

Die Beine bereiten ihm immer größere Probleme

EXKLUSIV Der Neumarkter Abenteurer Heiko Gärtner marschiert 2300 Kilometer – abseits der Zivilisation. Einmal pro Woche berichtet das Tagblatt über seine Reise.

SERIE



UNTERWEGS MIT HEIKO GÄRTNER

NEUMARKT. Woche 7: Eigentlich hätte er es schon geschafft. Wenn Heiko Gärtner – wie ursprünglich geplant – „nur“ quer durch Deutschland marschiert wäre, könnte er seine ausgelatschten Wanderschuhe und das leicht muffelige Steinzeit-Outfit aus Lederhäuten in die Ecke werfen, sich daheim gemütlich auf sein Sofa pflanzen, den Fernseher einschalten und sich seine Leibspeise, eine fette Pizza „mit allem“, bestellen.

Knapp 1100 Kilometer hat er auf dem Jakobsweg „extra large“ von Heng nach Santiago de Compostela zurückgelegt. Exakt die Distanz, die er in seinem Heimatland „auf dem Tacho“ gehabt hätte. Der 31-jährige Wildnis-Pädagoge ist entweder bei strömendem Regen oder in sengender Hitze gewandert.

Ab sofort ist er ganz allein

Vor 43 Tagen, am 7. Juli, nahm er mit seinem 55-jährigen Freund Josef Bogner und Großesel Alfredo die 2300 Kilometer lange Tour in Angriff. Zwei Tage später bockte Alfredo, weil ihn Koliken plagten. Kurze Zeit danach

musste Josef Bogner, der an chronischen Schlafstörungen litt, die „Hardcore-Wallfahrt“ unterbrechen. Bis Mittwoch stapfte Heikos Freundin Raphaela, die ihn 450 Kilometer weit quer durch die Schweiz und hinter die französische Grenze begleitete, tapfer an seiner Seite durch die Botanik. Nun musste die 31-Jährige wegen totaler Erschöpfung sowie akuter gesundheitlicher Probleme aufgeben und ebenfalls die Heimreise antreten.

Geplant war ein „Comeback“ von Josef. Heiko hat allerdings umdisponiert und beschlossen, die restlichen 1300 Kilometer allein zu bewältigen. „Es ist eine verdammte wilde Tour und ich komme besser zurecht, wenn ich meinen eigenen Rhythmus bestimmen kann“, erzählt der Survival-Experte vom Format eines Rüdiger Nehberg nach einer weiteren, extrem nassen Nacht auf der französischen Panoramastrecke, die ihn nach Le Puy führt. Die widrigen Wetterverhältnisse sind dem 190 Zentimeter langen, auf 75 Kilo abgemagerten Neumarkter buchstäblich in die Knochen gefahren.

„Mein rechtes Bein schläft dauernd ein, der Rücken schmerzt vom ersten bis zum letzten Wirbel und zum Essen finde ich auch fast nichts mehr“, knurrt er am Telefon. Je höher die Berge werden, desto weniger Essbares gedeiht am Wegesrand. Getreide, aus dem er sich zum Frühstück täglich ein primitives Breichen zusammenrührte, gibt es zumindest auf dieser Etappe nirgends. Das Trockenfleisch reicht noch für knapp fünf Tage, „dann kommen magere Zeiten auf mich zu“.

Wie in der Schweiz ist auch in Frankreich eigentlich all das verboten, worüber sich ein Steinzeitmensch auf Wanderschaft noch keinerlei Gedanken machen musste. „Kein offenes Feuer, keine Übernachtung unter freiem Himmel, Anzeige wegen Diebstahl, falls man dich dabei erwisch, wenn du von einem Feld ein paar Kartoffeln oder Rüben mopst“, schimpft

Gärtner. Weil er seine Expedition niemals einfach aufgeben will, mutiert er trotz Androhung empfindlicher Geldbußen zum Outlaw.

Wie schmecken Schnecken?

Er bettet sein müdes Haupt arglos dort, wo es ihm gefällt und ihn möglichst niemand entdeckt und lässt schon mal Flammen auflodern, um beispielsweise Weinbergsschnecken im eigenen Gehäuse zuzubereiten und mit scharfem Kohl-Lauch oder einem faden Giersch-Brennnessel-Salat hinunterzuwürgen. „Das tückische an den Schnecken ist, dass du sie 24 Stunden hungern lassen musst, bevor sie genießbar sind“, erklärt der Urzeit-Koch. So lange brauchen die Viecher, bis sie alle Schadstoffe ausgeschieden haben. Und so lange kriechen sie logischerweise im Rucksack herum und verursachen unappetitliche Schleimspuren. Nacktschnecken kann man gar nicht verzehren – wussten Sie das?

