

SEHNSUCHT NACH DER WEITEN WELT

Heike Pirngruber ist vor zwei Jahren zum Abenteuer ihres Lebens aufgebrochen – einer **Radreise von Deutschland durch Asien nach Australien, einmal um die halbe Welt.** Tausende Kilometer hat die 43-Jährige bereits zurückgelegt und lässt sie für active woman Revue passieren – hier Auszüge aus ihrem spannenden Blog.



April 2013 Chaos herrscht, sowohl in meinem Kopf als auch in meinem Zimmer. Es geht bald los, angedacht ist der 10. Mai, Abreise ist dann tatsächlich der 14. Mai. Seit Wochen schon plage ich mich mit dem Gedanken herum, soll ich wirklich fahren? Ja, ich soll, denn ich will es, und ja, es ist mein allergrößter Wunsch, einmal mit dem Rad um die Welt zu reisen.

Juni 2013 Einfach ist der Start nicht, alles andere als das. Vor allem der Abschied von meiner Mutter fällt mir extrem schwer. Ich fahre von Großsachsen an der Bergstraße Richtung Heidelberg. Es ist grau in grau, nicht nur das Wetter, auch in mir gab es kaum Farbe. Nach zwei Stunden mache ich die erste Pause, ich kann nicht mehr, ich schaue auf den Neckar und heule einfach los. Doch irgendwie hat es trotz allem von Anfang an etwas Befreiendes. Da liegt nun etwas völlig Ungewisses vor mir, eine Reise, eine Idee, ein Lebenstraum.

Juni 2013 – Polen Es geht mir gut, die anfänglichen Bedenken sind verflogen, die Neugier treibt mich voran. Ich treffe so viele Menschen, die meine Reise bewundern, die mich immer wieder fragen, ob ich keine Angst habe so alleine. Manche schütteln auch nur mit dem Kopf, wenn ich ihnen antworte, wohin ich überall radeln möchte. Ständig werde ich nach meinem Alter gefragt und meistens sind die Leute noch irritierter, wenn ich ihnen eine Antwort gebe. So, als habe man in meinem Alter doch Besseres zu tun. Ich genieße es inzwischen, frei zu sein, zu entscheiden, wohin ich fahre und was ich mache, wann ich aufstehe und wo ich mein Zelt platziere. Das Exotische fehlt mir noch ein wenig, aber das wird von ganz alleine kommen, je weiter ich nach Osten fahre.

Juli 2013 – Bulgarien In einem kleinen Dorf in Transsilvanien darf ich in einem Wochenendhaus übernachten. Es ist Sonntagabend und die Besitzer sind im Aufbruch. Sie hinterlassen mir den vollen Kühlschrank und einen Schlüssel, den ich am nächsten Morgen bei der Nachbarin abgeben soll. Wenn man alleine unterwegs ist, sind genau das die Momente, die einem die Seele streicheln. Die Erlebnisse der



Das hat Heike Pirngruber in ihren Packtaschen bzw. auf dem Rad:

Schlafsack, Isomatte, Moskitonetz für Hotelnächte, Klamotten für warme und kalte Gegenden, allerdings nur das Nötigste.

Ersatzteile, Werkzeug, Ersatzreifen, Luftpumpe, Schlauch, Flickzeug und Co., Medikamente, Erste-Hilfe-Pack, Kocher, Topf, Waschzeug, Landkarten, Tagebuch, ein kleiner Laptop, eine Kamera, ein Buch, Taschenlampe, Schweizer Messer. In abgelegenen Gegenden kommen dann Lebensmittel dazu und in der Wüste viel Wasser.

Gastfreundschaft sind wichtig, um sich zu motivieren. Sie kommen meistens dann, wenn man sie auch wirklich nötig hat. Denn es ist ein ewiges Auf und Ab: Mal ist man voller Tatendrang und einem gehört die Welt – und dann, keine fünf Minuten später, fühlt man sich mutterseelenallein.

September 2013 – Albanien Bei über 40 Grad und jeder Menge Hügel und Berge schwitze ich ordentlich. Allerdings ist die Landschaft jeden Schweißtropfen wert.

