

KARL EGLOFF

Alpinist

Mein Körper

In der Rubrik «Mein Körper»

verraten Leistungssportlerinnen und -sportler ihre physischen Schwachstellen, diejenigen Körperstellen, auf die sie am meisten stolz sind und jene, die für ihren Beruf am wichtigsten sind. Die bisher erschienenen Rubriken sind nachzulesen unter www.fitforlife.ch/mein-koerper

Karl Egloff ist ein ecuadorianisch-schweizerischer Extrembergsteiger, der einer breiten Schweizer Öffentlichkeit durch seinen letztjährigen Speed-Versuch auf den Mount Everest ein Begriff geworden ist. Der 44-Jährige ist als Sohn eines ausgewanderten Schweizer Bergführers in Quito auf einer Höhe von 2850 Metern aufgewachsen. Er war schon als kleiner Junge viel in den Bergen unterwegs und stand mehr als 300-mal auf seinem einstigen Hausberg in Ecuador, dem Cotopaxi (5897 m). Gesamthaft ist Egloff gegen 1000-mal auf Gipfel über 5000 m ü. M gestiegen und hält – Auf- und Abstieg inklusive – die Speed-Rekorde für vier der sieben höchsten Kontinentalgipfel der Erde (Seven Summits). Nachdem er am Kilimandscharo und am Aconcagua zwei Geschwindigkeitsrekorde des Spaniers Kilian Jornet brechen konnte, hat er sich zum Ziel gesetzt, alle Seven Summits in Rekordzeit zu bezwingen. Noch fehlen ihm der Mount Everest (8848 m) in Nepal (Asien), die Carstensz-Pyramide (4884 m) in Indonesien (Ozeanien) und der Mount Vinson (4897 m) in der Antarktis. Diesen April/Mai unternimmt er einen zweiten Versuch, den Everest vom Basecamp auf der Südseite her in Rekordzeit auf den Gipfel und zurück zu besteigen.

MEINE ERFAHRUNG

Ich war in Ecuador seit Kindesbeinen in den Bergen unterwegs, weil mein Vater als Bergführer arbeitete. Und seit ich selbst Bergführer bin, absolviere ich laufend viele Weiterbildungskurse, um mich auf dem neusten Stand zu halten. Ich kenne mich aus in den Bergen und weiss, was es heisst, Verantwortung zu übernehmen.

MEIN SCHMUCK

Ich trage keinen Schmuck. Was ich auf Expeditionen immer dabei habe, ist ein Stoffbild meiner Familie und in Nepal buddhistisch gesegnete Kettchen oder kleine Steine, die mir von den Einheimischen geschenkt werden und mich beschützen sollen.

MEIN ÄUSSERES

Das ist mir nicht wichtig, aber auch nicht komplett unwichtig. Im Alltag schaue ich schon, dass die Sachen zumindest farblich ein bisschen passen. Als ich mich für eine Hochzeit schön machen wollte, musste ich aber auf Youtube nachschauen, wie man eine Krawatte bindet.

MEINE HÖHE

Ich bin in Quito auf einer Höhe von 2850 Metern aufgewachsen und ertrage die Höhe gut. Gleichzeitig kann die Höhenkrankheit jeden treffen, und zwar nicht nur in der Todeszone. Ich habe das auch schon erlebt mit non-stop Erbrechen und Halluzinationen. Da wird jeder Schritt zum fast unüberwindbaren Hindernis und das möchte man kein zweites Mal durchmachen.

MEINE ETHIK

Ich absolviere alle meine Projekte im klassischen Stil ohne Sauerstoff und aus eigener Kraft. Das Ziel ist nicht nur der Gipfel, sondern ich gehe immer zu Fuss von der Grenze des Nationalparks bis auf den Gipfel und wieder zurück, beim Aconcagua waren das 70 Kilometer.

MEINE STÄRKE

Mein Kopf. Mein innerer Schweinehund ist sehr diszipliniert, kämpferisch und immer positiv, selbst wenn die Umstände widrig sind. Gleichzeitig darf man im Alpinismus nicht zu fixiert sein und muss auch loslassen und umkehren können, wenn es die Situation verlangt.

MEIN TALENT

Ich habe sicher eine gewisse genetische Veranlagung, die sich je nach Sportart positiv auswirkt, aber sonst glaube ich nicht an Talent. Es sind in erster Linie Wille und viel Arbeit, die einen Sportler erfolgreich machen.

MEIN FEENWUNSCH

Ein bisschen mehr Haare auf dem Kopf. Ich hatte bereits mit 26 Jahren eine Glatze. Zu Beginn hatte ich Mühe damit, aber mittlerweile habe ich mich daran gewöhnt. Dennoch trage ich meist eine Kappe.

MEIN SORGENKIND

Mein Rücken, vor allem der untere Bereich. Wochenlange Aufenthalte im Zelt im Basislager mit schlechtem Schlaf tun dem Rücken nicht gut. Ich versuche dem mit Gymnastik und Atemübungen entgegenzuwirken.

MEIN SPIEGELBILD

Zuerst sehe ich einen Morgenmuffel, der zwei Kaffees braucht, bis er in den Tag starten kann. Dann sehe ich aber auch den alten Karl, der mit viel Biss und Zielstrebigkeit seine Projekte erfolgreich beenden will.

DIE AUSSENSICHT

Im nahen Umfeld und auch in Bergsteigerkreisen erlebe ich sehr viel Wohlwollen und Respekt für meine Einstellung, wie ich meine Projekte angehe. Beim Everest gab es aber auch viele kritische Stimmen, die neu für mich waren. Das Thema Everest polarisiert extrem, und umso mehr, wenn es um ein «Rekord-Projekt» geht.

