

Trainingslager Lago di Varese 2010

Fr 21. bis Mo 24. Mai

Erstmals waren wir nur 6 Teilnehmer.
Schade, denn komplett = noch lustiger!
Organisator und Tourguide:

Heinz Hugi

Teilnehmer und Leider:

Heinz Binggeli, Jürg Bühlmann, Markus
Frei, John D'Eramo, Marcel Geissbühler



Erster Tag: Freitag, 21.5.2010

Wir starteten wie gewohnt um 06.00 Uhr in Selzach. Alle wach, gutgelaunt und pünktlich wie immer. Heinz und Küsu übernahmen mit dem agilen Sprinter sofort den Lead Richtung Süden. Der Rest der Mannschaft folgte im komfortablen Renault von Irène. Unser Pilot Jürg. Übrigens und das bereits am Anfang: Besten Dank den beiden Piloten Heinz H. und Jürg für die allzeit sichere und zielstrebige Reise.

Nur nach dem Gotthard gab es eine kurzen Kaffeehalt sonst ging es ohne Halt bis zum Lago di Varese. Die Ankunft im Hotel Vecchia Riva war um 10.18 Uhr. Wir genehmigten uns einen kleinen Apéro und bezogen sofort die Zimmer.



Um 11.30 starteten wir zur ersten Tour.

Geplant war die Umrundung des wunderschönen Lago di Varese. Nach 20 Kilometern machten wir Mittagsrast in der Pizzeria la Caratera in Gavirate. Für günstige 61 Euro gab es ein einfaches Menu mit 2 Gängen, Wasser, Wein und Kaffee. Danach ging es weiter. Das Wetter war herrlich. Die Sonne schien. Es wehte ein lauer Wind und alles roch nach Frühling. Darum entschied sich Heinz H. nach dem Essen kurzfristig die Tour etwas umzubauen was uns innert kürzester



Zeit ein paar Höhenmeter sowie Schrammen und Kratzer einbrachte und gnadenlos in eine Sackgasse führte.

Zurück im Hotel begaben wir uns auf die Terrasse, bestellten ein paar Bier und anschliessend ein paar Flaschen Wein. Nach einer kurzen Duschpause fuhr uns Jürg nach Varese Vecchia Osteria Rispage wo wir ein üppiges Mahl genossen. An den Wänden hingen Dutzende Starfotos was uns sofort nostalgisch werden liess und ein grosses Rätselraten auslöste.

Bereits um 23.30 Uhr zogen wir uns in die Zimmer zurück um für den nächsten Tag und die angesagte Königsetappe parat zu sein.



2. Tag: Samstag, 22.5.2010

Pünktlich um 8 Uhr trafen wir uns zum Morgenessen. Der Start zur Tour erfolgte um 09.00 Uhr. Wir fuhren gemütlich über die Terrassen der Vororte von Varese nach Olono und dann in den Parco Naturale Campo dei Fiori. Zuerst auf einem schönen cupierten Waldweg und ab Rasa auf einem steilen, fast unendlich langen Säumerpfad wo wir unsere bikes endlich wieder einmal schieben und tragen durften. Irgendwann gelangten wir auf



den Bergrücken wo wir uns kurz ausruhten und uns auf die bevorstehende Abfahrt vorbereiteten. Leider wurde unsere Freude rasch getrübt denn John stürzte kopfüber vom Bike. Er landete mit der Schulter auf einem Stein. Eine ganze Weile blieb er sitzen, was uns einen ziemlichen Schrecken einjagte.



- Sturzstelle
- Johny nach dem Sturz
- Defekte Schulter



John ist bekannt als „harter Hund“ und wenn er sein Gesicht verzieht tut es wirklich weh. Nach einer kurzen Pause war er aber wieder bereit und er bestieg sein Bike wieder. Die Schläge beim herunterfahren bereiteten ihm aber offensichtlich grosse Schmerzen. Und was wir erste in 10 Tage später erfahren haben: John hatte sich das Schlüsselbein gebrochen. Unglaublich was er mit einer so schmerzhaften Verletzung geleistet und wohl auch ertragen hat.

