

# Ein Amateur mit dem Herz eines Profis

Nach dem Frühstück eine Königsetappe: Bernd Hornetz ist der beste deutsche Freizeitradler. Ohne Doping, wie er betont.

VON KEVIN SCHREIN

KARLSRUHE. Als Bernd Hornetz an einem Samstagmorgen aufsteht, frühstückt er ausgiebig, schwingt sich auf sein Rennrad und fährt den Zahlen nach eine Königsetappe der Tour de France im Schwarzwald – zum Training. „Lief gut“, denkt er sich, als er zu Hause angekommen vom Rad steigt. Am Tag darauf fährt er gleich noch einmal. Am Sonntagabend zeigt der Tacho 392 Kilometer und 7200 Höhenmeter.

Zwei Tage später liegt Hornetz auf der Massagebank einer Praxis in Karlsruhe und lässt seinen Körper durchkneten. Der 45 Jahre alte Physiker hat Mittagspause. Eine halbe Stunde bleibt ihm noch, dann muss er zurück an seinen Schreibtisch in einem Softwareunternehmen. Die Physiotherapeutin bohrt tief in die Muskulatur, um die Strapazen vom Wochenende vergessen zu machen.

Schweiß, Schmerz und Talent haben Hornetz zum besten deutschen Freizeitradler gemacht. Auf der Marathondistanz, jenen Rennen, die nur vierstellige Höhenmeterzahlen kennen, ist er das Maß der Dinge. Der Durchbruch gelang ihm 2012, als er die Tour Trans Alp gewann, eine für Freizeitpedaleure bedeutende Rundfahrt in den Alpen. Das nächste Ausrufezeichen setzte er im selben Jahr beim „Ötztaler“, einem mit vier Alpenpässen gespickten Radmarathon. Nach sieben Stunden, 5500 Höhenmetern und 228 Kilometern erreichte Hornetz trotz eines Felgenbruchs als Vierter und damit bester Deutscher das Ziel.

kontrolle sagt aber eher etwas darüber aus, wie unkontrolliert die Szene unterwegs ist. Immerhin fordert das italienische Amateurtourteam „Prestigio LGL Miche“, für das Hornetz fährt, alle zwei Monate ein Blutbild von seinen Fahrern. „Das Team kann so einen Blutpass erstellen“, sagt Hornetz, „Wer keine Werte schickt, fliegt raus.“

Der Anstieg im Kraichgau ist überwunden. Hornetz kurbelt flüchtig. Auf dem Rad sitzt er wie ein Profi: Sattel hoch, Lenker tief. Die Haltung beansprucht Rücken und Nacken, belohnt aber mit geringem Luftwiderstand. Wer auf diese Weise schmerzfrei auf dem Rad sitzen möchte, muss viele Kilometer fahren. Rund 1000 Stunden bringt Hornetz jedes Jahr auf dem Rad, 25 000 Kilometer legt er zurück. Die Höhenmeter zählt er erst gar nicht. Zum Radsport kam er vergleichsweise spät. Erst 2001 kaufte sich Hornetz, damals 33 Jahre alt, ein Rennrad. Ein recht hohes Alter für einen Sportler, der noch etwas vorhat. Bislang managte er sein Training selbst. Seit ein paar Wochen führt Sportwissenschaftler Dennis Sandig Regie. Sandig hat sich mit neuen Trainingsmethoden im Radsport einen Namen gemacht. „Wir wollen dem Training etwas mehr Struktur geben“, sagt er. „Mit neuen Reizen kann sein Leistungsniveau noch gesteigert werden.“ Als Hornetz Sandig seine Trainingsdaten übermittelte, staunte der Wissenschaftler nicht schlecht. Hornetz hat ein außergewöhnlich großes Herz. „Er ist fast so leistungsfähig wie ein Profi“, sagt Sandig.

in den Händen, eine mit Gummi und Kleber präparierte Asphaltplatte, ein Start, ein Ziel, ein Sieger, fer-

