

Pedersen triumphiert beim Giro-Auftakt in Albanien - Drama und Spannung!

Mads Pedersen gewinnt die erste Etappe des Giro d'Italia 2025 in Albanien. Ein spannendes Rennen mit prominenten Favoriten und Herausforderungen.



Tirana, Albanien - Am 9. Mai 2025 fand der Auftakt des Giro d'Italia in Albanien statt, wo der dänische Ex-Weltmeister Mads Pedersen die erste Etappe über 160 Kilometer von Durres nach Tirana für sich entschied. Er triumphierte im entscheidenden Massensprint vor Wout van Aert aus Belgien und Or Luis Aular aus Venezuela. Diese Leistung markiert Pedersens vierte Teilnahme an dem prestigeträchtigen Rennen, an dem er sich aufgrund seiner vielversprechenden Frühjahrsaison, ohne jedoch einen Monument-Sieg erzielen zu können, gut vorbereitet zeigt.

Die Etappe begann mit hohen Erwartungen, doch die dynamische Atmosphäre wurde durch einen schweren Sturz fünf

Kilometer vor dem Ziel getrübt, bei dem der spanische Fahrer Mikel Landa verletzt wurde. Trotz dieser Zwischenfälle gelang die Platzierung der Favoriten. Neben Pedersen waren auch der amtierende Sieger Tadej Pogacar, der nicht anwesend war, und andere große Namen wie Primoz Roglic und Juan Ayuso in der Favoritenrolle. Deutsche Fahrer, darunter Maximilian Schachmann und Georg Steinhauser, stehen ebenfalls im Rennen um Tageserfolge, wobei kein deutscher Fahrer unter den besten zehn landete und Max Kanter am letzten Anstieg zurückfiel.

Pedersens besondere Trainingsmethoden

Mads Pedersen hat sich mit einer ungewöhnlichen Trainingsmethode auf den Giro vorbereitet. Seines Erachtens ist das Hitzetraining, bei dem er täglich bis zu einer Stunde in voller Winterausrüstung fährt, „schrecklich, aber schrecklich effektiv“. Während dieser Einheiten beginnt er mit einer Leistung von 270 Watt und steigert seine Herzfrequenz von etwa 110 bis hin zu nahezu 180 bpm. Dieser Ansatz soll ihm helfen, physiologische Anpassungen zu fördern, die ihn im Wettbewerb unter heißen Bedingungen unterstützen können. Zu den angestrebten Verbesserungen gehören ein erhöhtes Blutplasma-Volumen und eine bessere Thermoregulation, einschließlich einer erhöhten Widerstandsfähigkeit gegen Dehydration.

Pedersens Strategie umfasst Emotionen und mentale Stärke, die als entscheidend in der Welt des Profi-Radsports gelten. Dazu gehört auch die Fähigkeit, psychologischen Druck zu handhaben und sich selbst zu motivieren. Trainingsarten, die sowohl physische als auch psychische Aspekte berücksichtigen, sind entscheidend für den Erfolg eines Athleten. Methoden wie Motivationstraining und der Einsatz von Entspannungstechniken können das Leistungsniveau erheblich steigern. Eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige Flüssigkeitszufuhr und speziell abgestimmte Nahrungsmittel vor Wettkämpfen spielen ebenfalls eine wichtige Rolle.

Der Giro d'Italia: Ein bedeutendes Rennevent

Die ersten zwei Wochen des Giro d'Italia 2025 sind größtenteils flach, bevor die Gebirgsherausforderungen in der dritten Woche beginnen. Die nächste Etappe ist ein Einzelzeitfahren über 13,7 Kilometer in Tirana, was die Spannung weiter erhöht. Das Giro d'Italia ist die erste Grand Tour des Jahres und endet am 1. Juni in Rom. In diesem Jahr fahren die Profis zum ersten Mal durch den Vatikan, um dem verstorbenen Papst Franziskus zu gedenken. Während das Rennen für viele Athleten eine Herausforderung darstellt, bleibt die Vorfreude auf die kommende Veranstaltung groß.

Zukünftige Etappen in Albanien werden ebenfalls am kommenden Samstag und Sonntag stattfinden, bevor der Giro nach Italien weiterzieht. Es bleibt abzuwarten, wie die Athleten weiterhin mit den Herausforderungen des Rennens umgehen werden.

Für weitere Informationen zu den Ereignissen des Giro d'Italia besuchen Sie **Weser Kurier**, **Cycling Up To Date** und **Radsport Wulff**.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Tirana, Albanien
Verletzte	1
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.weser-kurier.de• cyclinguptodate.com• radsport-wulff.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de