



Jovan og Lisbeth Glymov tester cyklerne en sidste gang inden afrejsen til Frankrig, hvor de skal deltage i det 1.218 kilometer lange motionscykelløb fra Paris til Brest og tilbage. Hvis vejret agter sig efter deltagerens ønske, er der medvind på hjemvejen.

Foto: Peter Frederiksen

1.218 kilometer i eet langt stræk

For den cyklist, der søndag morgen i sommerhalvåret stakåndet hjuler hjem fra bageren med fri-ske rundstykker i hånden, lyder 1.218 kilometer på en cykel som velgennemtænkt vanvid. Dét er, hvad ægteparret Lisbeth og Jovan Glymov fra Bjæverskov agter at begive sig ud på mellem Paris og den bretonske havneby Brest mandag aften klokken tyve.

Ti års motionscykling har gradvist flyttet den maksimale grænse for deres ydeevne. Det begyndte med kortere motionsløb som Sjælland Rundt på 320 kilometer og det svenske Vättern Rundt på 300 kilometer. Senere fulgte løbet Den store Styrkeprøve fra Trondheim til Oslo på i alt 540 kilometer.

Nu står 43-årige Lisbeth Glymov og hendes tre år yngre mand, Jovan, foran den ultimative udholdenhedstest, når de på under 90 timer skal cykle fra den franske hovedstad til havnebyen Brest i landets vestligste region Bretagne. Når de kommer frem til byen, vender de cyklerne og returnerer til byernes by. Turen gennemføres i ét stræk.

Så stor en kraftanstrengelse kan selv ikke den stærkeste klare uden søvn. Derfor har de franske arrangører af løbet sørget for, at deltagerne har mulighed for at få et par timers søvn undervejs på skoler og i sportsklubber. Her sørges også for den rette forplejning, som er af forudsætningsne for at kunne gennemføre løbet. En anden er, at tempoet holdes konstant under hele turen.

Første danske kvinde

Modsat det professionelle cykelløb Tour De France, der er inddelt i 20 etaper, må delta-

gerne i Paris-Brest-Paris hvile ud »for egen regning«. Løbet neutraliseres ikke, mens rytterne giver de trætte ben en pause fra pedal-arbejdet.

- Vi regner med at sove to gange fire timer undervejs. Resten af tiden er vi i sadlen, siger Lisbeth Glymov, der som den første danske kvinde nogensinde stiller til start i motionsløbet, som kun køres hvert fjerde år.

At hun er pioner i løbet, der begyndte som et væddeløb for datidens koryfæer på de sydeuropæiske landeveje, afskrækker ikke Lisbeth Glymov.

- Paris-Brest-Paris er den naturlige fortsættelse på de motionsløb, vi hidtil har deltaget i. Hver gang flyttes grænsen for ens egen formåen længere ud.

Lisbeth Glymov har dog ikke planer om, at skubbe yderligere til denne grænse, hvis det skulle lykkedes at gennemføre løbet. Det kan også blive overordentlig svært at finde større udfordringer end den, der bydes de i alt 6.000 deltagere i Paris-Brest-Paris.

At være kvinde ser i øvrigt ud til at være en fordel, når blot distancen bliver tilstrækkelig lang. Selv mener Lisbeth Glymov at kunne mærke en fysisk fordel fremfor de mandlige cyklisters på den anden side af 400 kilometer.

- Jeg har flere gange måttet stå af og hjælpe udmattede mænd med at lappe cykel, når deres hænder rystede for meget til, at de kunne holde rigtigt på dækkermene, fortæller hun. (Inden for langdistanceløb er det videnskabeligt konstateret, at kvinder overhaler mænd med hensyn til fysisk formåen, når distancen overstiger cirka 160 kilometer, red.). Ægteparret agter uanset de kriser, som altid opstår på de lange distancer, at følges ad fra start til mål.

Greb om sig

Det er ikke cykeltræning siden barnsben, der har sat Lis-

beth og Jovan Glymov i stand til at tage den 1.218 kilometer lange udfordring op. Deres interesse for motionscykling blev vækt, da de for ti år siden stod på torvet i Køge og så deltagerne i cykelløbet Sjælland Rundt komme i mål.

- Vi begyndte at køre i Køge Cykle Ring, og siden har det grebet om sig, fortæller Jovan til Dagbladet fredag eftermiddag, et par timer før afrejsen til det franske.

Inden en rytter får lov til at stille op til Paris-Brest-Paris, skal han eller hun have gennemført nogle testdistancer på henholdsvis to, tre, fire og seks hundrede kilometer.

Undervejs i løbet kan hver enkelt selv bestemme farten. Men er en rytter ude på ruten i mere end 90 timer, har arrangøren lukket og slukket, når vedkommende triller over målstrægen. Blødsødenhed er et ukendt begreb i cykelsportens fædreland.

Træning i weekenden

Dagligt træning er ikke et krav for at give sig ud på distancer, der får et marathonsløb til at ligne opvarmning til et 60 meterløb for underskoleelever. Til hverdag bliver det højest til 40-50 kilometer en gang imellem.

I weekenden tages der til gengæld fat. Der køres ikke under 200 kilometer, når ægteparret i selskab med ligesindede fra Køge Cykle Ring sætter sig i sadlerne.

Når Lisbeth og Jovan Glymov ikke sidder på den tohjulede, driver de hver deres firma. Lisbeth er indehaver fra Skovbo Kontorhjul, mens Jovan tager sig af Køge Bugt Varmeservice. Tidligere var hun ansat i Den Danske Bank, mens han var maskinarbejder hos Rockwool.

Sammen driver de desuden Aktiv Cykel Rejser, og med sig til Frankrig har de 21 cyklistere, der har fået samme indfald, som de selv.

rost-