

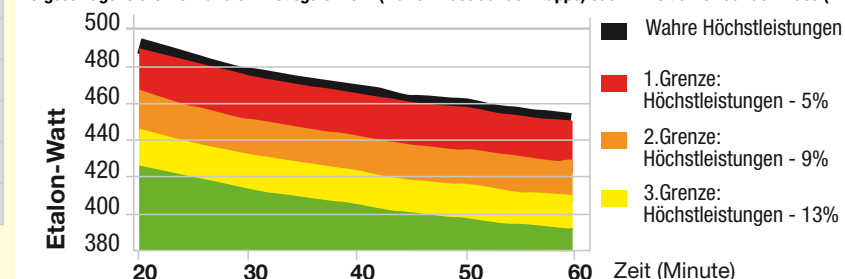


Die höchsten **erzielten Leistungen** auf den Strecken der Etappen mit nur einem Pass oder während **des Zeitfahrens** auf dem Pass (> 20 min)

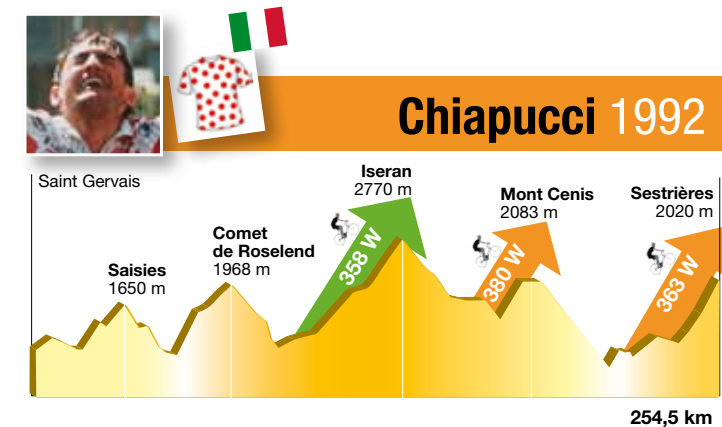
Rennfahrer	Jahre	Pässe	Etalon-Watt	Zeit
Indurain	1994	Hautacam	470	0:35:26
Pantani	1995	Flumserberg	483	0:25:00
Berzin	1996	Val d'Isère Zeitfahren	448	0:52:00
Riis	1996	Hautacam	479	0:34:35
Pantani	1997	Alpe d'Huez	466	0:36:55
Jalabert	1997	Lagos de Covadonga	478	0:24:29
Pantani	1998	Piancavallo	489	0:35:21
Pantani	1999	Oropa	477	0:23:12
Pantani	1999	Madona di Campiglio	490	0:20:00
Armstrong	2004	Alpe d'Huez Zeitfahren	456	0:37:36
Armstrong	2005	Courchevel	435	0:42:50
Basso	2006	Monte Bondone	461	0:46:15
Contador	2007	Beille	431	0:44:17
Contador	2009	Verbier	491	0:20:55
Contador	2010	Tourmalet	431	0:50:00

Zeit der Anstrengung in Minuten	Wahre Höchstleistungen	1. Grenze: Höchstleistungen - 5%	2. Grenze: Höchstleistungen - 9%	3. Grenze: Höchstleistungen - 13%
20	490	465	445	426
25	482	457	438	419
30	475	451	432	413
35	470	446	427	408
40	465	441	423	404
45	460	437	418	400
50	457	434	415	397
55	453	430	412	394
60	450	427	409	391

Vorgeschlagene Grenzen für die "Anstiegsrennen" (nur ein Pass auf der Etappe) oder im Zeitfahren auf dem Pass (> 20 min)

