

## Tagebuch NC4K-2022 23. Juli – 8. August 2022

Detlef Schüler

Mindset: ‚Crazy, but good‘ (Café-Inh‘in Schwed.) · Ich mache jeden Tag eine schöne Fahrradtour · day by day · ‚Genießertour mit kleinem Tick gegen die Komfortzone‘ (Freund) · Wer sich nicht vorbereitet, ist bereit zu scheitern (Mark Spitz) · Anerkennen was ist · Fail fast, learn fast

Dat.	km	hm	netto brutto	∅	Tagebuch	Highlight / Kata- strophe des Tages
Do. 21.7.					Anreise: ab Uelzen, Bahn m. Maske, nach <b>Rovereto</b> (I).	TN a. Bremen. Zugticket nachl.
Fr. 22.7.					14Uhr bis 18Uhr anmelden 300 TN, Ansage. Mit Sohn u. Fam. Essen gehen	Abends Partylärm bis spät
Sa. 23.7.	215	1.936	9:22 11:15	23,0	Start 8:00. > Gegenwind, Gruppen b. Meran > Reschenpass, 3x Regengüsse, fast nur Radwege, kurz d. Schweiz > <b>Pfunds</b> (AUS)	Sohn mit Familie am Track Brille futsch
So. 24.7.	243	1.827	10:39 14:12	22,9	Landeck > Inntal > Stelfs > Anstieg > Bad Tölz Gate I < München Marienplatz, <b>Ismaning</b>	Walchensee! Hinterrad fast pla.
Mo. 25.7.	154	1.524	7:07 10:27	21,7	Radwanderweg a. d. Vils > 38 Grad! Leistungs- einbruch > <b>Emhof</b> v. Schmidmühlen	Vorzeitig beend.t, Quartier abgesagt
Di. 26.7.	248	3.023	11:40 15:05	21,3	Frühstück! umsonst > Windischeschenbach > Tschechien (Cheb/Eger), <b>Hartenstein</b> (Erzgeb.)	Wespenstich, 3 Ukrainer getroffen.
Mi. 27.7.	311	1.523	13:09 15:59	23,7	Torgau Marktplatz Gate II < Berlin > <b>Oranienburg</b>	Berlin: Radwege z.Teil übel
Do. 28.7.	235	1.255	9:53 15:54	23,8	Morgens 5 Grad, Mirow, Müritz/ Waren, Cobblestones!, Racing mit ?, <b>Rostock</b> > <b>Fährterminal</b> : Nachtfähre (Stena) in Cabin	Surprise: 2 RR- Bekannte. Freund i. Rostock besucht
Fr. 29.7.	245	1.488	10:03 12:14	24,4	Malmö, Lund, Kaffee i. Möbelmarkt, <b>Alvesta</b>	Auf Split i. Kurve (kurz) gerutscht
Sa. 30.7.	252	2.261	10:53 13:09	23,2	<b>Linköping</b>	Ami-Oldtimer
So. 31.7.	243	2.125	10:57 13:11	22,2	Partyvolk um 3:30 > früh los Gate III < <b>Stockholm</b> > Fähre Viking-Line 30 TN	Beifall i. Stockh. Cabin
Mo. 1.8.	243	2.114	10:15 12:56	23,7	Turku > Talk m. Deutscher+ Polin > viel Gravel 30km vor <b>Parkano</b>	Massagesessel
Di. 2.8.	244	1.610	10:04 11:55	24,2	Gravel 30km > <b>Kaustinen</b> < 2 italienische TN i. Hotel	Mittags Motivat.- loch, öde / LKWs
Mi. 3.8.	261	924	10:32 13:09	24,8	<b>Kempele</b> (vor Oulu)	Essen i. Shop Salat-satt, Sauna
Do. 4.8.	240	1.024	10:07 13:05	23,7	Regen! In Oulu 24Std.Supermarkt um 5Uhr, 160km ohne Verpflegungsmöglichkeit, nobody gesehen, <b>Rovaniemi</b>	Schaurig - i. Kiiminki wurde Kaffee spendiert
Fr. 5.8.	254	1.244	9:17 11:02	27,4	Gate IV (Santa Claus), 3 Italos vor, mit mir <b>Saarilselkä</b>	Gelbweste liegen- lassen, Rentiere!
Sa. 6.8.	262	2.013	11:04 13:41	23,7	Wetter nachmittags schön, Norw. Busfahrer fragt, <b>Lakselv</b> , Jan a. Leipzig getr.	Handy lädt nicht mehr
So. 7.8.	161	1.258	9:08 11:23	17,6	Im Regen los > Olderfjord > 5 Tunnel, 1x200m u. Meeresspiegel < Akustik gruselig, <b>Honigsvag</b>	Frühstück i. Old. (St. Pauli-Fan)
Mo. 8.8.	32	804	2:12 2:14	14,7	Honigsvag > <b>Nordkap</b> , stempeln > Honigsvag (Regen+Starkwind) > Bus: Honigsvag- Olderfjord- <b>Alta</b> . 2x Baumarkt, 3 Std. Rad verpacken	Schaltzug gerissen
Di. 9.8.					Taxi, Flug: Alta-Oslo- <b>Berlin</b> , dort Taxi > , bei Tochter Fahrrad montiert	TN a. Dubai getroffen
10.8.					Bahn: Berlin-SAW < Lüchow (Bikeshop + tohus)	
	3843	27.953				
∅	239	1.644	10:20 13:25	22,7	690hm / 100km < davon 22% Pausenzeit	

16Tg+1,5Std. = 16,0625 Tage = 385:30 Std., davon 43% Zeit in Bewegung · Vorgegebener Track - selfsupported