

Vier Tage, 480 Kilometer und jede Menge Geschichten
Rennrad-Etappenfahrt von Mettenheim nach Torbole am Gardasee

Vom **27. Juni bis 1. Juli 2026** erfüllte sich unsere LG-Rennradgruppe einen lang gehegten Traum: Mit dem Rennrad von **Mettenheim bis nach Torbole am Gardasee**. Am Ende standen **480 Kilometer** und rund **7300 Höhenmeter** auf dem Tacho – aber Zahlen erzählen nur einen kleinen Teil der Geschichte.

Viel mehr bleiben die gemeinsamen Erlebnisse, die herrlichen Landschaften, schweißtreibende Anstiege, überraschende Wetterkapriolen und natürlich die geselligen Abende in Erinnerung. Mit dabei waren **Vitus, Norbert, German, Sepp, Walter, Martin und Dieter**. Schon beim Start war die Vorfreude riesig – schließlich lagen vier Tage voller Herausforderungen und unvergesslicher Eindrücke vor uns.





Tag 1 – Von Mettenheim nach Kufstein

Über Amerang, Bad Endorf, Achenmühle, Brannenburg, Bayerischzell, das Ursprungtal und den Thiersee führte uns die erste Etappe nach Kufstein. Anfangs rollte es noch locker dahin. Die Anstiege über Hirnsberg und Wurmsberg waren ideal, um die Beine auf Betriebstemperatur zu bringen. Mit dem Samerberg wurde es dann langsam ernst, ehe die lange Auffahrt zum Sudelfeld wartete.









Vorher stärkten wir uns in einem Café in **Nußdorf** bei Kaffee und Kuchen – eine Entscheidung, die sich als goldrichtig herausstellen sollte. Denn am Sudelfeld wurde aus der ersten Etappe eine echte Hitzeschlacht. Die Sonne brannte erbarmungslos, und Dieter bekam gleich mehrfach schmerzhafte Krämpfe in den Oberschenkeln.



Auffahrt zum Sudelfeld



Doch genau dafür fährt man in einer Gruppe: Gemeinsam wurde Tempo herausgenommen, Windschatten gespendet und gegenseitig motiviert, bis auch dieser Anstieg geschafft war.





Am **Thiersee** wäre eine Abkühlung zwar verlockend gewesen, doch das wohlverdiente Ankunftsbeer im Hotel hatte eindeutig die größere Anziehungskraft.



Kufstein in Sicht.





Nach dem Abendessen ließen wir den Tag beim **Kufsteiner Kaiserfest** in der Altstadt ausklingen. Bei Bier und Aperol wurde auf den gelungenen Tourauftakt angestoßen.



GETRÄNKE
Bier / Radler 0,50 L
Weißbier / Bannbräuweizen 0,50 L
Bier / Radler 0,30 L
Cola / Fanta / Spritze
Alkoholfrei
Kufsteiner
Becherplan

Tag 2 – Kufstein nach Sterzing

Die zweite Etappe begann angenehm. Auf den ersten rund **75 Kilometern** ging es auf dem **Innradweg** bis **Hall** fast wie im Formationsflug dahin, meistens mit Norbert an der Spitze. Die kühle Morgenluft entlang des Inns sorgte für gute Bedingungen und ließ die Beine leicht rollen.









Ab Hall begann dann der lange Anstieg zum **Brenner**. In **Andras** wurde bei Pasta und Pizza noch einmal kräftig Energie nachgetankt, bevor es auf der wunderschönen alten Römerstraße weiterging.



Leider blieb es nicht lange idyllisch. Dunkle Wolken zogen auf und kurz vor **Matrei am Brenner** öffnete der Himmel seine Schleusen. Während **Norbert, Vitus und Martin** gerade noch trocken eine Scheune erreichten, hatte die zweite Gruppe mit **German, Sepp, Walter und Dieter** weniger Glück und mussten bereits einige Minuten im strömenden Regen fahren. Ein kleines Muster, das sich auf dieser Tour noch öfter wiederholen sollte – irgendwie schien es die hintere Gruppe regelmäßig etwas nasser zu erwischen.



