

Das Leben ist zu kurz, um die Zeit auf der Wartebank zu verschwenden

FRAU

allein unterwegs

Dürfen sich neugierige, aktive und velobegeisterte Frauen alleine auf Veloreisen machen? Oder braucht es einen starken Mann als Reisepartner? FIT for LIFE-Autorin Andrea Freiermuth hat die Frage für sich rasch und deutlich beantwortet.

TEXT: ANDREA FREIERMUTH

52

Die Welt ist voller Männer, die mit waghalsigen Expeditionen auf sich aufmerksam machen. Extremsportler Mike Horn schwamm von der Amazonas-Quelle bis zur Mündung. Weitwanderer Gregor Sieböck hat die Welt zu Fuss umrundet. Und Survival-Pionier Rüdiger Nehberg hat den Banditen am Blauen Nil getrotzt. Dementsprechend viele Männer gibt es, die ebenfalls alleine losziehen, um grosse Abenteuer zu erleben.

Weibliche Vorbilder im Expeditionsbereich gibt es leider nur wenige. In der Schweiz gilt Evelyne Binsack als Vorzeigeabenteuerin. Wer allerdings an ihrem Vortrag über die «Expedition Antarctica» war, dürfte eher abgeschreckt als ermutigt worden sein. In ihren 484 Tagen bis ans Ende der Welt, schien sie ständig von potenziellen Vergewaltigern und Raubmördern bedroht zu sein.

Abenteuer nichts für Frauen?

Sollten Frauen deshalb zu Hause bleiben? Zugunsten der Sicherheit auf Alleingänge verzichten? Oder sich gedulden, bis sie einen Partner finden, der sie auf sportliche Abenteuerreisen begleitet? Nein! Das Leben ist zu kurz, um Zeit auf der Wartebank zu verschwenden. Die Welt da draussen zu spannend – und bei weitem weniger gefährlich als gemeinhin angenommen.

Klar. Es gibt sie: Beispiele, die von realen Vergewaltigungen oder gar Ermordungen zeugen. Beispiele jüngerer Datensätze aus Brasilien und Indien zeigen aber, dass auch männliche Begleitung nicht unbedingt davor feiert. So oder so: Solch krasse Übergriffe werden in den Medien breitgeschlagen und machen Angst. Dabei vergessen wir, dass die Wahrscheinlichkeit, wegen Herzproblemen zu sterben, viel grösser ist – und diese Gefahr wird bekanntlich erhöht, wenn man zu Hause auf dem Sofa sitzt und die Welt bloss durch den Fernseher wahrnimmt.

Bubiprojekt zum Start

Meine erste Soloveloreise liegt rund 20 Jahre zurück. Sie führte mich vom Fricktal ans Mittelmeer. Im Rückblick ein Bubiprojekt. Aber damals, knapp den Teenagerjahren entronnen, schlug mir das Herz bis zum Hals, als ich mich morgens früh um sechs aufs Fahrrad schwang, um gegen Süden zu radeln. Ich tat es aus Trotz, weil mein Bruder behauptete, dass ich es nicht mal über den Hauenstein schaffen würde – und aus Langeweile, weil ich es verpasst hatte, rechtzeitig für die Sommerferien zu planen.

Nach zwei Wochen war es um mich geschehen. Ich war lebendig im Rhonedelta angekommen, und der Velovirus hatte mich komplett infiziert. Ich fühlte mich stark. Ich, die Turnen und Sport in der Schule verabscheute, hatte diese 800 Kilometer mit eigener Muskelkraft überwunden. Ich fühlte mich bereichert: Wer mit dem Velo unterwegs ist, bleibt nicht lange alleine. Das Fahrrad ist ein Türöffner und



FOTOS: ANDREA FREIERMUTH, THINKSTOCK

«Der Kontakt zu Kindern hat mir unzählige Einladungen beschert.»



Tipps für Soloreisen MITBRINGSEL ALS «HERZÖFFNER»

Gefahren einschätzen, ihre Wahrscheinlichkeit beurteilen und versuchen, Vorbeugungen zu treffen.

Angst: Wer ständig unter Strom steht, zieht Negatives an. Wichtig ist, sich mit seiner Angst auseinanderzusetzen und versuchen herauszufinden, was einem Sicherheit vermittelt.

Ersatzmaterial: Bremsklötze, Brems- und Schaltkabel, Kettenglied und Speichen brauchen nicht viel Platz, sind aber je nach Entwicklungsstand des Landes nicht in nützlicher Frist erhältlich.

Notvorrat: Wenn der Fressack leer ist, sollte man immer noch irgendetwas Kalorienreiches in den Packtaschen finden können. In abgelegenen Gebieten sind Tabletten zum Entkeimen von Wasser mitzuführen.

