



# EINZEL- KÄMPFERIN

## Ein Gang muss reichen, den Rest regeln die Muskeln: Mila Kusmenkos Singlespeed-Mountainbike verbindet minimale Technik mit maximaler Hingabe.

Text und Fotos: Jörg Spaniol



Klangschalen, Ratgeberbücher oder „Free Solo“ in einer Felswand? Mila braucht das nicht für die Selbsterfahrung. Mila hat ihr Singlespeed-Mountainbike, das reicht auf dem Weg zur Weisheit. Sie sagt: „Ich will nicht viele Dinge besitzen. Ich will lieber sein, machen, erleben.“ Sie sagt auch, dass man sich ganz genau kennen und spüren muss, um mit so einem Lowtech-Spielzeug glücklich zu werden. Dass so etwas bei ihr nicht nach Glückskeks oder Bauernkalender klingt, liegt vielleicht daran, dass sie gar nicht erst versucht, ihr Gegenüber von der Heilkraft des einen Ritzels zu überzeugen. Sie fährt schon viele Jahre so. Und sie lacht ständig. Es scheint also zu funktionieren. Ob das tatsächlich am Bike liegt? Dieses Rad ist die rotzfreche Rebellion gegen alles, was der Markt als Schaumkrone auf der Innovationswelle vor sich herträgt. Es ist die Antithese zu Carbon-Laminaten, Elektronikschaltungen, Automatikfahrwerken und chipgetunten E-Bikes. Weniger Bike geht kaum: Es hat einen ungefederten, schwarzen Alu-Rahmen, eine ungefederte Stargabel und nur deshalb auffällig rote Tretkurbeln, weil die leicht sind und gerade günstig hergingen. Viel wichtiger für das Verständnis des spartanischen Glücksrades ist ohnehin das, was es nicht hat: nämlich eine Gangschaltung. Eine Entscheidung, die das Bike ziemlich leicht macht (es wiegt nur gut acht Kilo), aber das Biken ziemlich erschwert. Im Hochschwarzwald, ihrem Heimatrevier, kurbeln Normal-Biker mit alpinen Übersetzungen. Doch Mila steht auf 44:21 Zähne. Bei einem handelsüblichen Bike heißt das:

großes Blatt vorne und irgendwas mitten im Ritzelpaket hinten. Was im Gelände schon in der Ebene eine sportliche Übersetzung ist. Bei Mila aber ist es das Getriebe für die Transalp-Challenge, Marathons oder 24-Stunden-Rennen. Ein paar Techniktricks helfen der zierlich-zähen Bikerin trotzdem, die Kurbel runzuzukriegen. Der Rahmen ist eine Maßanfertigung von Endorfin, mit eher steilem Sitzrohr und langem Oberrohr. Eine „Bergauf-Geometrie“, wie sie sagt, denn „runter kommt man schon irgendwie“. Verschiebbare Ausfallenden sind ohnehin Pflicht, um Kettenverschleiß oder einen etwaigen Übersetzungswechsel auszugleichen. Dazu kommen eine ganze Menge Leichtbauteile von Tune, der Firma, bei der sie arbeitet. Doch als das Rad entstand, war die Versorgungslage noch schwieriger. Die Singlespeed-Spezialnabe war eine der ersten ihrer Art. Die Carbon-Gabel von Pace hat ein Bekannter besorgt. Das Titanritzel stammt vom Singlespeed-Spezialisten Marcel Hahn. Zusammengebaut hat sie ihr Kleines Schwarzes dann weitgehend alleine – „in einer Novemberrnacht bei Vollmond“. Ein ironisches Grinsen? Fehlanzeige. Andere Tuning-Maßnahmen wie ein Titan-Deckel auf dem Gabelschaft machen wohl eher mental als physisch schnell. Falls diese Unterscheidung beim Singlespeed überhaupt zulässig ist. Das wahre Geheimnis des schaltungslosen Bergradelns ist nach Milas Überzeugung nämlich die Verschmelzung von Geist, Körper und Hardware. „Dein Körper ist die Schaltung“, sagt sie. „Du musst durch eine andere Haltung andere Muskelgruppen einsetzen, wenn sich das Gelände ändert. Und du solltest immer noch Reserven haben. Es ist nicht die Kraft, die dir letztlich die Grenzen setzt. Man kann fahren, solange die Pumpe mitmacht. Aber weil du nicht darauf hoffen kannst, dass da noch ein Gang ist, der dich rettet, musst du dich selbst ganz genau kennen. Du wirst eins mit dem Rad.“ Und das hat Folgen: Touren mit besonders heftigem Einsatz von Schaltung und Federung lassen das minimalistische, extrem verschleißarme Bike ungerührt. Allerdings hat die Bikerin nachher Muskelkater in Schultern, Bauch und Armen.



Krafftaherin: Im Verhältnis zur Körpergröße sind die 175er-Kurbeln sehr lang. Die langen Hebel helfen aber, die 44 Zähne am Kettenblatt auszugleichen.



Ob Lenkerhörnchen am Riserbar cool sind, ist Mila egal. Sie braucht sie einfach, um am Berg die Kurbel mit Maximalkraft weiterzudrehen.



Die Carbon-Beine der Stargabel sind die einzigen Faserteile am Rad. Die schicke Gabel ist ultra rar. Ein Kumpel hat sie besorgt.



Eine Schaltung war nie vorgesehen, das 21er-Titanritzel muss reichen. Die verschiebbaren Ausfallenden halten die Kette straff und gleichen aus, wenn Kette, Ritzel oder Kettenblatt verschleißten.

### ENDORFIN MILAS BIKE

<b>RAHMEN</b>	Endorfin Alu Hardtail
<b>GABEL</b>	Pace RC31-420
<b>RAHMENHÖHE</b>	42 cm
<b>ANTRIEB</b>	Tune Big Foot 175 mm, 44 Zähne
<b>LENKER</b>	Use Atom 680 mm
<b>VORBAU</b>	Tune Geiles Teil 110 mm
<b>SATTEL</b>	Tune Speedneedle
<b>SATTELSTÜTZE</b>	Tune Starkes Stück
<b>LAUFRÄDER</b>	Tune Singlespeed Individualaufbau
<b>BEREIFUNG</b>	Schwalbe Fat Albert 2,4
<b>GEWICHT</b>	ca. 8,5 kg

Sie wollen mit Ihrem Schmuckstück in BIKE vorgestellt werden? Bewerben Sie sich mit dem Stichwort „Leser-Bike“: [bikeMag@bike-magazin.de](mailto:bikeMag@bike-magazin.de)