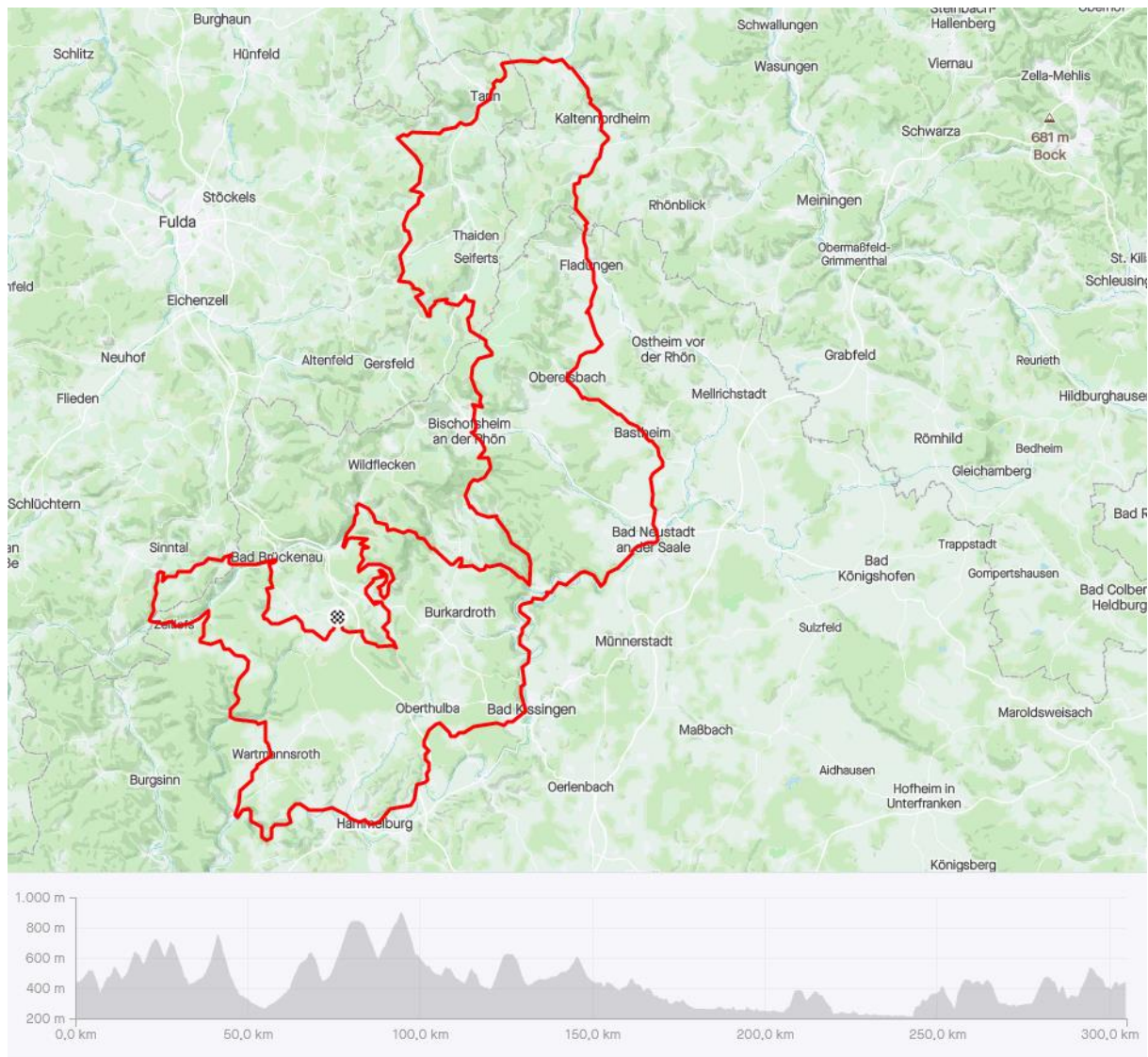


Abbildung 3: Die diesjährige Strecke des Rhön 300 im Uhrzeigersinn: Von Schondra, in den schwarzen Bergen, in die Hohe Rhön, über die Wasserkuppe in einem Bogen nach Kaltennordheim in Thüringen, durch das Saaletal von Bad Neustadt bis nach Hammelburg und über Markt Zeitlofs und Bad Brückenau ab ins Ziel.