Wir entschlossen uns, das Mittagessen bereits in Brinzio in der Locanda del Brinso einzunehmen. Um 13 Uhr ging es weiter. Es wäre wohl niemand weiter gefahren, wenn wir gewusst hätten, was uns jetzt erwartete. Der Weg führte uns auf



einer alten, unglaublich steilen und immer steiler und steiniger werdenden Militärstrasse in den Wald. Wir eroberten Hang um Hang, meistens zu Fuss, manchmal durch sumpfige, übel riechende Bachläufe; dann wieder quer durch den Wald. So suchten wir den richtigen Weg ins Tal - was uns selbstverständlich auch gelang. Den geplanten Weg auf die Alpi de Desci liessen wir aber dann bleiben. Dies nicht nur wegen Johns schmerzender Schulter sondern weil wir alle genügend „gearbeitet“ hatten. So fuhren wir auf der Asphaltstrasse die restlichen Kilometer zurück nach Varese, wo wir im erstbesten Restaurant Halt machten und Bier bestellten. Die Camarieren trugen breite Gürtel und waren wie folgt tätowiert: "Only God will judge me". Ein paar Biere und träge Sprüche später (was heisst Sonnenbrand auf Italienisch) fuhren wir quer durch das Stadtzentrum von Varese zurück ins Hotel.

Bereits um 19 Uhr fuhren wir frisch geduscht nach Varese wo wir in der Altstadt ein Apéro und danach in der Vecchia Tratoria della pesa da Anetta ein feines Nachtessen genossen. In dieser Vecchia Tratoria lässt es sich übrigens auch bestens ein Nickerchen machen...



Müde, satt und zufrieden fuhren wir wieder an den See wo wir nach einem kurzen Schlummerbecher bereits um 23.30 Uhr zu Bett gingen.

Dritter Tag: Sonntag, 23.5.2010

Auch am Sonntag trafen wir uns um 08.00 Uhr beim Morgenessen und bereits um 09.00 Uhr sattelten wir wieder unsere Stahlrösser. Das Ziel: S. Maria del Monte. Heinz führte uns wieder durch die hügeligen Vororte von Varese Richtung Campo dei Fiori. Markus war mit seiner bike-Abstimmung und Jürg mit seiner stechenden Hüfte unzufrieden. Nach einem kurzen Halt gelang es uns aber beide Probleme mit Werkzeug und gut zureden zu beheben und wir nahmen wieder Fahrt auf. Der Aufstieg gelang uns bestens und schon bald erreichten wir die Aussichtsplattform und das alte heilige Dorf auf dem Felsvorsprung hoch über Varese.



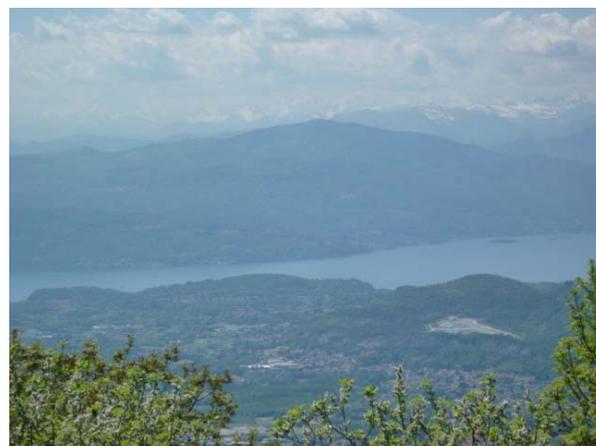
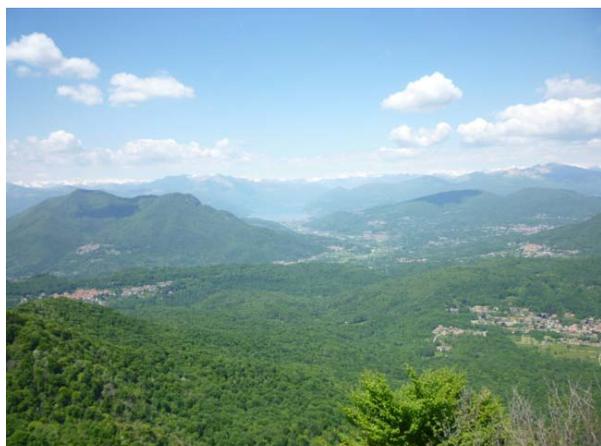
Wir besichtigten das Dorf, reservierten einen Tisch für das Mittagessen und suchten uns ein zweites Restaurant für den Apéro. Die italienischen Beizer mögen es nicht, wenn man nur trinken will. Man muss immer Essen!