Eisbrecher: Kinder sind kontaktfreudig und fungieren oft als Bindeglied zum Rest der Bevölkerung. Mitbringsel wie Maskottchen, Ballone oder Haargummis können Herzen öffnen.

LITERATURTIPPS

Wer gut frequentierte Radstrecken in Europa sucht, hält sich am besten an die Bikeline-Radtourenführer aus dem Verlag Esterbauer. Für Kuba gibt es einen etwas veralteten Bikereiseführer von Lonely Planet. Neuseeland wird sowohl von Lonely Planet wie auch von Esterbauer abgedeckt. Abgeschrieben haben die beiden aus «Pedallers' Paradise» von Nigel Rusthon – direkt beim Autor via www.paradise-press.co.nz erhältlich. Entlang der Westküste Nordamerikas führt «Bicycling the Pacific Coast: A Complete Route Guide, Canada to Mexico» von Vicky Spring und Tom Kirkendall.

INTERNET

Eine wahre Fundgrube für Reiseinformationen sind Berichte von Veloreisenden im Netz. Eine gute Seite, die Veloblogs aus aller Welt sammelt, ist zum Beispiel www.crazyguyonabike.com. Es lohnt sich, die Autoren zu kontaktieren. Viele geben sehr gerne Auskunft. Zu empfehlen ist auch die Community www.warmshowers.com: Wer Mitglied ist, kann bei anderen Mitgliedern kostenlos übernachten und bietet diesen Service natürlich auch bei sich zu Hause an – also «couchsurfing» exklusiv für Velofahrer.

Neben etwas Kondition gehört auf Veloreisen auch eine gute Portion Humor mit ins Gepäck.

FOTOS: ZYG

beschert einem unzählige spannende Begegnungen. Und ich wollte mehr: Ich hatte erkannt, dass sich die Welt auf dem Velo im wahrsten Sinne des Wortes erfahren lässt.

Die Angst mit im Gepäck

Inzwischen blicke ich auf mehr als ein Dutzend weitere Soloreisen zurück. Ich bin zwar kein weiblicher Mike Horn und meine sportliche Leistung liegt weit hinter jener von Evelyne Binsack zurück. Für mich persönlich war jedoch jeder einzelne Trip wertvoll und wichtig. Passiert ist mir trotz aller Unkenrufe nie etwas. Obwohl oder vielleicht auch gerade weil die Angst ständig mit im Gepäck war.

Ich bin davon überzeugt, dass Angst eine positive Kraft ist. Man sollte sich mit ihr auseinandersetzen, sie analysieren und sie so in eine gesunde Balance bringen. Dazu gehört auch, dass ich mir nie mehr zugemutet habe, als ich mir zutraute. So unternahm ich meine ersten Reisen ausschliesslich in Europa. Vorzugsweise auf bekannten Velorouten wie entlang der Donau oder der Elbe und auf Inseln wie Korsika oder Sardinien. Während Radwanderwege Gesellschaft garantieren, boten mir Inseln stets ein unterschwelliges Gefühl von Sicherheit – wahrscheinlich weil sie in sich abgeschlossen und somit überschaubar sind.

Wer sich wie und warum sicher fühlt, dürfte höchst unterschiedlich sein. Manche gewinnen durch einen Selbstverteidigungskurs oder einen Pfefferspray Vertrauen in ihre eigenen Kräfte. Meine Waffe sind

Worte: Bis heute war ich noch nie alleine in einem Land auf Veloreise, in dem ich die Sprache nicht spreche. Denn ich habe das Gefühl, dass ich die Situation besser einschätzen kann, wenn ich die Leute verstehe. Und dass ich mich im Notfall rausreden könnte. Dies mag durchaus ein Trugschluss sein. Doch für mich zählt der Gedanke. Denn ich glaube, wer sich als Opfer fühlt, wird auch eines.

Trügerische Zischgeräusche

Theoretisch bin ich ein grosser Angsthase. Vor allem vor der Abreise plagen mich regelmässig Existenzängste. Darum steige ich stets mit der Option in den Flieger, dass ich mich gar nicht aufs Velo schwingen, was bisher aber noch nie geschehen ist. Einmal vor Ort lasse ich mir ein paar Tage Zeit, um mich zu akklimatisieren. So war ich beispielsweise nach fünf Tagen Havanna mit der kubanischen Anmache vertraut und nicht erstaunt, als die Männer links und rechts der Landstrasse jeweils Zischlaute von sich gaben – ein Geräusch, das für Neuankommlinge überaus aggressiv klingt, aber eigentlich nichts anderes als ein bewunderndes Nachpfeifen ist.

