

# Der Optimist in der „mentalen Hölle“

Jonas Deichmann ist in gut 72 Tagen vom Nordpol zum Kap der Guten Hoffnung geradelt. Von den Abenteuern berichtet er Mitgliedern des Alpenvereins Marktredwitz.

Von Wolfgang Neidhardt

Wunsiedel – „An jedem Tag etwas erleben, das ich vorher noch nie erlebt habe.“ Jonas Deichmann versucht diesen Wunsch, seinen höchsten Antrieb, möglichst oft umzusetzen – auf höchst ungewöhnlichen Rekordrouten. Nach Radmarathons durch Eurasien und den amerikanischen Kontinent hat der 32-Jährige im vergangenen Herbst nun die Route vom Nordkap zum Kap der Guten Hoffnung bewältigt – mit wahrlich ungewöhnlichen neuen Erlebnissen. Davon berichtete der Extremsportler nun in der Vitalscheune in Wunsiedel. Er war erneut Gast bei seiner Alpenvereins-Heimatsektion Marktredwitz/Greiz. Deren Vorsitzender Michael Rabus freute sich darüber, dass sein Studienfreund Deichmann den Verein, der ihn schon bei seinen ersten großen Radtouren unterstützt hat, an seinen Erlebnissen teilhaben lässt.

Die jüngste war zwar nicht die längste mit 18000 Kilometern. Von Alaska bis Feuerland waren es im Jahr vorher nämlich 23 000. Aber so viele ungewöhnliche Erfahrungen hatte der Ausdauerprofi Deichmann wohl vorher noch nie erlebt: „Es geht mir um das Abenteuer, nicht so sehr um den Rekord“, betonte er in Wunsiedel. Gleichwohl hat er erneut eine Weltbestleistung erzielt: In 72 Tagen, sieben Stunden und 27 Minuten fuhr er durch 15 Länder vom Nordkap bis Kapstadt. Sein Ziel, die Strecke in 75 Tagen zu bewältigen, hat er deutlich unterboten, die bisherige Bestzeit von 102 Tagen enorm. Im September wird Deichmann einen Film und ein Buch über die jüngsten Erlebnisse herausbringen – ehe er sich dem nächsten Rekordtrip widmen will: einem Triathlon rund um die Welt (die *Frankenpost* berichtete).



Jonas Deichmann berichtete in Wunsiedel in der Vitalscheune über seinen Fahrradtrip vom Nordpol zum Kap der guten Hoffnung.

Foto: Wolfgang Neidhardt

Bis Nordafrika begleitete Filmemacher Philipp Hympehdahl den Abenteuer- und Rekordjäger – dann stieg der Partner aus, wie dieser geschwächt durch eine Lebensmittelvergiftung, vor allem aber, weil er die Einstellung des Mitfahrers nicht zu teilen vermochte: „Immer optimistisch an den nächsten Tag herangehen – ich habe keine Sekunde gedacht, es nicht zu schaffen!“

Optimismus hatte Deichmann aber auch dringend nötig – erstmals, als er nach der Durchquerung Finnlands auf schnurgeraden Straßen Russland erreichte und feststellen musste: „Das ist nicht die tollste Gegend zum Radfahren.“ Eng überholende Lastwagen auf Landstraßen sind lebensgefährlich. Also wichen die beiden auf die sichere Variante aus: 2500 Kilometer auf der Auto-

bahn, meist bei Dauerregen und vier bis fünf Grad Celsius: „mental die Hölle.“ Deichmanns Methode zum Durchhalten: immer stur vier Stunden fahren, kurze Pause, um den Bedarf von täglich 10000 Kilokalorien

„Es geht mir um das Abenteuer, nicht so sehr um den Rekord.“

Extremsportler Jonas Deichmann

zu decken – und weiterfahren bis zum Einbruch der Dunkelheit.

Umso glücklicher war das Duo, als es in Georgien in eine „andere Welt“ eintrat – bei 20 Grad und Sonne. Dass die Route häufig lang und steil bergauf und bergab führte, hat Jonas Deichmann eher motiviert: „Ich fahre gerne bergauf, weil ich weiß, dass

es danach wieder hinuntergeht.“ Das Gegenteil sollte er noch an vielen Tagen erleben: flache gerade Straßen mit Gegenwind. Ähnlich Schlimmes folgte in Aserbaidschan. Dort pflegt der diktatorische Staat Straßen fast in einem Stück zu erneuern. Die Folge: 50 Kilometer holprige Baustellenpiste.

Auf den Iran, „eines der besten Reiseländer, sicher, traumhaft schön mit den herzlichsten Leuten überhaupt“, folgten das ägyptische Chaos auf den Straßen – und die erste drastische Erfahrung mit uniformierten Zeitgenossen: Alle 20, 30 Kilometer zwangen diese, ebenso freundlich wie bestimmt, die Deutschen zum Anhalten. Und erst nach langen Verhandlungen durften sie die Reise fortsetzen, teilweise von zwei Autos der Ordnungskräfte eskortiert.

Eine Nacht in einer Gefängniszelle sollte folgen, ehe nun für Solofahrer Deichmann, der strapaziöseste Teil folgte: 1800 Kilometer durch die Sahara bei Temperaturen zwischen 45 und 50 Grad: „Das ist, als würde man auf dem Hometrainer in der Sauna gegen einen eingeschalteten Föhn fahren.“ Der Durst war nur mit täglich etwa 15 Liter ungefiltertem Nilwasser zu stillen, das gelegentlich in Amphoren an der Straße zu schöpfen ist.

Zu den körperlichen Qualen mit Lebensmittelvergiftung kamen die psychischen: Bei der Einreise zum Sudan sind nach stundenlanger Wartezeit drei Fenster im Grenzhäuschen zu passieren und an jedem gewisse Summen zu entrichten für Stempel, Unterschrift und die Öffnung des Tores zu einem der ärmsten Länder der Welt.

Weitere zweifelhafte Erfahrungen sollten folgen: Steinwerfende Kinder und die Durchquerung einer Bürgerkriegszone in Äthiopien, unerwartete 400 Kilometer Schotterpiste in Sambia und zahlreiche wilde Tiere am Straßenrand: „Nur in Botswana leben diese in freier Natur.“ Den Lärm im sicheren Nachtlager verursachte übrigens ein Löwe, der sich gerade einen Wachhund geholt hatte. Bei den Schlussetappen nach Südafrika ging es nur um Zähigkeit: zwei Stunden Schlaf und ein „powernap“, heißt Einschlafen nach fünf Sekunden, Aufwachen nach ziemlich genau zehn Minuten.

Normalerweise, so Deichmann, benötige ein Extremsportler etwa die gleiche Zeit der Extrembelastung zur Erholung: „Die Beine sind nonstop müde.“ Doch in der zweiten von sieben geplanten Wochen Hängematten-Entspannung in Brasilien war es dem Mann, der nach eigenen Worten keine Heimat hat und meist mit dem Rad von Vortragsort zu Vortragsort reist, langweilig – und er startete die Planung seines nächsten Extremsports. Das Schwimmen – entlang der kroatischen Küste – muss er noch trainieren. 120 Marathons in den USA fürchtet er weniger. Warum, das erklärte Michael Rabus: „In unserer gemeinsamen Münchner Zeit kam er gerade mal ein wenig vom Laufen und hatte 30 Kilometer absolviert.“