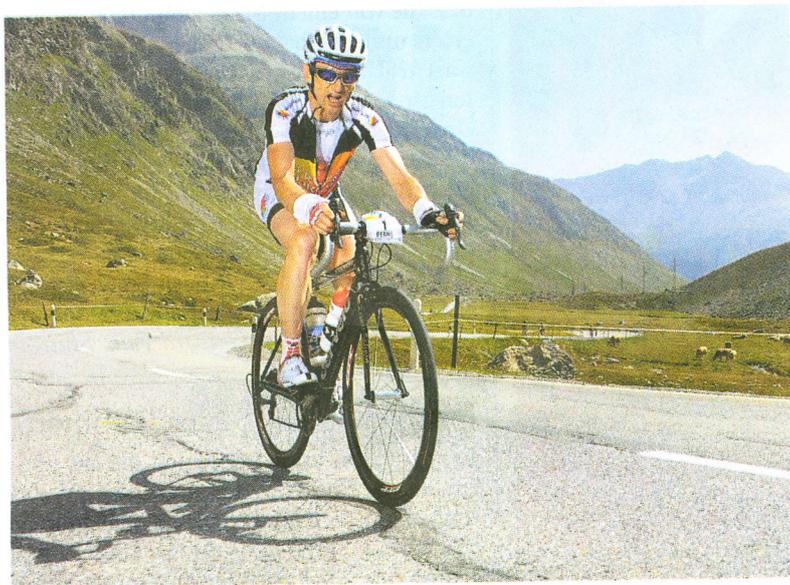
Kloss ist der vermutlich EDV-Manager, Go schnellste Steuerf-

Jahr beim „Öztaler“, einem mit vier Alpenpässen gespickten Radmarathon. Nach sieben Stunden, 5500 Höhenmetern und 228 Kilometern erreichte Hornetz trotz eines Felgenbruchs als Vierter und damit bester Deutscher das Ziel.

Am kommenden Sonntag wird Hornetz zum zehnten Mal beim Öztaler starten. Sein Ziel ist das

steigert werden. Als Hornetz Sandig seine Trainingsdaten übermittelte, staunte der Wissenschaftler nicht schlecht. Hornetz hat ein außergewöhnlich großes Herz. „Er ist fast so leistungsfähig wie ein Profi“, sagt Sandig.

Ob sich das neue Training beim Öztaler auszahlen wird, hängt auch davon ab, wie sauber seine



Allein auf weiter Flur: 25 000 Kilometer radelt Hornetz im Jahr.

Foto privat

Podium. „Der Öztaler ist die inoffizielle Weltmeisterschaft“, sagt er. „Die besten Fahrer sind am Start, und es ist eine der anspruchsvollsten Strecken.“ Um beim Öztaler zu den Besten zu gehören, verschreibt er sich dem Sport. Beruf, Familie, Radfahren – jeder Tag ist genau geplant.

Ein Anstieg im Kraichgau, einer dem Schwarzwald vorgelagerte Hügellandschaft. Während Hornetz mit 240 Watt das Rad den Berg hinaufzirkelt, plaudert er ohne erkennbare Anstrengung von vergangenen Rennen. Unablässig fährt er im Wiegetritt und kleinem Gang. Sein Stil erinnert an den Nähmaschinentritt von Lance Armstrong. Der Texaner vertraute auf hartes Training und Chemie. Auch Hornetz quält sich auf dem Rad. Den Griff zu Pillen und Ampullen lässt er aber bleiben, sagt er. „Ich dope nicht.“ Aber kann der Vierte des Öztalers wirklich sauber sein?

Wie alle Radrennfahrer kann Hornetz seine Unschuld nur beteuern, nicht belegen. Daran ändert auch die erste Doping-Kontrolle nichts, die er nach zwölf Jahren auf dem Rad hatte und negativ ausfiel. Anfang Mai musste er nach seinem zweiten Platz beim „Granfondo Sportful“ in Italien eine Urinprobe abgeben. Eine einzige Wettkampf-

Konkurrenten sind. „Ich lege für niemanden die Hand ins Feuer“, sagt er. Das kann er auch nicht, denn Doping-Kontrollen gibt es beim Öztaler nicht. Die Nationale Anti-Doping-Agentur habe aber das Recht, bei Verdacht zu kontrollieren, teilt der Veranstalter auf Nachfrage mit. Mehrmals habe er selbst beim Veranstalter des Öztalers nachgefragt, warum es keine Kontrollen gebe, sagt Hornetz. Die Antwort: Braucht man nicht. Doch sie sind nötig, wie der Fall Emanuele Negrini zeigt. Ende 2009 wurde der Italiener bei einem Rennen in seinem Heimatland des Dopings mit Steroiden überführt. Monate zuvor hatte er zum dritten Mal den Öztaler gewonnen. „Veranstalter und Sponsoren haben kein Interesse, Doper zu enttarnen“, sagt Hornetz. „Das ist nicht gut fürs Geschäft.“

Dabei ist Negrini wohl kein Einzelfall. Anfang Mai begleitete Suzanne Hammann, die Ehefrau von Bernd Hornetz, ihren Mann zum Marathon „La Leggendaria Charly Gaul“ in Italien. Nach dem Start fuhr die leidenschaftliche Radfahrerin dem Pulk zum Spaß hinterher. Auf einer Passstraße entdeckte sie eine Schachtel, daneben Tabletten. Als sie sich der Verpackung näherte, konnte sie die Aufschrift deutlich lesen: Ecstasy habe draufgestanden, sagt sie.