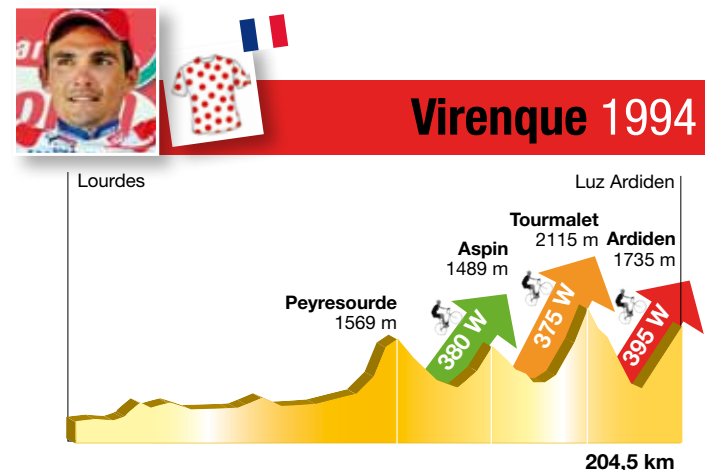


Die **"großen Vorstöße"**: Einzelne Ausreißer der Fahrer nach mehreren Pässen zwischen 360 und 410 Watt, ohne zu ermüden! Ein letzter Pass mit 450 Watt am Ende einer Etappe - diese Leistungen sind absurd. Die Vorstöße sind den Farben der "Radar" zugeordnet. Es werden 6 große historische Vorstöße analysiert.



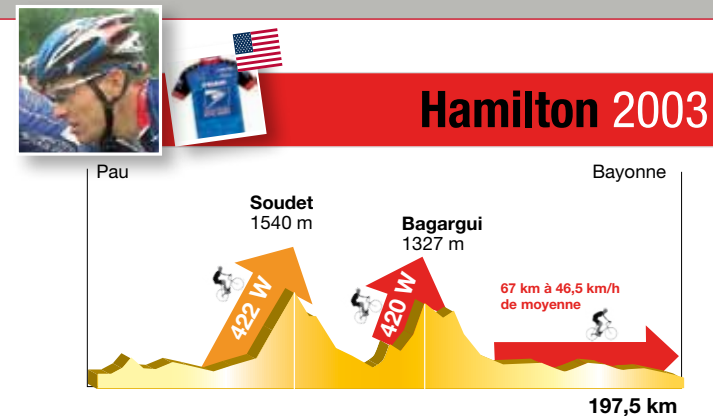
Vorstöß CHIAPPUCCI	Pass	Reale Lesitung	W/KG	Etalon-Leistung 78 kg	Zeit
Tour de France 1992	Cormet Roselend	X			X
Team Carrera Jeans	Iseran	336	5,17	358	0:23:22
1. in SESTRIERES	Mont Cenis	355	5,46	380	0:28:00
	Sestrières	340	5,23	363	0:27:07

Zieht allein in Führung auf dem Gipfel von Iseran mit 2min 23s zur Gruppe von Virenque und 3min 45s zu den Favoriten der Tour (Messung am Ende des PASSES). Liegt allein in Führung auf dem Gipfel von Mont Cenis mit 3min 30s vor Indurain und Bugno, die eine Gegenattacke gestartet hatten. Er gewinnt die Etappe nach 125 km im Alleingang ab Iseran.



Vorstöß VIRENQUE	Pass	Reale Lesitung	W/KG	Etalon-Leistung 78 kg	Zeit
Tour de France 1994	Peyresourde	X			X
Team Festina	Aspin	363	5,58	380	0:33:30
1. in LUZ ARDIDEN	Tourmalet	357	5,49	375	0:42:35

Virenque greift im Col de Peyresourde an. Er liegt in knapper Führung auf dem Gipfel von Aspin vor seinen Gefährten der Ausreißergruppe. In den Bergen von Tourmalet führt er alleine, mit 5min 50s vor Pantani, der einen Gegenangriff startet. In den Bergen von Luz Ardiden hält er dem Angriff von Pantini stand und bewahrt einen Vorsprung von über 4 Minuten.