Von nun aus ging es bergab nach Tann, über die Landesgrenze nach Thüringen und in einem Bogen Richtung Kaltennordheim und Kaltensundheim in die östliche Rhön. Nach der Überquerung des Stellbergs (622 m) gelangten wir kurz vor Fladungen wieder nach Unterfranken. In Urspringen hielten wir gemeinsam an einer Verpflegungsstation im Schatten an. Wir hatten nun mit 160 Km etwas mehr als die Hälfte der Marathonstrecke absolviert und ohne die zahlreichen Verpflegungsstationen wären längst alle Glykogenspeicher geleert gewesen. Die Strecke verlief weiter in Richtung Bad Neustadt an der Saale. Als wir zwischen 14:00 – 15:00 Uhr durch das Saaletal die Städte Bad Bocklet, Bad Kissingen und Hammelburg passierten, kletterte das Thermometer, auf der in der Sonne gelegenen Asphaltstraße, auf bis zu 45° Celsius. Abkühlung bot nur der direkte Fahrtwind. Auch deshalb beteiligten sich alle Fahrerinnen und Fahrer fleißig an der Führungsarbeit. In Gräfendorf im Landkreis Main-Spessart (196 m) war der niedrigste Punkt des Tages erreicht. Jetzt wurde es noch einmal anstrengend, denn die letzten 50 Km sollten noch einmal rund 800 Höhenmeter aufweisen.

Im Anstieg nach Völkersleier vor der Gemeinde Wartmannsroth belauerte man sich noch unter den ca. 10 Mitstreiterinnen und Mitstreitern der ersten Gruppe, die mittlerweile eine Verfolgergruppe darstellte. Es hatte sich nämlich zwischenzeitlich einer der Lokalmatadoren dazu entschieden, eine Verpflegungsstation auszulassen und das Ziel als Solist zu erreichen. Doch nach Heiligenkreuz kam schon die nächste Rampe mit bis zu 14 % Steigung. Hier forcierten zwei miteinander befreundete Teilnehmer das Tempo und wollten sich offenbar von der Gruppe lösen. Von der Hitzeschlacht im Saaletal hatte ich mich inzwischen gut erholt und konnte den beiden Fahrern folgen. Oben auf dem Berggipfel wartete eine Verpflegung. Dort schnappte sich jeder lediglich eine Banane und es ging stürmisch weiter in Richtung Ziel.



Abbildung 4: Am Nachmittag kündigte sich ein Hitzegewitter durch Quellwolken an. Es blieb zum Glück trocken. [Foto:](#) Rhön 300.

Meine Kräfte schien ich mir gut eingeteilt zu haben, denn am vorletzten Anstieg des Tages, zwischen Mottgers und Schwarzenfels, konnte ich mich wiederum von den beiden absetzen. In Bad Brückenau fuhr ich, nun auf Platz zwei liegend, auf dem Rhönexpress Bahn-Radweg. Der Dreistelzkopf (660 m) verlangte mir noch einmal alles ab, da ich meine Position verteidigen wollte. Es gelang mir und, nach einer Fahrtzeit von 10:18 h, empfing mich der Sprecher mit den Worten: „... und hier kommt der Zweitplatzierte mit der Startnummer 60 ins Ziel, René Kurmann von der RSG Heilbronn“. Ich war stolz, meinen Verein bei dieser inoffiziellen Wertung gut vertreten zu haben und nun, nach meinen Teilnahmen bei der Alb Extrem und dem Rhön-Radmarathon in den Jahren zuvor, die vierte Urkunde über die Absolvierung einer anspruchsvollen 300er Strecke verliehen zu bekommen.

Die erfrischende Freiluftdusche hatte ich mir nun redlich verdient. Zudem erhielt jeder Teilnehmer einen kleinen Präsentkorb mit kulinarischen Besonderheiten aus der Rhön.

An dieser Stelle möchte ich mich beim Veranstalter und allen ehrenamtlichen Helfern bedanken. Ohne die langfristige Planung, Beantragung, Organisation und Koordination wäre die Durchführung dieses Radsportevents, unter erschwerten Bedingungen, nicht möglich gewesen. Die Strecke war perfekt ausgeschildert. An den Verpflegungsstationen wurden wir mit lokalen Köstlichkeiten verwöhnt. Der Fotoservice dokumentierte alles professionell und alle Ansprechpartner an Start und Ziel waren stets sehr freundlich und hilfsbereit. Ganz besonders gefiel mir auch die [Berichterstattung am nächsten Tag in der Main-Post](#), bei der ich auf dem Artikelfoto zu sehen war.

Ich freue mich bereits auf den Start im nächsten Jahr und drücke uns allen fest die Daumen, dass bis dahin weitere Lockerung möglich sind.

René Kurmann