



Der Würseler Paul Thelen (li.) mit zwei Bergkameraden auf dem Chachani in Peru.

Fotos: Paul Thelen

Unterwegs auf den höchsten Gipfeln der Welt

Auch mit 74 Jahren brennt in Paul Thelen das Fernweh – regelmäßig verlässt er seine Komfortzone und geht bei Bergtouren an sein Limit

■ Von Daniela Lövenich

WÜRSELEN. „Sobald jemand in einer Sache Meister geworden ist, sollte er in einer neuen Sache Schüler werden.“ Dieses Zitat von Gerhart Hauptmann hat sich Paul Thelen zur Leitlinie gemacht. In beruflicher Hinsicht, aber vor allem auch in sportlicher. Stillstand ist seine Sache nicht. Bis heute treibt sich der 74-Jährige, der seit 30 Jahren im Würseler Ortsteil Linden-Neusen lebt, immer wieder zu Höchstleistungen an. Während viele Gleichaltrige ihren „Ruhestand“ genießen, trainiert Thelen täglich für seine weltweiten Trekking- und Bergsteigertouren, die er mal als Teilnehmer und mal als Tourguide unternimmt. Im September 2017 hat er zum achten Mal den Kilimandscharo bestiegen. Schon für wesentlich jüngere wäre das eine Lebensleistung. Der ehemals selbstständige Unternehmensberater dagegen bezeichnet den „Kili“ schlicht als seinen „Hausberg“ und macht keine große Sache daraus. Schließlich hat er noch drei weitere „Seven Summits“ (die jeweils höchsten Berge auf den sieben Kontinenten) bestiegen. Er war sogar am Mount Everest. Doch dazu später mehr.

„Ich habe mein ganzes Leben immer leistungsbezogenen Sport betrieben“, blickt der dreifache Vater und fünffache Opa auf die Stationen seiner sportlichen Laufbahn zurück. In der Jugend hatte er mit dem Fußball noch ein ganz normales Hobby. Im Alter von 20 bis 40 Jahren hatte sich



Mit Alemannia-Fahne und tansanischem Guide (l.) auf dem Gipfel des Kilimandscharo.



Das Stadtwappen von Würselen hatte Thelen auf dem Mount Everest – hier in Camp I (6200 Meter) – mit im Gepäck.



Auf dem Weg nach ganz oben: Paul Thelen unterwegs auf dem Aconcagua, dem höchsten Berg Südamerikas.

Thelen dem Motorsport auf Rennsportwagen verschrieben. Irgendwann war das ausgereizt. Während der einjährigen „Bewegungspause“ saß er eines sonntags im Sessel und sah eine TV-Übertragung des New York-Marathons. Sein Gedanke: „Nächstes Jahr machst du da auch mit!“ Kurzerhand meldete sich der ehrgeizige Altersklassenläufer beim DJK Elmar Kohlscheid in der Langlaufabteilung an und startete eine Marathonkarriere, die von mehreren Titeln gekrönt war (1995: Deutscher DJK-Meister AK 50, 1996: Mannschafts-Europameister AK 50) und die 2004 in einem zweiten Platz bei den Weltmeisterschaften in Neuseeland in der Altersklasse 60+ gipfelte. „Damit war mein läuferisches Highlight erreicht. Ich wusste, dass ich nicht mehr besser werden konnte“, blickt Paul Thelen zurück.

Mit 60 Jahren suchte er also bewusst nach einer neuen Ausdauer Sportart und verlegte sich aufs Bergsteigen. Im Internet stieß er auf ärztlich begleitete Touren für sportliche „Best Ager“, angeboten vom bayerischen Unternehmer und Extremsportler Hubert Schwarz. Thelen buchte und bestieg 2005 zum ersten Mal den Kilimandscharo. Mit vielen Zweifeln. „Ich hatte so etwas noch nie gemacht und wusste zum Beispiel gar nicht, wie ich auf Höhe reagiere. Mein Vorteil war aber, dass ich eine sehr gute Grundkondition durch das Marathonlaufen hatte.“ Um es kurz zu machen: Thelen erreichte den Gipfel und war fortan vom

Bergsteiger-Virus befallen. Zusammen mit seinem Freund, einem sechs Jahre jüngeren Arzt aus Herzogenrath, schmiedete er einen ambitionierten Plan. Gemeinsam wollten sie die „Seven Summits“ besteigen. Neben dem „Kili“ (Afrika, 5895 Meter) meisterten sie den Elbrus (Europa, 5642 Meter), den Mount McKinley (Nordamerika, 6190 Meter) und den Aconcagua (Südamerika, 6962 Meter). 2012 sollte mit dem Mount Everest (Asien, 8848 Meter) der „Höhepunkt“ folgen.

