Anmerkungen

Es gibt Leute, die alles dafür tun, um aufzufallen. Egal wie peinlich, dumm, unfassbar oder erschreckend etwas wirken mag – sie haben keine Scheu und suhlen sich im imaginären Scheinwerferlicht. Ich weiß jetzt, wie man definitiv die gesamte Aufmerksamkeit auf sich ziehen kann: Man hat als nettes Accessoire kleine Kinder dabei.

Beispielsweise beim Einkaufen funktioniert diese Strategie hervorragend. Denn Kinder sind bekanntlich unberechenbar. Egal ob ein etwas überdramatisierter mental breakdown vor dem Ü-Ei-Regal im Kassenbereich oder die plötzlich auftretende Blasenschwäche, aufgrund derer bereits sämtliche Toiletten der örtlichen Geschäftswelt getestet wurden – es wird jedenfalls nicht langweilig.

Vor Kurzem hatte ich meine beiden Patenkinder im Drogeriemarkt an der Backe. Sorry, ich meinte, ich durfte mit den Kindern einkaufen gehen. Nicht andersrum. Beide stürmten mit ihren kleinen Einkaufswagen durch die Gänge, ich durfte sie befüllen – und am Ende bezahlen. Es lief so weit ganz gut, jeder durfte sich noch eine Kleinigkeit aussuchen. Etwa ein Quetschie, das eigentlich eh nicht schmeckt. Im ganzen Einkaufstrubel spielten die beiden, sie wären erwachsen und würden für den bald bevorstehenden Urlaub einkaufen. Mein Neffe stand vor einem Regal, als eine Verkäuferin einem suchenden Paar etwas aus genau diesem Regal zeigte. Stilleinlagen. Der laufende Meter beobachtete die Szene und kommentierte sie schließlich folgendermaßen: „Des brauch ma a no für'n Urlaub." Sowohl die Verkäuferin als auch ich verloren für einen kurzen Moment die Fassung, bevor sie ihm antwortete: „Hoffentlich nicht." Er wiederum war dann der Meinung: „Hoffentlich scho."

Es würde mich also nicht wundern, wenn beim nächsten Urlaub mysteriöse Gegenstände im Koffer meines Neffen auftauchen. Er hat es zumindest im Alter von zwei Jahren schon mal angekündigt. fs

Wir sorgen für gesunden Schlaf
Bettfedernreinigung
schnell + preiswert
Vereinbaren Sie einen Termin mit uns!
Textilwaren Wimmer
Inh. Merz/Heiß OHG
Marktplatz 9 · 94436 Simbach
Telefon 0 99 54/70 04 15

Seniorentreffen

Die Vorstandschaft der Kolpingsfamilie Dingolfing lädt wieder alle Senioren der Kolpingsfamilie sowie deren Angehörige, Freunde und Gönner der Kolpingsfamilie am morgigen Donnerstag ab 15 Uhr in die Gaststube des Kolpinghauses in der Oberen Stadt 72 (an der Hochbrücke) zu einem gemütlichen Beisammensein ein. Dort kann man sich mit Gleichgesinnten unterhalten und die Zeit für den Austausch nutzen. Kuchenspenden sind willkommen und können zum Treffen mitgebracht werden.

Igel-Stammtisch

Heute Mittwoch findet um 19 Uhr im Wirgarten, Obere Stadt 8, in Dingolfing der erste Igel-Stammtisch im Landkreis Dingolfing-Landau statt. Mit dieser neuen Veranstaltung möchten die Organisatoren allen Igelfreunden, Naturinteressierten und Tierliebhabenden eine Plattform bieten, um sich in angenehmer Atmosphäre über die Lebensweise, den Schutz und die Förderung der heimischen Igel auszutauschen. Das Organisationsteam freut sich auf zahlreiche Teilnehmer sowie auf einen informellen, anregenden Abend rund um eines der sympathischsten Wildtiere.