„Die fressen nämlich hochgiftige Pilze und das ist der eigenen Gesundheit eher abträglich“. Als „Einzelkämpfer“ hat sich Gärtner von allem „Schnickschnack“ befreit. Sein inzwischen total verschimmeltes Tarp (ein nach mittelalterlichen Methoden imprägniertes Leinentuch) hat er durch einen primitiven Notschlafsack ersetzt, ansonsten führt er praktisch nur noch den Feuerstahl, einen Lederbeutel mit Trinkwasser und sein Steinzeit-Messer mit sich.

Und ein paar Euro, denn wegen der strengen Vorschriften in Frankreich und Spanien wird er nicht umhin kommen, Nahrungsmittel zuzukaufen. Seine Stimmung? „Gereizt! In den letzten zwei Tagen habe ich quasi mit leerem Magen 2100 Höhenmeter heruntergerissen – aber was soll's?“ Genau. Irgendwann kommt der Tag mit dem Sofa, dem Fernseher und der fetten Pizza „mit allem“ – außer Schnecken, Giersch, Brennnesseln und Kohl-Lauch vielleicht.



Heiko Gärtner hat derzeit mehr Probleme als ihm lieb sind: „Mein rechtes Bein schläft dauernd ein, der Rücken schmerzt und zum Essen finde ich auch fast nichts mehr“, knurrt er am Telefon.

PROBLEME IN DER SCHWEIZ UND IN FRANKREICH

► Heiko Gärtners Weg: Knapp 1100 Kilometer hat er auf dem Weg von Heng nach Santiago de Compostela zurückgelegt.
► Verbote: Wie in der Schweiz ist auch in Frank-

reich eigentlich all das verboten, worüber sich ein Steinzeitmensch auf Wanderschaft noch keinerlei Gedanken machen musste. „Kein offenes Feuer, keine Übernach-

tung unter freiem Himmel, Anzeige wegen Diebstahl, falls man dich dabei erwisch, wenn du von einem Feld ein paar Kartoffeln oder Rüben mopst.“

KW 33 Gültig ab 18.08.2010

REWE

Jeden Tag ein bisschen besser.

So macht sparen Spaß.



Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Aktionspreise sind zeitlich begrenzt. Verkauf nur solange der Vorrat reicht.

Knorr Fix NEU
Wikingertopf mit Hackbällchen
Spaghettli Bolognese
Ihr Preisvorteil: **41%!**
0,44 AKTIONSPREIS
Knorr Fix verschiedene Sorten, (100 g von 0,44 bis 1,57) 28-100-g-Beutel

große Früchte
Spanien/Italien: Nektarinen oder Pfirsiche gelbfleischig Kl. I 1 kg
1,49 AKTIONSPREIS

Deutschland: Radieschen Kl. I oder Lauchzwiebeln Bund
0,29 AKTIONSPREIS

ja! Keiner ist billiger!
Cashews geröstet und gesalzen, (100 g = 0,93) 150-g-Dose
1,39 TIEFSTPREIS

Galbani Gorgonzola Erborinato
italienischer Edelpilzkäse mit Blauschimmel, 48% Fett i.Tr. 100 g
0,99 AKTIONSPREIS

Saftige Schweine-Stielkoteletts für Grill und Pfanne 1 kg
3,77 AKTIONSPREIS

REWE Top-Markenqualität zum günstigsten Preis.
Latte Macchiato oder Cappuccino (100 g = 0,80) 200-g-Dose
1,59 AKTIONSPREIS

Original Wagner Steinofen
verschiedene Sorten, tiefgefroren, (1 kg von 4,71 bis 5,97) 300-380-g-Packung
Ihr Preisvorteil: **23%!**
1,79 AKTIONSPREIS

Lorenz Crunchips Paprika oder Erdnuß Locken (100 g von 0,52 bis 0,65) 200-250-g-Beutel
Ihr Preisvorteil: **27%!**
1,29 AKTIONSPREIS

Bernbacher Die Guten verschiedene Ausformungen, (1 kg = 1,76) 500-g-Packung
Ihr Preisvorteil: **36%!**
0,88 AKTIONSPREIS

Weihenstephan Frische Tafelbutter (100 g = 0,40) 250-g-Packung
Ihr Preisvorteil: **33%!**
0,99 AKTIONSPREIS

REWE Bio Bio-Qualität für jeden Tag.
Soja-Drink + Calcium 1-Liter-Packung
Ihr Preisvorteil: **13%!**
1,29 AKTIONSPREIS

In vielen Märkten Mo. – Sa. von **7.20** für Sie geöffnet. Bitte beachten Sie den Aushang am Markt.

Angebote gültig bei REWE und REWE CITY.

www.rewe.de