Dramatischer Moment

Es ist nicht leicht, diese Tour in wenigen Worten zu beschreiben. Paul Thelen hat ein ganzes Buch darüber verfasst: über die Vorbereitungen und Beweggründe, über den mühsamen und sechs Wochen dauernden Aufstieg über die Südroute, über den Weg durch den Khumbu-Eisbruch, über die Menschen, die ihm unterwegs begegneten, über Gefahren und Risiken, über die Schönheit

und Kraft der Natur – und über den Tod seines Freundes, der beim Abstieg vom Gipfel der Höhenkrankheit zum Opfer fiel. Paul Thelen selbst war in diesem Moment nicht dabei. Er war wegen eines in dieser Dimension bislang einzigartigen „Staus“ – am 18. Mai 2012 drängten sich mindestens 200 Bergsteiger die Lhotse-Flanke hinauf – um einen Tag zurückgefallen. Während seiner Übernachtung in Camp IV auf 8000 Meter Höhe bekam er über Funk mit, dass es sich auch am Hillary Step staute: An dieser zwölf Meter hohen Felskante mussten die Absteigenden stundenlang warten, bis die Aufsteigenden die Stelle passiert hatten. Sein Freund, der den Gipfel inzwischen erfolgreich bewältigt hatte, hing dadurch viel zu lange in der Todeszone fest und erlitt ein Hirnödem. Insgesamt

zehn Menschen (drei Sherpas und sieben Bergsteiger) verloren in der Saison 2012 ihr Leben auf dem höchsten Berg der Welt. Der gefährliche „Massentourismus“ sorgte weltweit für Schlagzeilen und löste kontroverse Diskussionen aus. Paul Thelen brach seine Expedition damals ab. Bis heute ist er erschüttert von den Ereignissen und hat seiner Familie versprochen, den Versuch eines Aufstiegs nicht zu wiederholen. Das Bergsteigen hat er trotzdem nicht aufgegeben. Im Frühjahr steht eine Kultur- und Naturreise nach Bhutan an, im Herbst will er eine Trekkinggruppe in Peru über den Inka-Trail führen.

Mächtige Natur

Doch was genau treibt ihn eigentlich an, sich freiwillig immer wieder aufs Neue kräftezehrenden Anstrengungen, Kälte und Sturmkargem Essen und wenig Komfort auszusetzen? „Ich bin schon immer gerne an meine Grenzen gegangen. Und im Sport konnte ich mich diesen Grenzen wohlüberlegt und planvoll annähern“, versucht Thelen zu erklären. Einfach so hat er sich noch nie in ein Abenteuer gestürzt. Monate- und teils jahrelange akribische Vorbereitungen gehen seinen Unternehmungen stets voraus. Ärzte, Sportwissenschaftler und sogar Psychologen werden mit einbezogen. In seinem Arbeitszimmer stehen ein Crosstrainer und ein Sauerstoffgerät, das Thelen so einstellen kann, als würde er in großer Höhe trainieren. Doch die Tragödie am Everest hat ihn gelehrt, dass man trotz aller Vorsicht und Planung nicht alle Unwägbarkeiten im Blick haben kann. „Niemand hätte voraussehen können, was passiert ist. Das waren sehr ungewöhnliche Umstände! Trotz meiner traurigen Erinnerung bleibt der Everest ein großartiger Berg, der einen lehrt, wie klein und unbedeutend man als Mensch gegenüber der mächtigen Natur ist!“



In Camp IV auf dem Mount Everest in 8000 Meter Höhe war das Ziel bereits in Sicht geraten.

TRIBÜNE

Annyeonhaseyo! Das ist Lautschrift und soll auf Koreanisch „Guten Morgen“ heißen. Die Spiele sind eröffnet, da muss man sich halt auch schon mal anpassen...