Oktober 2013 – Türkei Wenn ich mir die Strecke auf der Weltkarte so anschau, erscheint die bisher zurückgelegte Strecke winzig im Vergleich zu dem, was bis Australien noch vor mir liegt. Früher dachte ich immer die Welt sei klein, doch das ist sie wirklich nicht, wenn man sie sich erstrampeln muss.

Dezember 2013 – Armenien Ein Glück gibt es in jedem Dorf einen Laden, der einen Heizlüfter laufen hat, an dem ich mir die Füße aufwärmen kann.

Januar 2014 – Iran Die Gastfreundschaft ist überaus herzlich, es beeindruckt mich jeden Tag von Neuem, wie sehr man als Ausländer im Land willkommen ist. Autofahrer schenken mir Früchte oder heißen Tee, winken und hupen und rufen mir zu. Ständig werde ich fotografiert, teilweise komme ich mir schon fast wie ein Star vor.

März 2014 – Oman Eine traumhaft schöne Landschaft umgibt mich, doch ich muss mir die Aussichten hart erkämpfen. Ich schaffe den ersten Berg an diesem Abend nicht mehr und nächtige inmitten der kargen Felsenwelt. Dem Wind völlig ausgesetzt, komme ich in dieser Nacht kaum zum Schlafen. Meine Essenvorräte gehen langsam zu Ende, doch die wenigen Siedlungen, durch die ich kam, sind so ärmlich, dass ich mich nicht traue, dort nach Essen zu fragen. Einen Laden gibt es nirgends. Ich hatte den Weg unterschätzt und nicht erwartet, in eine solch abgelegene Gegend vorzudringen.

14. Mai 2014 – ein Jahr unterwegs Meine Pannen- und Reparaturen-Bilanz: 1 Sattel vom Hund zerfressen, 1 Tretlager ausgetauscht, 1 Hinterrad ausgetauscht, 5 Platten (nur!), 1 Griff abgebrochen nach Sturz, 3 neue Ketten, 3 gerissene Schaltzüge, 2 Spiegel ersetzt, 3 neue Rücklichter (2 gestohlen), 1 Hinterrad-Mantel erneuert.

Juni 2014 – Usbekistan Ich bin in einem neuen Land, in Usbekistan, das ich schon so viele Jahre besuchen wollte, aber die Luft ist raus. Ich habe absolut zu gar nichts Lust und alles ist zu viel. Doch dann finde ich genau das Hostel, das ich mir erhofft hatte, dieses Hostel schickt mir der Himmel. Ich treffe dort Leute von überallher, kann mich austauschen und endlich wieder richtig unterhalten, meine Akkus aufladen und neue Ideen sammeln.

WELTENBUMMLERIN AUS TIEFSTER SEELE

Heike Pirngruber kam 1972 in Heidelberg auf die Welt und wuchs in einer Kleinstadt auf. Sie gehörte schon immer zu den Pippi Langstrumpfs dieser Welt: Kein Hindernis war ihr zu hoch, kein Weg zu weit. Schon im Alter von sechs Jahren träumte sie davon, Australien zu sehen, mit 19 Jahren erfüllte sie sich diesen Traum. Von da an war die heute 43-Jährige mit dem Reisevirus infiziert. Inzwischen ist sie in mehr als 80 Ländern der Erde gewesen – und hat immer noch Sehnsucht nach mehr. Dass sie auf dem Rad unterwegs ist, kommt nicht von ungefähr: Die Weltenbummlerin war schon immer sehr sportlich, spielte Handball und Tennis, machte Judo, wanderte und kletterte. Und natürlich fuhr sie Rad. Was sie am meisten mag, ist das Gefühl, weit weg von allem zu sein. Sie liebt die Ruhe und Einsamkeit, ein Feuer, die Natur, Millionen Sterne über sich, eine Kleinigkeit zu essen („Ich bin aber eigentlich immer hungrig“) und einen netten Menschen, mit dem sie sich unterhalten kann.

Fotos: Heike Pirngruber

Juli 2014 – Kasachstan Im ersten Dorf mache ich Pause und bestelle mir etwas zu Essen. Ich könnte vor Freude Purzelbäume schlagen, denn da steht ein Wok und der Koch zaubert mir ein leckeres chinesisches Reisgericht. Genial. Gutes Essen vermisste ich seit ein paar Monaten doch sehr und von daher freue ich mich total auf China.