Nach dem Mittagessen im Caffè al Borducan, wo wir unsere Spuren hinterliessen und die Bedienung bei uns Spuren hinterliess

...fuhren wir weiter den Berg hoch.



Der Wein und der Orangenschnaps zum Kaffee lagen am Anfang noch etwas schwer auf aber nach jedem bewältigten Höhenmeter ging es leichter und flotter voran. Den Berggipfel bzw. die Campo die Fiori mit unbeschreiblicher Aussicht auf die Schweizer Alpen, den Lago Maggiore und die Tre Lagi erreichten wir nach kurzer Anstrengung.



Nachher fuhren wir auf dem Panoramaweg Richtung Westen und stürzten uns auf dem Sentiere 13 ins Down Hill. Dieses war aber nicht für alle fahrbar und dauerte darum etwas länger. Zu allem Übel ging John nochmals zu Boden. Selbstverständlich fiel er auf seine bereits gebrochene Schulter und er konnte nachher nicht einmal mehr sein eigenes Bike den Berg hinunter schieben! Gemeinsam schafften wir es dennoch irgendwie und nach einer rasanten Abfahrt auf Teerstrassen fanden wir uns am Lago di Varese wieder. Nach einem kurzen Apéro und der dringend nötigen Dusche fuhren wir ins Locanda Garibaldi, Induna und liessen uns kulinarisch verwöhnen. Neben Nouilles St. Jacques (die ass sogar unser Jürg, der sonst keinen Fisch und kein Geflügel isst) mit Verzücken, Nudeln mit Chüngufleisch, Kalbfleisch und Tintenfisch. Zurück am See genehmigten wir uns noch ein paar Drinks und dann gingen wir gewohnt früh schlafen. Schon war wieder Montag.

Vierter Tag: Montag, 24.5.2010. Der Tag der Heimreise.

Jürg und Markus machten es sich im Hotel gemütlich. Heinz B. und John absolvierten noch einmal die 28 Kilometer rund um den Lago di Varese während Heinz und Marcel den absolut schweinishen Bachbettweg auf den Monte Marticaunter die Pedale nahmen. So waren gegen Mittag alle bedient und zufrieden und wir traten um 12.15 Uhr die Heimreise an. Problemlos kamen wir in die Schweiz, durch den Gotthard und nach einer kurzen Rast am Vierwaldstättersee trafen wir um 16.30 Uhr in Selzach ein.



Die Kosten für den Ausflug betrugen CHF 583 was wirklich günstig ist.

Wir danken ganz herzlich Heinz Hugi für die perfekte Organisation und die Führung durch Feld und Wald und Marcel Geissbühler dem Verfasser des Berichtes. John wünschen wir gute Besserung. Wir freuen uns bereits auf das nächste Trainingswochenende.

Statistik:

Teilnehmer	Tour		Tour		Tour		Tour		Total	
	Giro Lago di Varese	Rasa-Brinzio	Campo dei Fiori	Giro Lago d.V. Monte Martica	km	hm	Km	Hm	Km	hm
Marcel	31.1	234	42	1110	47.2	1220	17.2	690	137.5	3254
John	31.1	234	42	1110	47.2	1220	28	110	148.3	2674
Markus	31.1	234	42	1110	47.2	1220			120.3	2564
Heinz B	31.1	234	42	1110	47.2	1220	28	110	148.3	2674
Jürg	31.1	234	42	1110	47.2	1220			120.3	2564
Heinz H	31.1	234	42	1110	47.2	1220	17.2	690	137.5	3254