120 Marathons in 120 Tagen lief Deichmann in Mexiko, das „beste Abenteuer meines Lebens", wie er verriet.

„Das wichtigste Gespräch führen wir mit uns selbst", so der Extremsportler, für den es bei seinen Projekten vor allem um Begegnungen und Erlebnisse geht.

„Das Schönste ist das Losfahren"

Der Mann, der die Welt umrundete: Jonas Deichmann zum Triathlon um den Kontinent

Von Simon Kerda

Die Erde umrunden – zu Fuß, auf dem Fahrrad, schwimmend und dabei auch noch sein Gepäck selbst transportieren. Was für viele als unvorstellbar gilt, hat Jonas Deichmann geschafft. Hunderte Besucher kamen am Donnerstagabend in die Dingolfinger Stadthalle, um sich davon bei der IMV-Veranstaltung „Impulse für deinen Erfolg" inspirieren zu lassen. Der IMV Niederbayern hatte geladen – und das Publikum bekam, was der Titel versprach: Impulse, Geschichten und Denkanstöße.

Der 38-jährige Stuttgarter hält mehrere Weltrekorde.

Jana Schmid (links) und Kathrin Schloderer gaben erste Impulse.

Fotos: Simon Kerda

Moderiert wurde der Abend von Sepp Huber, der als Stimme des Dingolfinger Halbmarathons bekannt ist. Bürgermeister Armin Grassinger begrüßte die Gäste mit Worten, die den Kern des Abends verdeutlichten: Jeder Mensch brauche Impulse – für Erfolg, Motivation und persönliche Weiterentwicklung. „Der heutige Abend steht im Zeichen von Grenzen und Zielen", sagte Grassinger. „Themen, die uns alle betreffen – ob im Sport, im Beruf oder im Ehrenamt."

Den Anfang machten Jana Schmid und Kathrin Schloderer von Carpe verba, einer Regensburger Agentur für Organisationsentwicklung, Training und Coaching. In ihrem 30-minütigen Impuls nahmen sie das Publikum mit auf eine kleine Reise zu den eigenen Wünschen und inneren Barrieren. Wie entstehen Ziele, die einem wirklich etwas bedeuten? Wie gelingt es, ins Handeln zu kommen – auch wenn das Ziel nicht gleich eine Weltumrundung ist?

Ihr Werkzeug dafür: die WOOP-Methode. „Wish, Outcome, Obstacle, Plan" – vier einfache Schritte, um persönliche Vorhaben greifbar zu machen. Vom „Ich möchte nach der Arbeit joggen gehen" bis zur konkreten Wenn-dann-Strategie („Wenn ich nach Hause komme, ziehe ich sofort meine Laufschuhe an"). Kein großes Abenteuer, vielleicht, aber ein Schritt in Richtung Veränderung.

Das größte Abenteuer

Dann betrat er die Bühne, auf den viele gewartet hatten: Jonas Deichmann, Abenteurer, Triathlet, Social-Media-Star mit über 300.000 Followern – und der erste Mensch, der einen Triathlon rund um den Globus absolvierte.

„Heute nehme ich euch mit auf mein bisher größtes Abenteuer", begann Deichmann. In 14 Monaten legte er 120 Ironman-Distanzen zurück – schwimmend, laufend, radelnd. Ohne Begleitfahrzeug, ohne großes Team, aber mit einer Menge Entschlossenheit. Deichmann erzählte, wie alles auf dem Oktoberfest begann. Damals, 2016, arbeitete er im Softwarehandel und erklärte seinem Chef zwischen Maßkrügen, dass er gerne einen Weltrekord aufstellen wolle. Dieser fragte nur wie viel Geld er dafür brauche. „Wenn man so eine Frage in so einem Zustand stellt, braucht man natürlich relativ viel Geld", erzählte er lachend. Der Chef nahm ihn beim Wort – und ein Jahr später radelte Deichmann von Portugal bis zum Pazifik: 14.000 Kilometer in 64 Tagen. Es folgten weitere Rekorde – darunter 18.000 Kilometer vom Nordkap (Norwegen) bis Kapstadt.