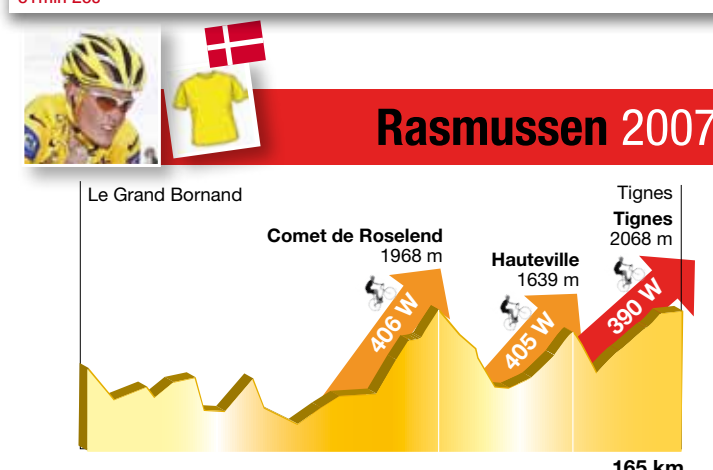


Vorstöß HAMILTON	Pass	Reale Lesitung	W/KG	Etalon-Leistung 78 kg	Zeit
Tour de France 2003	Soudet	380	6,13	422	0:40:00
Team US Postal 1. in BAYONNE	Bagargui	378	6,1	420	0:28:11

Solo-Flucht in den Bergen von Bagargui. Ende der Strecke auch im Alleingang: 67,5 km in 1h27min bei 46,5 km/h.

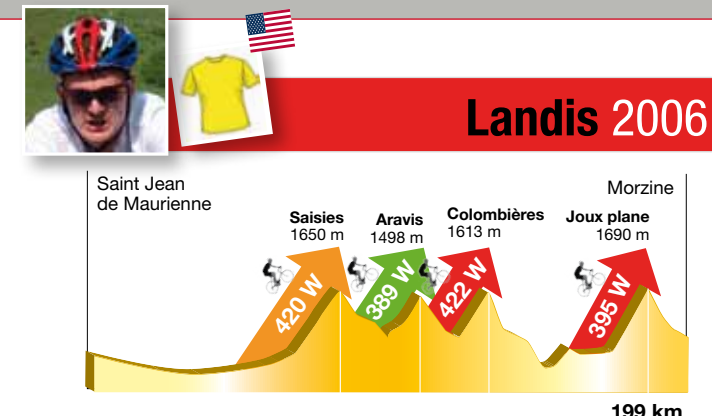
In seinem Buch "Die Radsport-Mafia und ihre schmutzigen Geschäfte", erklärt Hamilton wie sich seine Werte entwickelt haben VOR und NACH der Behandlung mit EPO und Testosteron.	Gewicht / Fettanteil (%)	Zeit im Col Madone	Homocystein-Hämoglobin	WATT/KG	Etalon-Watt
Vor EPO+TESTO (30.03.2000)	63,5 kg- 5,9 %	36mn03s	HR : 43 - H 14.1	5,84 w/kg	400 WATTS
Nach Cure Doping (31.05.2000)	60,8 kg 3,8%	32mn32s	HR : 50- H 16.4	6,45 w/kg	440 WATTS
Gewinn	-4,25%	- 10%	+16% - +16%	+ 10,5%	+10%

Die Rekordzeit im Col de la Madone: 1999 Lance Armstrong 30min 47s, 1994 Tony Rominger 31min 25s