Gleichzeitig darf man von den Grosstädten, in denen man in der Regel als erstes landet, nicht auf die ganze Nation schliessen. Auf dem Land ist die Kriminalitätsrate stets viel niedriger. Unter anderem, weil die Landbevölkerung, meist einfache Bauern, weniger Kontakt mit Touristen hat und ausserhalb der Städte weniger Anonymität herrscht. Rein rational ist die Angst, dass hinter jedem Busch ein Verbrecher lauert

könnte, also unbegründet. Bahnhöfe, Busstationen und Flughäfen sind da schon viel gefährlicher.

Humor entwaffnet

Wie von Bauern hat man in der Regel auch von Familien nichts zu befürchten. Für die Reise entlang der Westküste der USA gab mir eine Freundin eine Herkulespuppe mit, die ich an den Lenker montierte. Damals war gerade ein Zeichentrickfilm über den starken Mann im Kino und die Kinder riefen jeweils ganz aufgeregt: «Look, a Hercules-Bike!» Das hat mir auf den Campingplätzen unzählige Einladungen an den Familientisch beschert – was eine allzeit hungrige Radfahrerin natürlich immer freut.

Neben einem solchen Eisbrecher gehört unbedingt auch eine Portion Humor mit ins Gepäck. Damit lassen sich viele unangenehme Situationen entschärfen. So gehört es etwa gerade in patriarchal geprägten Gesellschaften durchaus zum guten Ton, einer Frau unmissverständliche Angebote zu unterbreiten, mit Worten bis tief unter die Gürtellinie. Inzwischen habe ich gelernt, solche Anerbietungen abzulehnen, ohne die armen Männer vor den Kopf zu stossen: Ich verweise jeweils auf mein Velo und erkläre mit einem Augenzwinkern, dass, wer so viele Kilometer im Sattelsass, keine weiteren fleischlichen Bedürfnisse mehr habe. Ist dieser Punkt mal geklärt, kann meist ungezwungen geplaudert und gelacht werden.

Ein «Mechaniker» findet sich überall

Natürlich müssen auch Pumpe, Ersatzmaterial und Multitool mit. Theoretisch könnte ich mit meinem Werkzeug sogar Speichen nachziehen. An diese Feinstarbeit habe ich mich aber noch nie gewagt. Stets habe ich in nützlicher Frist einen Mechaniker gefunden. Auch sonst überlasse ich das Reparieren am liebsten den Experten. Bereits mit dem Justieren der Gangschaltung bin ich überfordert. Das Gute daran: Auf der ganzen Welt findet sich stets ein Mann,



Egal, ob alleine oder zu zweit:
Das Fahrrad ist ein Türöffner auf
der ganzen Welt.

der einer technisch unbegabten Frau unter die Arme greift. Weil Scheibenbremsen anfällig und in manchen Ländern wenig verbreitet sind, sprich nicht jeder Mann damit umzugehen weiss, fahre ich ausschliesslich mit Felgenbremsen.

Wider Erwarten musste ich das Velo noch nie wegen technischer Probleme verladen. In einem Bus oder Pickup mitgeritten bin ich aber schon oft – unter anderem, um eine Brücke ohne Pannestreifen oder einen Tunnel ohne Licht zu passieren. Gerade bei so offensichtlichen Hindernissen sind die Leute gerne bereit anzuhalten und einen mitzunehmen.

Hunger und Durst sind schlechte Berater

Lieber sitze ich auf den Beifahrersitz, als mich unnötigen Gefahren im Strassenverkehr auszusetzen. Das Risiko von einem Auto überfahren zu werden, ist x-mal grösser als die Wahrscheinlichkeit, dass mir der Mann am Steuer etwas antun will. Weitere weit wahrscheinlichere Gefahren sind Hunger und Durst. Wenn der Bauch leer

und das Benzin aus ist, kann man nicht mehr klar denken und die Reaktionszeit verzögert sich extrem. In einem solchen Zustand habe ich einst sogar einen Selbstunfall gebaut. Ich übersah ein Rotlicht, bremste abrupt, und landete auf der Strasse. Die Schürfwunden, die ich mir dabei zuzog, sind mein bisher grösster Schaden und kaum der Rede wert. Eine Trillerpfeife, um in Notsituationen auf mich aufmerksam zu machen, habe ich aber trotzdem immer um den Hals gebunden. Sie scheint mir nützlicher als der Rosenkranz, den mir meine Mutter auf meine erste Reise mitgab – wirklich gebraucht habe ich beides noch nie.

ANDREA FREIERMUTH arbeitet als freie Journalistin mit Schwerpunkt Reisen, Sport und Natur. Um sich in allen Jahreszeiten fit fürs Velo zu halten, hat die 40-Jährige inzwischen auch Sportarten wie Joggen, Langlaufen und Tourenski entdeckt. Die Multisportlerin hat vor Kurzem den «Imholz Förderpreis» für Reisejournalisten gewonnen.