Ein Triathlon um die Welt – und gegen die Zweifel

Doch der größte Traum sollte noch kommen. 2020 startete Deichmann zum Triathlon einmal um die Welt – und das mitten in der Corona-Pandemie. Seine Route: Start in München, Schwimmen entlang der kroatischen Küste, Radfahren bis zum Pazifik, Laufen quer durch Mexiko, zurück nach Portugal – und schließlich mit dem Rad nach München.

„Durch die Pandemie wusste ich nicht, ob ich überhaupt über Grenzen komme", sagte er. Er änderte deshalb in Osteuropa seine Route und fuhr, durch das geografisch große Russland, um mit nur einer Grenzquerung bis an den Pazifik zu gelangen – musste dadurch aber durch den sibirischen Winter. Darauf bereitete er sich intensiv unter anderem in einer Kältekammer der Deutschen Bahn vor. „Ich wollte auf jedes mögliche Szenario, wie einen Schneesturm, gefasst sein", so Deichmann.

Der schönste Moment? „Das Losfahren", sagt er ohne Zögern. „Weil da der Moment kam, an dem ich wusste: Jetzt beginnt es wirklich. Im Vorfeld des Projekts war ich umgeben von ganz vielen Zweiflern und Negativität. Viele Schwimmer, Segler und Triathleten, die viel mehr Erfahrung hatten als ich, fragten alle, wie ich mir das bitte vorstelle und wie das gehen soll."

Deichmann glaubte trotzdem fest an sein Ziel: „Wenn ich das nicht bedingungslos tue, brauche ich nicht losfahren. Die meisten Projekte und Träume, muss man sagen, starten vor der Startlinie, weil es immer einfacher ist, es nicht zu tun."

Von Stürmen und Schokoriegeln

Nicht immer lief alles glatt. Beim Schwimmen geriet er an der kroatischen Küste in einen Sturm und strandete auf einer Insel – ausgerechnet der Ruhesitz eines ehemaligen Michelin-Sternekochs. „Ich hatte das beste Essen meines Lebens." Die Kalorienaufnahme gehörte auch zu den großen Herausforderungen der Weltumrundung. An jedem Tag des Projekts aß Deichmann 7.000 bis 8.000 Kalorien, um genug Energie zu haben. „So ein Projekt ist auch ein Esswettbewerb." Um auch in abgelegenen Regionen auf diese Kalorienzahl zu kommen, griff er vor allem auf Süßes und Schokoriegel zurück und aß in Restaurants, wenn es welche gab, immer doppelte Portionen oder schmolz sich ganze Stücke Butter in den Kaffee.

„Viele stellen mir immer die Frage: Warum tue ich mir das an? Was motiviert mich? Für mich ist am Ende der Rekord nur ein Bonus. Es ist schön, einen solchen aufzustellen und es bringt Freude auf ein Ziel hinzuarbeiten. Aber was zählt, ist der Weg zum Ziel. Die Erlebnisse, die Begegnungen mit Menschen, mit Tieren, mit der Natur – genau diese Erlebnisse sammle ich, und die geben mir Kraft, wenn es einmal schwer wird", so Deichmann.

Der Deutsche Forrest Gump

Im sibirischen Winter lernte er die Härte der Kälte kennen, in Mexiko die Wärme der Menschen.

Weil ihm die USA wegen früherer Aufenthalte im Iran und Sudan kein Visum erteilten und die Botschaften durch die Pandemie geschlossen waren, lief er eben durch Mexiko – 120 Marathons in 120 Tagen. „Nach dem Ersten konnte ich kaum noch laufen", erzählt er. „Aber ich habe nie an 120 gedacht, sondern immer nur an den nächsten Schokoriegel." Sein Geheimnis: Das große Ziel sehen, aber in kleine Etappen teilen. „Das ist die Kunst, im Sport wie im Leben."

