# Training mit Profi Markus Eichler

## „Jedermänner" bereiten sich auf Vattenfall Cyclassics vor

**Zeven (Vb/sb). Nach dem Motto „Ganz nah dran an ihren Vorbildern" luden die „Jedermänner" von der Nordmilch Milram-Radprofi Markus Eichler dazu ein, mit ihnen die vom TV Meckelfeld organisierte Radtourfahrt Alpe d'Seevetal zu bestreiten. Die 123 Kilometer lange Strecke nutzten die Hobbyradler, um dem Radprofi spezielle Tipps zum Fahren in der Gruppe zu entlocken. Schließlich werden sie bereits am 15. August bei den Vattenfall Cyclassics in Hamburg antreten.**

Pünktlich um 9 Uhr morgens eröffnete Markus Eichler die Radtouristikfahrt. Das „Jedermann"-Team sowie weitere knapp 1000 Radsportler begaben sich nach Seevetal, um bei weit mehr als 30 Grad Celsius die anspruchsvolle Strecke zu fahren. „Die Einladung, an der Alpe d'Seevetal teilzunehmen, ehrt mich und natürlich habe ich gleich zugesagt. Ich war überwältigt, wie viele Radsportler an einem Sonntagmorgen aufstehen um die Alpe d'Seevetal zu bestreiten. Das zeugt für die Qualität der Organisation", so Markus Eichler. „Auch die Fitness der Teilnehmer hat mich positiv überrascht. Gerade das ‚Jedermann'-Team hat über den Sommer ein sehr umfangreiches Trainingsprogramm. Das ist schon faszinierend." Im fahrenden Feld trainierten die Radsportler unter anderem das Windschattenfahren und das richtige Verhalten im fahrenden Feld.

Das „Jedermann"-Team besteht aus 48 Mitarbeitern und zwei Mitarbeiterinnen aus verschiedenen Standorten sowie Radsport begeisterten Landwirten der Nordmilch AG. Die Fahrer trainieren bereits in der dritten Saison unter Anleitung ihrer Teambetreuer gemeinsam für ihre Fitness und nehmen an „Jedermann"-Rennen in Deutschland teil. Der Höhepunkt jeder Saison sind die Vattenfall Cyclassics in Hamburg.

Zur Vorbereitung gehören die Erstellung individueller Trainingspläne auf Basis einer Leistungsdiagnostik, die Veranstaltung von Workshops zu Materialfragen und Ernährung sowie gemeinsame Ausfahrten. Unterwegs erläutern Team-Betreuer zahlreiche Fragen zum Verhalten im Fahrerfeld, leisten individuelle Hilfe und bereiten die Fahrerinnen und Fahrer Schritt für Schritt auf die Rennsituation vor. Auch die Profis des Team Milram unterstützen die „Jedermänner". Im Rahmen von gemeinsamen Ausfahrten stehen sie mit hilfreichen Tipps zur Seite und schaffen neue Trainingsanreize.

Radprofi Markus Eichler unterstützt die Hobbyradler der Nordmilch bei der Radtourfahrt Alpe d'Seevetal. Foto: Privat