

# BERGRENKEN

Streckenrekord Rad Damen **13.29. 1 min** Ø 18.7 km/h am 23.06.2007



## SABINE KRATT IM PORTRAIT

Verein: Schneeschuhverein Tuttlingen

Wohnort: Trossingen

Berufliche Tätigkeit: Kaufm. Angestellte in einem Ingenieurbüro in Tuttlingen

Jahrgang: 1969

Größe: 1,70m

Gewicht: 60 kg

Seit ca. 8 Jahren ist Sabine begeisterte Rennradfahrerin. „Hatte die Jahre zuvor auch ein Rennrad (von meinem Vater, ehemaliger Radrennfahrer, geerbt), bin aber nicht extrem gefahren.“

Sie nimmt bei vielen RTF's in Österreich, Schweiz, Deutschland teil und fährt viele mehrwöchige Radfernfahrten.

2005: Teilnahme Jeantex-Tour-Transalp mit dem 7. Platz im Mixed unter 65 Teams und 110. Platz unter allen 550 Teams

von 2000-2006 gelang ihr 7 mal der Gesamtsieg beim Riderman in Bad Dürkheim (mit Zeitfahren)

Als Ausgleich schwimmt und läuft sie...

Das Trainingspensum liegt bei etwa 16.000-19.000 km pro Jahr. Im Sommer etwa 600-800 km pro Woche.

„Im Winter ca. 1.500 monotone km auf der Rolle.....“

Abgesehen vom Spaichinger Bergrennen gibt es 2007 noch viele weitere Highlights ...

- Start beim GP-Triberg 175km , 3500 Höhenmeter (als 1. Dame das Ziel erreicht in 6h05)

- Start bei der Gerolsteiner -Classic in Weinfeldern

- 22.07.2007 Highlander in Hohenems / Radmarathon (mit Wertung) 240km 4400 Höhenmeter

- weitere Radmarathons wie z.B. Bodenseerundfahrt, Schwarzwald-Ultra-Radmarathon (SURM) Alpirsbach 242 km 3600 Höhenmeter, Alpenbrevet in Andermatt, Pascal Richard in der Schweiz, Bad Schussenried, Wangen, Appenzeller Radmarathon und weitere ...

- 22./23.9.2007 Riderman Bad Dürkheim ( 9. Titelverteidigung)

- im August drei Radferienwochen mit vielen Höhenmetern ...

Ihre Erfolgstaktik beim Bergrennen am Dreifaltigkeitsberg ...

*„....es gibt kein Verschnaufen....von Anfang an attackieren und Gas geben und hoffen, daß die Puste für die letzte Kehre auch noch reicht und dann Sprint ins Ziel.....“*