

## Jahresrückblick 2015 und Ausschau auf 2016 Harald Hörmann Handbike

Das Jahr 2015 war ein gesundheitlich schwieriges Rennjahr für mich. Gekennzeichnet von einem sehr guten Beginn nach Training in Florida und Lanzarote, wo das erste Rennen der Saison ein 10km Zeitfahren überraschend mit dem Sieg in der MH3 endete und der zweitschnellsten Zeit des Tages aller Klassen, nur Weltmeister der MH4 aus Frankreich Joel Janneot war schneller. Der Schnitt bei diesem sehr schnellen Zeitfahren war über 46km/h. Dieser Auftakt war vielversprechend für die Saison 2015, denn die Form war bestechend.

Am Ende des Trainingslagers sorgten Halsschmerzen und Müdigkeit für etwas weniger Trainingsumfang, aber schlecht fühlte ich mich immer noch nicht. Als der Halsschmerz nach mehreren Wochen nicht abnahm und die Mattigkeit sich vergrößerte, wurde eine Angina diagnostiziert. Die Antibiotika halfen schnell gegen den Halsschmerz, nicht jedoch gegen die Mattigkeit. Die trotzdem leistungsbezogen als von meinem Trainer sehr gut interpretierten Leistungsdaten und demzufolge harten Trainingseinheiten führten immer wieder zu leichtem Fieber, ich wusste, etwas passt nicht. Auch eine Regenerationswoche führte zwar zu einer Besserung der Symptome, aber nur vorübergehend.

In dieser Zeit dachte ich immer wieder es geht aufwärts, einige Zeit lang konnte ich ganz gut trainieren, konnte beim Weltcup in der Schweiz in Yverdon im Zeitfahren den vierten Platz einfahren, nur um 2,7 Sekunden an Platz 3 vorbei. Der Schnitt bei diesem Rennen lag bei 41,5km/h. Der Sieger Vittorio Podesta aus Italien schrammte knapp an einem Schnitt von 43km/h vorbei. Es war das schnellste Zeitfahren der Handbikeweltcupgeschichte.

Bei diesem Rennen gab ich nicht alles, aus Vorsicht vor einem Totalausfall und trotzdem war ich schnell. Ich war guter Dinge und dachte an die nun feststellbare Aufwärtsbewegung. Die Viruserkrankung, die sich später als Pfeifer'sches Drüsenvirus, parallel zur verschleppten Angina herausstellte, schien besiegt...doch solche Infektionen schwächen das Immunsystem und die Rollstuhlfahrerschwachstelle Blase meldete sich bis Ende September mit ständigen Infekten, was zur Absage der WM Anfang Juli führte und ich konnte mich in der Folge auch bis zum Weltcup in Südafrika Anfang September nicht wirklich erholen. Die Saison konnte ich somit abhaken.

Der Herbst stand im Zeichen Gesundheit stabilisieren, lockeres Training...und ich merke, dass mir das vergangene Jahr doch noch etwas nachhängt. Blöderweise war das vergangene Jahr und sind die kommenden Monate für die Qualifikation für Rio entscheidend. Deshalb wird es sehr schwierig werden, da von den derzeitigen 5 Startplätzen für das gesamte Paracycling Nationalteam 4 Plätze fast fix vergeben sind und der derzeit *fünfte* Platz vermutlich einer kaum beschickten Bahn WM, die anderen Nationen mehr Punkte bringen wird, zum Opfer fallen wird.

Aber wie unser Teamleiter sagte: „Aufgeben tut man einen Brief“ Ich schaue mal, wie sich die Saison nach dem jetzt folgenden 3 wöchigen Trainingslager auf Lanzarote entwickelt. Möglich ist fast immer alles....und Handbiken tu ich sowieso gerne...

An dieser Stelle auch alles Gute an meine Handbikekollegen Alex Gritsch und Wolle Almer, die sich voll gut entwickeln und wenn der Einsatz stimmt in Zukunft noch mehr von sich hören lassen werden!

In weiterer Zukunft möchte ich mich, wenn beruflich möglich, dem Nachwuchs widmen, wenn das mein Job zulässt und diesen tollen und gesunden Sport stärker unter Rollstuhlfahrer auch in Tirol bringen.

Keep on cranking.....nicht kränkeln ....sondern kurbeln ;-)

Harald