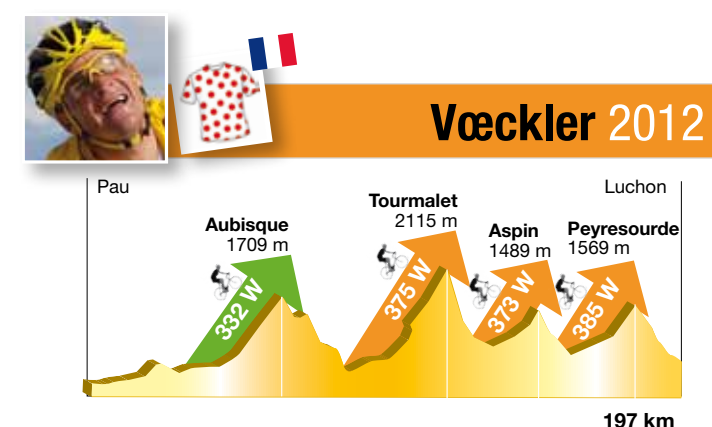
Vorstöß RASMUSSEN	Pass	Reale Lesitung	W/KG	Etalon-Leistung 78 kg	Zeit
Tour de France 2007	Cormet Roselend	353	5,98	406	0:33:00
Team Rabobank	Hauteville	353	5,98	405	0:34:21
1. in TIGNES	Tignes (barrage)	340	5,76	390	0:31:26
	Tignes (fin)	340	5,76	390	0:12:16

Startet eine Gegenattacke und gewinnt 2min 55s zu den Favoriten auf dem einzigen Anstieg des Col de Merailletvor Roselend. Er holt die morgendliche Ausreißergruppe vor dem Gipfel auf. Das Peloton ist 5 min im Rückstand. Führt weiter bei über 400 Etalon-Watt. Nur Colom und Arroyo bleiben dicht hinter ihm. 6min 15s Vorsprung zum Peloton auf der Höhe von Hauteville. Startet alleine den Aufstieg Richtung Val d'Isère. Gegenwind. Im Zweikampf mit Mayo gewinnt er schließlich die Etappe mit 2min 47s Vorsprung.



Vorstöß LANDIS	Pass	Reale Lesitung	W/KG	Etalon-Leistung 78 kg	Zeit
Tour de France 2006	Les Saisies	407	5,99	420	0:36:30
Team Phonak	Aravis	378	5,56	389	0:16:49
1. in MORZINE	Colombière	409	6,01	422	0:27:43
	Joux Plane	384	5,65	395	0:36:57

Angriff auf 130 km bis zur Ankunft. Sein Team fährt mit hohem Tempo. Landis beschleunigt 11 min mit 460 Etalon-Watt auf dem ersten Abschnitt von Saisies! Er isoliert sich und holt die morgendliche Ausreißergruppe ein. Er baut einen Vorsprung zum Peloton auf: 4min 30s auf dem Gipfel von Aravis. Nur Patrice Halgand ist als Einziger vor ihm. Landis hat 8min 30s Vorsprung zum Peloton auf dem Gipfel von Colombière und wird angeführt von den Teammitgliedern von Pereiro, der das Gelbe Trickot trägt. Er bleibt als einziger Vorne. Landis behält sein unglaubliches Tempo bis zur Ankunft. Im Zweikampf mit Sastre behält er 5 Minuten Vorsprung bei der Ankunft in Morzine.



Vorstöß VOECKLER	Pass	Reale Lesitung	W/KG	Etalon-Leistung 78 kg	Zeit
Tour de France 2012	Aubisque	316	4,79	332	0:43:38
Team Europcar	Tourmalet	357	5,41	375	0:55:46
1. nach LUCHON	Aspin	355	5,38	373	0:15:28
	Peyresourde	366	5,55	385	00:26:21

Voekler gehört zur morgendlichen Ausreißergruppe und beschleunigt im zweiten Abschnitt der Berge von Tourmalet, nur Brice Feuille kann ihm folgen. Auf der Strecke nach Aspin halten er und Feuille ein hohes Tempo aufrecht. Er bricht zu einer Solo-Flucht in Peyresourde auf und gewinnt die Etappe in Luchon. Auf dem Gipfel hat er 1min 28s Vorsprung zu Sorensen.