August 2014 – China/Provinz Xinjiang Da liegt nun ein gigantisch großes Land vor mir, ein einziger Farbenschaus.

November 2014 – China/Provinz Sichuan Tannen, der ganze Hang voller Tannen. Die Luft klar und

frisch, es riecht nach frischem Holz. Kaum Verkehr. Ab und an winzige Dörfer, teils nur Häuser, die wunderschön verziert und bemalt sind. Wenn auch zwischendurch immer wieder ein paar Hügel zu überwinden sind, geht es doch langsam, aber stetig bergab. Klosteranlagen und tolle Hängebrücken versüßen mir die Stunden. Mopedfahrer und Kinder rufen mir zu und alte Frauen lächeln, wenn ich sie grüße.

Dezember 2014 25.000 Kilometer und kein Ende in Sicht...

Januar 2015 – Laos Monica, eine seit sieben Jahren in Laos lebende Deutsche, erwartet mich zum Käs' Spätzle-

Essen. Vor Wochen kontaktierte sie mich bereits über Facebook und lud mich herzlich in ihr Gästehaus ein. Monica ist eine kleine deutsche „Insel“ inmitten von Laos. Manchmal tut so etwas richtig gut. Im Laufe der vier Tage, die ich hier verbringe, gibt es noch leckerere Kartoffelpuffer mit heißem Apfelmus und Zimt und Zucker, zudem Bratkartoffeln. Ach herrlich, kein Reis, endlich mal wieder Kartoffeln.

März 2015 Gedanklich ist Australien noch sehr weit entfernt. Ich möchte im Moment noch nicht ankommen, vielleicht dauert es Wochen, Monate, Jahre. Denn ich habe noch zu viele Ideen, Gedanken, Ziele und Fernweh...



EIN EWIGES ABENTEUER

Wer von uns hat keinen Traum? Wie Heike Pirngruber es geschafft, ihren zu verwirklichen, erzählte sie unserer Autorin Silke Bruns.

Wie finanzieren Sie Ihre Reise?

Ich hatte das Riesenglück, beim ZDF ein Kamera-Volontariat machen zu dürfen, und habe insgesamt etwa 15 Jahren freiberuflich gearbeitet. Der Beruf hat mir viel Freiheit gelassen: In „Leerlaufphasen“ konnte ich immer wieder meiner größten Leidenschaft nachgehen und viel reisen. Ich lebe dann hauptsächlich von meinem Ersparten, aber auch von Geldspenden der Leser meines Blogs. Es ist schön zu sehen, dass die Leser die Arbeit honorieren, die ich in diesen Blog stecke.

Was haben Sie fürs Reisen aufgegeben?

Man kann nicht alles haben. Ich bin mit dem zufrieden, was ich habe – Gesundheit, Abenteuer, Freiheit.

Wie halten Sie sich fit, um die Strapazen einer solchen Reise zu bewältigen?

Mentales Training ist der Schlüssel zum Erfolg – wie immer beim Sport. Wenn man etwas wirklich möchte, dann schafft man es auch. Fit wird man nach einer so langen Zeit ganz automatisch. Der Körper passt sich den Aufgaben an. Den Geist allerdings, den muss man auf Trab halten. Wenn der nicht mehr will, dann will der Körper erst recht nicht mehr.

Was brauchen Sie auf Ihren Reisen?

Je weniger, desto einfacher und desto weniger Sorgen hat man. Wie immer im Leben.

Können Sie sich vorstellen, wieder sesshaft zu werden?

Gute Frage! Manchmal glaube ich, dass ich noch nie sesshaft war, außer vielleicht als Kind. Aber auch da hatte ich schon immer Hummeln im Hintern und wollte weg, etwas erleben und die Welt sehen. Ich könnte mir vorstellen in Australien oder Neuseeland zu leben. Aber eigentlich möchte ich gerne überall auf der Welt unterwegs sein – es kommt, wie es kommen soll.

>> Über Ihre Reise berichtet Heike Pirngruber unter www.pushbikegirl.com (deutsch und englisch!) in einem Blog. Hier gibt es die Etappen zum Nachlesen – und Sie erfahren auch, wo sie gerade ist.

