

VOM RADELN

Eine Halbzeitbilanz unseres Radtourenprogramms

Von Jens Tamcke

Für einen Moment sind meine Gedanken beim Schreiben dieses Beitrags abgeschweift und sie haben sich mit der Frage befasst, ob wohl eine Verbindung von Transplantation und Dialyse, unsere Hauptthemen, zur Radtour herzustellen ist. Schließlich wird bei einer Fahrt von A nach B das Rad ähnlich dem Organ bei einer Transplantation von einem Ort zu einem anderen versetzt (lt. Wikipedia neben „verpflanzen“ die Bedeutung des Wortes *transplantare*). Und in einer Rundfahrt zurück zum Ausgangspunkt kann man durchaus Parallelen zum Blutkreislauf während der Dialyse erkennen.

Am Ende fand ich diese Gedankenverbindungen doch etwas gewagt und ich habe sie nicht weiter vertieft.

Das Ziel unseres in diesem Jahr neu angebotenen Radfahrprogramms ist ja auch nicht die Entwicklung verschrobener philosophischer Theorien über die Beziehung des Radfahrens zur Nierenersatztherapie, sondern Selbsthilfe im eigentlichen Sinne: Zur Krankheitsbewältigung beitragen, sich Mut machen, soziale Kontakte ermöglichen und fördern, Informationen austauschen und Neues kennenlernen.

Bei unserer Auftakttour am 23. April war das Neue u. a. der Rad-



Fotos: P. Stoetzer/H. Kühn/J. Tamcke

weg von den Deichtorhallen Richtung Osten, erst vor zwei Jahren eröffnet und für mich ein gutes Beispiel für eine fahrradfreundliche Stadt. Er führt am Oberhafen und den Großmarkthallen vorbei nach Rothenburgsort und weiter in die Vier- und Marschlanden. Und er darf auch von Fußgängern benutzt werden.

Leider war das Wetter nicht so, wie ich es mir bei der Planung und Terminierung der Radtouren an

einem grauen, regnerischen Oktobertag des vergangenen Jahres ausgemalt hatte. Aber angesichts der bevorstehenden dunklen und kalten Monate war natürlich eine große Portion Wunschdenken mit im Spiel, denn Bodenfrost ist schließlich noch bis Anfang Mai möglich.

Nun war es zwar nicht frostig, aber mit 9 Grad doch empfindlich kühl, und der frische Nordwestwind machte es nicht gemütlicher. Das kühle Wetter war auch die Begründung für die erste Absage am Morgen und ich dachte: Das kann ja heiter werden, werde ich mit meiner Frau allein bleiben? Denn nachvollziehen konnte ich gut, dass niemand seine Gesundheit gefährden wollte. So fuhr ich mit etwas mulmigem Gefühl zum Treffpunkt.

Meine Bedenken waren unbegründet, denn ich wurde von fünf bereits anwesenden Personen begrüßt. Die Abfahrt verzögerte sich zwar etwas, weil Kerstin Kühn,



unsere Vorsitzende, und ihr Mann den Zeitbedarf für die Anfahrt mit dem Rad aus Neugraben etwas zu kurz kalkuliert hatten, aber das tat der von Anfang an guten Stimmung keinen Abbruch. Dann aber konnte die „Transplantation“ der insgesamt 9 Fahrräder von der Innenstadt nach Bergedorf beginnen.

Noch quasi in der Startphase kamen wir nur wenige Meter abseits des Weges unterhalb der S-Bahn-Trasse zur historischen Gasolin-Tankstelle aus dem Jahre 1953, an der jedes Wochenende altes Blech, also alte Autos, zu bewundern ist.

Nach diesem Abstecher durchquerten wir den Entenwerder Park, neuerdings mit einem Café auf einem Ponton in der Elbe, und näherten uns dem ehemaligen Wasserwerk Kaltehofe, das heute ein Naturschutzgebiet ist. Leider mit dem riesigen Kraftwerk Tiefstack im Hintergrund. Als Ausgleich blühte an diesem Tag am Deich der Löwenzahn in voller Pracht in der hier noch etwas wärmenden Sonne (s. Fotos). Später verdunkelte sich der Himmel und ein wenig Regen begleitete streckenweise unseren Weg.

Die nötige Wärme holten wir uns in einem Café in Bergedorf bei leckerem Kuchen und heißen Getränken.

Sieben Wochen später dann unsere Kreislaufftour, die in Harburg begann und, nachdem wir



die träge Masse den Geesthang hinauf und über einige „Berge“ der Nordheide „gerollpumpt“ hatten, dort auch endete.

Mit dieser Route wollte ich den Hamburgern ein meist unbekanntes Stück ihrer Stadt, also etwas Neues, näher bringen und gleichzeitig den Nachweis liefern, dass Harburg nicht nur industriegrau und kaputtsaniert ist, sondern auch schöne grüne Seiten hat. Dazu bot sich auf dem „arteriellen“ Pfad, also aus dem „Körper“ Harburg hinaus, der Außenmühlenteich mit dem ihn speisenden Mühlenbach an und auf dem „venösen“ Rückweg das Göhlbachtal.

Und zu jeder anständigen Radfahrt, wir kennen das ja von der Tour de France, gehört eine ordentliche Portion Doping. Das dachte man sich vielleicht auch im Dialysezentrum Sinstorf und so erhielten wir schon bald, nachdem unser Fahrradprogramm in der Dezember-Ausgabe dieses Magazins erschienen war, eine Einladung von Herrn Dr. Jan Vitu, einem der Ärzte in Sinstorf, zu einem Imbiss.

Und da wir ohnehin den Parkplatz des Zentrums für eine klitzekleine Abkürzung genutzt hätten, sagten wir gerne zu. Natürlich blieb EPO im Schrank und den dortigen Dialysepatienten vorbe-

halten, über die Stärkung in Form von Kaffee und leckerem Kuchen haben wir uns sehr gefreut. An dieser Stelle nochmals herzlichen Dank auch an Regina Willert, die uns gemeinsam mit Herrn Dr. Vitu vor Ort begrüßte!

Eine weitere Besonderheit kam von unserer Seite. Da der Tag der Organspende, den wir in diesem Jahr nicht mit eigenen Aktionen begleitet hatten, erst eine Woche zurück lag, hatte Kerstin Kühn die Idee, die Radfahrt zu einer Werbefahrt für Organspende zu machen. Sie besorgte für uns entsprechende „Trikots“ mit dem Logo der Nieren Selbsthilfe und der zusätzlichen Aufschrift „Organspende - ich bin dafür“.

Mit neuen Kräften haben wir die restlichen Herausforderungen der Strecke ohne Schwierigkeiten geschafft. Zum Schluss erwartete uns ein 10%iges Gefälle ins Göhlbachtal, quasi der Blutdruckabfall der Kreislaufftour, bevor wir den Rathausplatz von Harburg erreichten und uns dort die erforderliche „Infusion“ zuführten.

Aus meiner Sicht haben wir die anfangs genannten Ziele erreicht und mit jeweils 9 Teilnehmerinnen und Teilnehmern lag die Beteiligung im üblichen Rahmen. Ich freue mich schon auf die beiden weiteren Radausflüge im August und Oktober (s. nächste Seite) ☺