Als der Regen nachließ, ging es gemeinsam weiter. Die letzten 17 Kilometer hinauf zum Brennerpass wurden zwar noch unter grauem Himmel gefahren, doch oben angekommen war das Größte geschafft. Es folgte eine herrliche, fast trockene Abfahrt nach **Sterzing**.

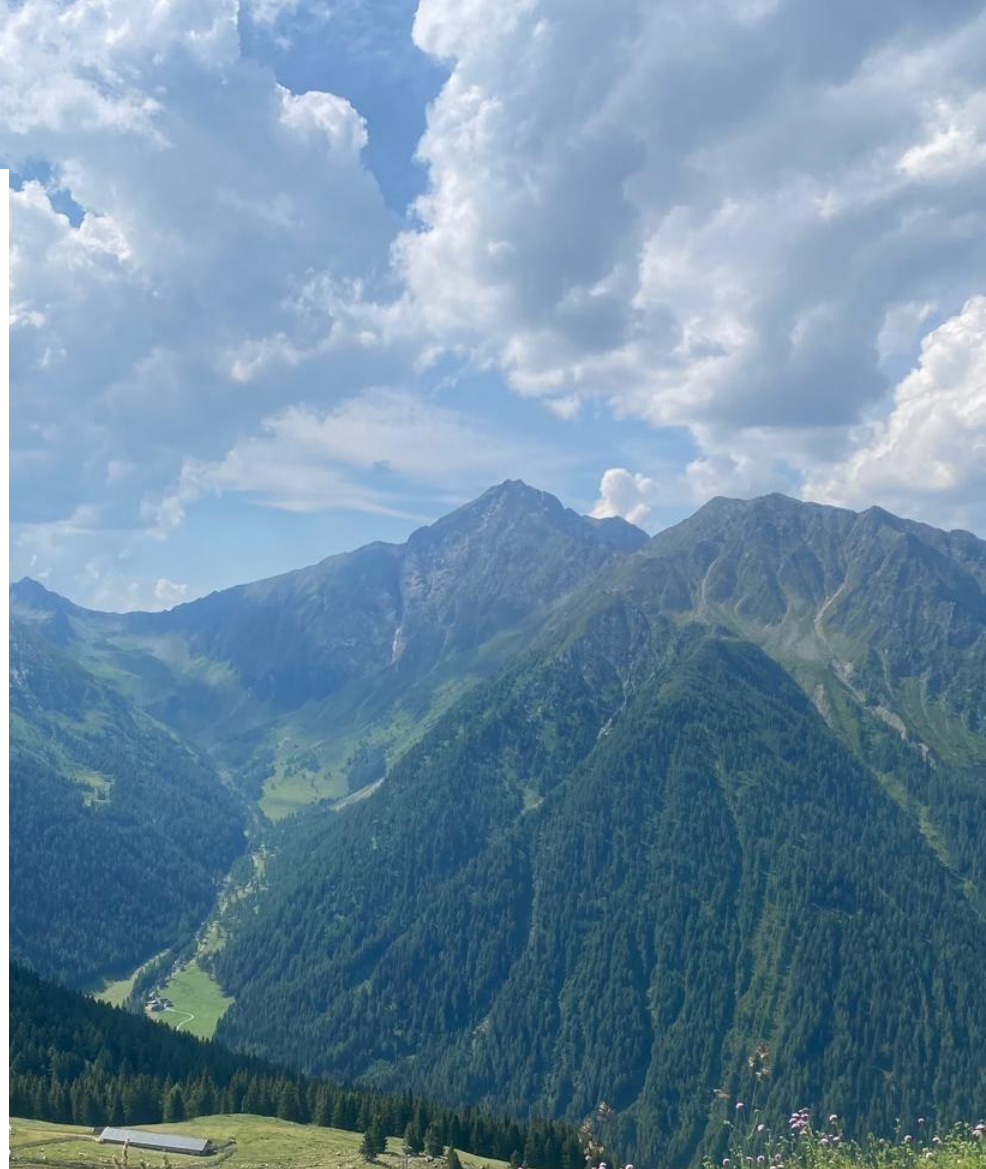
Im **Hotel Steindl** waren die heißen Duschen an diesem Abend fast so willkommen wie das hervorragende Essen in der nahegelegenen Pizzeria.



