

Zum Duathlon nach Afrika

Jambo Diana, Jambo Thoralf, das waren die ersten Worte, die wir nach einer 11-stündigen Flugreise auf dem Kilimandscharo- Airport hörten. Da standen sie unsere Freunde, die wir über zwei Jahre nicht gesehen hatten. Schnell wurden die Koffer eingepackt und los ging es in die afrikanische Dunkelheit. Wir hatten noch über eine Stunde Fahrzeit bis zu unserer Unterkunft vor uns. Es war schon nach 23:00 Uhr als wir eintrafen. An Schlaf war noch lange nicht zu denken, viel gab es auszutauschen. Die Sonne ging schon am Kilimandscharo auf, als wir ins Bett „fielen“. Die Zeit zum Ausschlafen war kurz. Als „Entschädigung“ gab es ein leckeres Frühstück unter strahlendem Sonnenschein, Palmen und den Blick auf den Kilimandscharo. Dann ging es auch schon los. Unsere Freunde hatten uns ein großes Ausflugsprogramm zusammengestellt. Angefangen bei einem Besuch eines Schulprojekts der Fondation, [Gemeinsamer Schulweg!](#) Baden in Kikuletwa-Oase, Wanderung zum berühmten Materuni-Wasserfall und einer „Kaffeetour“, auf der wir selbst Kaffeebohnen schälen, rösten, mahlen und den sehr, sehr dunklen Kaffee genießen konnten.



Schnell vergingen die Tage und schon rückte der Tag heran, an dem wir unsere Startnummern für unseren Kilimandscharo Marathon in Moshi abholen konnten. Am nächsten Tag, gegen 06:00 Uhr, standen wir im Stadion von Moshi. Dass, die Stadionanlage nicht mit unserem Stadion in Friedland zu vergleichen ist, wussten wir schon aus Bildern beziehungsweise Berichten von unseren Freunden. Hier gab es noch eine Aschenbahn, auf dem dann über 12.000 Läufer in den Morgenstunden an den Start gingen. Die Atmosphäre war gigantisch. Es wurde getanzt, gelacht, gesungen. Es war ein Highlight für ganz Tansania und alles passierte zu Füßen des Kilimandscharos, der heute besonders prächtig zu sehen war.



Freunde an und auf der Strecke!

Zusammen mit unseren Freunden liefen wir durch Bananen- und Kaffeeplantagen, vorbei an Zuckerrohrfeldern und immer begleitet von unzähligen sportbegeisterten Einwohnern, die uns lautstark mit einheimischen Liedern und Trommeln auf der Strecke unterstützen. Es wurde warm, es wurde sehr warm auf der Strecke. Gegen Mittag erreichte das Thermometer Temperaturen von 40 Grad und mehr. Mit einer Zeit von knapp unter 6 Stunden kamen wir gezeichnet von der Sonne, aber stolz, im Stadion von Moshi an und konnten unsere begehrte Medaille entgegennehmen.

Die nächsten zwei Tage standen ganz im Zeichen der Regeneration, denn nun begannen die Vorbereitungen für den zweiten Teil unseres Duathlons in Afrika. Sind wir zuerst am Fuße des Kilimandscharo gelaufen, wollten wir ihn jetzt besteigen. Eine Wanderung über einen Zeitraum von 5 Tagen sollte uns zum Gipfel, dem Uhuru Peak, in eine Höhe von 5895 m bringen. Wir hatten uns für den Aufstieg über die Lemosho-Route entschieden. Diese Route gehört zu den längsten Routen, bietet dafür aber die Möglichkeit der besseren Akklimatisierung. Im Durchschnitt erreicht nur jeder dritter Wanderer den Gipfel. Die Länge der Tagestouren betrug zwischen 8-

10 km, wobei jeder von uns maximal 7 kg eigenes Gepäck tragen durfte. Übernachtet haben wir in geräumigen 2 Personenzelten. Hatten wir im Moshi Temperaturen von über 40 Grad, wurden hier die Nächte kalt, in 4200 m Höhe -7 Grad.

Der Tag der Gipfelbesteigung begann um 0:30 Uhr. Zum Sonnenaufgang wollten wir auf dem Uhuru Peak stehen. Aus verschiedensten Gründen haben wir das Ziel nicht ganz erreicht. Nur 7 von den 11 gestarteten Teammitgliedern erklimmen den Stella Point in einer Höhe von 5756 m. Das der Sauerstoffgehalt in der Luft in dieser Höhe schon sehr gering ist und warum wir nur maximal 7 kg Gepäck tragen durften, konnten wir jetzt erfahren. Wir brauchten für die Überwindung der letzten 139 m Höhenunterschied über eine Stunde. Am Gipfel angekommen, wurden die obligatorischen Gipfelfotos gemacht und unsere Guides beglückwünschten uns zur Gipfelbesteigung.



Geschafft!

Der Aufenthalt auf dem Gipfel war nur kurz. Eine Strecke von mehr als 17 km bis ins Basiscamp lag noch vor uns. Im Hotel wurden wir von unseren Freunden, den Teammitgliedern, die es leider nicht geschafft haben und Hotelgästen, die auch den Kilimandscharo besteigen wollten, freundlich empfangen und mussten berichten. Es wurde wieder einmal hell am Horizont als wir zu Bett gingen. Am nächsten Tag hieß es dann Kofferpacken und Verabschiedung von den Freunden, nicht ohne das Versprechen uns wiederzusehen.

Diana & Thoralf Herrmann