In Mexiko wurde er zur medialen Figur, begleitet von Polizei und Militär, gefeiert als „deutscher Forrest Gump". Und als ihm ein Bürgermeister eine neun Kilo schwere Statue schenkte, nahm er sie an – obwohl er sogar seine Zahnbürste halbierte, um Gewicht zu sparen. „Das Konzept von Minimalismus haben sie dort nicht ganz verstanden, aber die Gastfreundschaft ist riesig", sagte er lachend. Nach 14 Monaten kam Deichmann wieder in München an. Sein erstes Gericht: Käsespätzle. „Hab ich vermisst", sagt er. Der Applaus in der Dingolfinger Stadthalle zeigte: Nicht nur er hatte an diesem Abend etwas gegeben. Was bleibt, ist eine einfache Botschaft, die für ihn weit über den Sport hinausgeht: „Man muss an sein Ziel glauben, bevor man losläuft. Und selbst wenn man nicht ankommt – man kann stolz sein, überhaupt gestartet zu sein."

Veranstaltungskalender

Dingolfing. Katholischer Frauenbund St. Johannes: Sitzgymnastik „Freude an Bewegung" Heute findet die Sitzgymnastik „Freude an Bewegung" im Pfarrsaal statt. Es ist nur lockere Freizeitkleidung notwendig. Die Übungen sind für jedes Alter geeignet.

Dingolfing. Kolpingsfamilie: Mittwoch, 5.11., 19 Uhr, Multimediashow – Amerika im Kolpinghaus. Der Naturfotograf Karl Seidl entführt in die atemberaubende Natur von den Nationalparks über die Sierra Nevada bis Hawaii.

Dingolfing. Laufverein Region Geiselhöring: Mittwoch, 5.11., Vereinstraining. Jeden Mittwoch ab 16.45 Uhr und samstags ab 13.30 Uhr ist Vereinstraining des LVR Geiselhöring. Treffpunk in den Joggerkabinen im Mehrzweckgebäude am Isar-Wald-Stadion. Interessierte Sportler können gerne unverbindlich zum Probetraining kommen.

Dingolfing. RSV: Samstag, 15.11., 18 Uhr, Jahresabschlussfeier. Die diesjährige Jahresabschlussfeier findet am Samstag, 15.11. um 18 Uhr im Gasthaus Pleintinger in Wolfsdorf statt. Alle Mitglieder sind eingeladen.

Dingolfing. TV – Gymnastik St. Josef: Mittwoch, 5.11., 19 bis 20 Uhr, Gymnastik findet trotz der Herbstferien von 19 bis 20 Uhr in der Sporthalle St. Josef statt.

Frauenbiburg. Heimatbühne: Samstag, 8.11., 18 Uhr, Jahreshauptversammlung im Gasthaus Frauenbiburg. Es werden die üblichen Tagesordnungspunkte abgearbeitet. Es finden keine Neuwahlen statt. Um rege Beteiligung der Mitglieder wird gebeten.

Teisbach. Christlicher Frauen- und Mütterverein: Mittwoch, 5.11., 15 Uhr, Sitzgymnastik im Pfarrheim.

Teisbach. Christlicher Frauen- und Mütterverein: Mittwoch, 19.11., 14 Uhr, um Plätzchen-Spenden wird gebeten. Sie werden für einen guten Zweck im Pfarrheim gespendet.

Teisbach. FC-Frauenturnen: Mittwoch, 5.11., Gymnastik ist jeden Mittwoch von 18 bis 19 Uhr in der Mehrzweckhalle Teisbach.

Teisbach. Rentnerstammtisch findet morgen Donnerstag ab 17 Uhr im Gasthaus Geislinger statt.