Tag 3 – Von Sterzing nach Tuenno

Der dritte Tag sollte sich als Königsetappe herausstellen. Gleich zu Beginn wartete der **Jaufenpass**, der bei angenehmen Temperaturen gut zu fahren war.







- Nach der langen Abfahrt führte die Strecke entlang der **Passer** bis nach **Meran**, wo die Hitze erneut erbarmungslos zuschlug.







Nach der Mittagspause in Lana stand mit dem **Gampenpass** der zweite lange Anstieg des Tages auf dem Programm. Doch auch diesmal spielte das Wetter nicht mit. Dunkle Wolken zogen auf, und kurz vor der Passhöhe erwischte es wieder einen Teil der Gruppe.



Martin, Vitus, Sepp und Norbert schafften es mit perfektem Timing trocken bis zur Passhöhe. **German und Dieter** mussten zunächst unterstehen und anschließend die letzten sechs Kilometer im Regen hinaufkämpfen.





Oben trafen sich schließlich alle wieder in einer Gastwirtschaft und warteten gemeinsam auf eine Wetterbesserung.



Die anschließende über 40 Kilometer lange Abfahrt über **Fondo**, den **Lago di Santa Giustina** und **Cles** wurde zu einer echten Zitterpartie. Regen, Kälte und nasse Straßen verlangten höchste Konzentration.

Für den Lacher des Tages sorgten allerdings nicht Regen oder Kälte, sondern ein kleiner Gegenanstieg und einige rote Ampeln. Zwei unserer Mitfahrer kommentierten diese völlig überflüssigen „Extra-Hindernisse“ dermaßen lautstark und kreativ, dass selbst die müdesten Beine plötzlich wieder lachen konnten. Manchmal hilft Humor eben genauso gut wie ein Energieriegel.

Gegen 18.30 Uhr erreichten wir schließlich **Tuenno**, wo bereits **Walter** auf uns wartete. Er hatte sich an diesem Tag für die entspanntere Variante über den **Etschtal-Radweg** entschieden und die beiden Pässe ausgelassen. Nach einer heißen Dusche und einem hervorragenden Abendessen wurde selbstverständlich auch auf die überstandene Königsetappe angestoßen.

Tag 4 – Endspurt an den Gardasee

Am letzten Tag waren die Beine zwar müde, die Motivation dafür umso größer. Bei angenehmen Temperaturen rollten wir zunächst Richtung **Sporminore** und anschließend hinauf nach **Andalo** zum **Molvenosee**. Ein kurzer Regenschauer erinnerte uns noch einmal daran, dass das Wetter auf dieser Tour jederzeit für Überraschungen gut war.





Nach der langen Abfahrt nach Ponte Arche, wo uns wieder sommerliche Temperaturen empfangen,





wartete mit dem **Passo Ballino** der letzte nennenswerte Anstieg. Danach war allen klar: Jetzt gehört der Gardasee uns.

Von nun an wurde die Fahrt tatsächlich zum Schaulaufen.

Über den **Tennosee** ging es hinunter







nach Riva del Garda und schließlich
auf der Uferpromenade nach
Torbole.



Das erste Ziel war allerdings nicht das Hotel, sondern – auf Empfehlung von **German** – die **Strandbar Alla Sega**. Dort schmeckte das erste Bier vermutlich besser als jedes isotonische Sportgetränk der vergangenen vier Tage. Die Erleichterung und Freude waren allen anzusehen. Geschafft!





Den krönenden Abschluss bildete ein gemeinsamer Pizzaabend, bei dem die Erlebnisse der vergangenen Tage noch einmal ausführlich besprochen wurden. Spätestens jetzt war allen klar: Diese Tour wird noch lange Gesprächsthema bleiben.

Fazit

Vier Tage, **480 Kilometer**, **7300 Höhenmeter**, Sonne, Hitze, Gewitter, Regen, Krämpfe, Pässestraßen und unzählige schöne Momente – genau diese Mischung machte unsere Fahrt an den Gardasee so besonders. Es wurde gewartet, geholfen, gelacht und gemeinsam das Ziel erreicht.

Am Ende waren sich alle einig: Nicht nur der Gardasee war das Ziel – auch der Weg dorthin war jede einzelne Pedalumdrehung wert.