Uhrzeitmäßig vor allen Dingen – denn der Zeitunterschied zum „Land der Morgenfrische“ (auch Morgenstille) beträgt satte acht Stunden. ARD und ZDF übertragen rund 230 Stunden von den Olympischen Spielen. Hauptsendezeit: 1 Uhr morgens bis 17 Uhr nachmittags. Bio-Rhythmus Alaaf. Die sogenannten Fernsehsport-

ler finden sich nach Olympia also im Land der Augenschatten wieder.

Gut – das schafft manch Erz-Karnevalist schon in drei Tagen: Weiberfastnacht, Tulpenmontag, Rosenmontag. Das könnte einem Koreaner auch passieren, denn er gilt als äußerst trinkfreudig. Berichte von Massenbesäufnissen, die in Firmen zum guten Ton gehören, sind keine Erfindung. Das Trinken, etwa in den beliebten Karaoke-Bars an sich, ist allerdings nicht so einfach und unterliegt strengen Regeln, bestimmt vom Ansehen, „Rang“ und Alter.



Wolfgang Wynands

Und es glänzt in der Stille des Morgens

Ein Glück, dass Sportler ja quasi abstinent durchs Leben laufen, springen, turnen. Alkohol fällt allerdings nicht unter Doping, wie bis 2004 Kaffee. Wobei das wegen Koffein ja durchaus nachvollziehbar war. Energydrinks? Erlaubt! Selbst wenn sie Flügel verleihen sollten, was dann für Skispringer ja potenziell nicht uninteressant wäre.

Nun, an den englischen Adler, „Eddie the eagle“, wird sich der ein oder andere ja sicher noch erinnern: Schanzenhopping im Namen Ihrer Majestät. Einer der wenigen Exoten, eigentlich der einzige, den man noch auf dem Schirm hat. In Südkorea kommen ein paar hinzu. So treten sogar Athleten aus Ecuador, Eritrea, Kosovo, Ma-

laysia, Nigeria und Singapur bei den Spielen an. Auch Jamaika ist mit einem Damen-Zweierbob-Team am Start. „Cool Runnings“ reloaded nach 30 Jahren!

Rechte Schnee-Exoten leben aber auch gleich um die Ecke: die Belgier. Hauptsächlich in der Frühzeit der olympischen Winterspiele, bis 1948, haben sie es zumindest auf eine goldene, eine silberne und drei bronzene Medaillen gebracht. Zuletzt schlug 1998 Bart Veldkamp mit Bronze über 5000 Meter im Eisschnelllauf zu. Uuuups – ein Holländer, der

den Verband wechselte! Und auch diesmal haben die Belgier eine Chance: Michael Roesch im Biathlon. Ja gut, Roesch ist Altenberger, aufgewachsen in Zinnwald-Georgenfeld und vielleicht kann er sogar ein paar Brocken Flämisch sächseln. Schweizerin kann er sicher, immerhin trainiert der 34-Jährige, der sich 2012 mit dem Deutschen Skiverband zerwarf, mit den Eidgenossen.

Ist halt manchmal schwer, den Durchblick zu behalten. Beim Transferfenster zum Beispiel. Gut, ist gerade geschlossen, aber schon gu-

cken die ersten Gerüchte für das Wechseltheater im Sommer durch die Scheibe. Es wird einiges auf dem Markt sein, das ablösefrei zu haben ist

Namen wie Emre Can, Mario Balotelli, Maroua Fellaini, Joao Moutinho, Arjen Robben, Franck Ribéry, Zlatan Ibrahimovic, Ashley Young oder Robert Huth machen bereits lautstark die Runde.

Grigorij Rodtschenkow macht derweil eher „stickum“ die Runde in der Stille des Morgens in Südkorea. Das ist wörtlich zu nehmen:

Der Whistleblower des russischen Staatsdopings lebt inzwischen unter FBI-Schutz an geheimen Orten.

Edelmetall bestimmt also die kommende Zeit. Ob wirklich alle Sportler, ob wirklich alle Nationen edel zu Werke gehen, oder ob nicht doch, wie aus dem Nichts, ein schwarzes Loch in irgendeiner Wand irgendeines Testlabors Testmaterial in Luft auflöst, halten manche Beobachter übrigens für möglich. Die Hoffnung, dass anschließend im Medaillenspiegel nicht wieder zurechtgerückt werden muss, stirbt jedenfalls zuletzt.

