

17.6.2009

Betreff: Mt Kinabalu and the Via Ferrata

Sorry guys, but this Newsletter will only come in german...two reasons, I am too tired to write it two times and I cant express in english what I experienced the last two days...but I made it to the summit of Mt Kinabalu and did the Via Ferrata trail which was awesome and challenging!

Meine Lieben

Hier sitze ich nun und sollte doch eigentlich heute den Berg besteigen...jaja Dienstag auf Mittwoch...habe mir das alles sooo schoen zurecht gelegt:

Sonntag noch ein letztes Bierchen geniessen und dann Montag ganz brav und artig Wasser, frueh aufstehen, damit ich frueh abends muede bin und ins Bett kann, viel schlafen und dann bin ich am Dienstag fit und munter um wie ein junges Rehlein hochzusteigen...

Das einzige was hingehauen hat, war das frueh aufstehen am Montag: um 6:45 klopf es an meine Tuer und ein Tourguide meint, er warte auf mich um mich zum Berg zu bringen! Aber das ist doch erst morgen, meinte ich voellig verschlafen mit einem schweren Kopf (zu viele Long Island Ice Tea am Sonntag Abend)...nach einigem hin und her musste ich eingestehen, dass er recht hat, ich habe das Datum verwechselt!!!!!! HILFEEEEEE!!!!

Sie haben mir eine Stunde gegeben um zu packen und mich zu sammeln..dann gings los, 2 Stunden Autofahrt (die habe ich natuerlich mit schlafen zugebracht) und um Punkt 10 bin ich mit Walbert, meinem Guide, losgelaufen....ich erspare euch die Details, wie schwer es war, wie muede ich war, wie sehr mein Kopf gehaemmert hat und wie oft ich aufgeben wollte...1383.6 Hoehenmeter und 6km Distanz spaeter bin ich um 15:10 in meiner Unterkunft angekommen. Schon auf dieser Hoehe wusste ich, dass ich das Richtige mache...die Aussicht, die Natur und die Stimmung (natuerlich auch der personeliche Erfolg ueber die erste Strecke) sind einfach unbeschreiblich. Ich sass da auf meinem Stein und musste weinen...es war so ueberwaeltigend!

Dann habe ich zusammen mit einem Paar aus Singapore das Briefing fuer die Gipfelbesteigung und den Va Ferrata Teil am naechsten Tag bekommen. Es hat alles sehr eindruecklich und unmachbar geklungen...doch ich habe das einfach ausgeblendet und mir gesagt: du versuchts es und gibst alles was du kannst, reicht es nicht, ist es eine Tatsache mit der du leben musst.

Die Nacht war ein Alptraum, ich hatte das Gefuehl keine Minute geschlafen zu haben...es war sooooo kalt und meine Gedanken haben sich nur um diesen Berg und den Via Ferrata trail gekreist. Auf jedenfall gings dann Dienstag Morgen um halb drei mit Walbert los...zuerst dachte ich noch " Oh das geht ja recht gut, habe gar keinen Muskelkater" doch nach ca. 20 Metern wollte ich nur noch umkehren...die Luft wird duenner, die Stufen werden unbesiegbar hoch, du siehst nichts, weil deine Taschenlampe zu schwach ist, du hast ein Seil um dich festzuhalten und dich praktisch eine Steilwand hochzuziehen, du ziehst an Leuten vorbei die ihren Kopf in den Haenden vergraben weil sie nicht mehr weiter koennen...und irgendwann hat mich die Energie Wespe gestochen und ich bin durchgestartet...koerperlich gesehen. Walbert und ich sind als zweite Gruppe 2.7km Distanz und 808.2 Hohenmeter spaeter um 5:10 auf dem Gipfel angekommen...die letzten Meter auf allen Vieren den Berg hoch, zu mir selber sprechend (Du kannst das! Glaube an dich!), meine Finger fast erfroren (trotz

Handschuhe) sass ich dann da und musste 20 Minuten auf den Sonnenaufgang warten. Wieder weinend, die Gefuehle haben mich einfach ueberrollt, zitternd und muede!

Da wir frueh oben waren, habe ich entschieden frueh wieder abzusteigen, denn es kommen unheimlich viele Leute und der Platz ist begrenzt.

Also gings runter zur 7.5km Markierung wo ich Joe und das Paar von Singapore getroffen habe. Hin und her gerissen ob ich diese Abenteuer nun auch noch wagen soll, oder ob ich meinem Koeper zu viel zumute habe ich

mich angeschrirrt, angeseilt, Helm aufgesetzt und dann gings in die Wand! Es war weniger anstrengend als es der Aufstieg war und der Abstieg gewesen waere und es war sooooooooo toll. Ich habe euch ja die Fotos geschickt...mehr als einmal musste ich meinen inneren Schweinehund ueberwinden um den Schritt zum naechsten Punkt zu machen, wenn ich hinuter geschaut habe wurde mir mehr als anders...aber nach fast 5 Stunden sind wir alle heil am Endpunkt angekommen und mussten nur noch ca. 1 Stunde zur Huette zurueck laufen...

Die Aussicht von der Wand, die Ruhe, die Gespraechе mit Joe dem Guide, die waermende Sonne (nach dem bitterkalten Start in den Tag) all das sind Gefuehle und Momente, die ich so schnell nicht wieder vergessen werde. In der Huette gabs Brunch und schon hat auch Walbert wieder auf mich gewartet um mich zum Ausgangspunkt auf 1866.5m zurueck zu bringen. 4 Stunden und 20 Minuten spaeter hat mit Joesephine von der Agentur in die Arme genommen um mir zu gratulieren! 6km Schritt fuer Schritt, einer nach dem anderen, fast schon in Zeitlupe, jede einzelne Bewegung schmerzt, deine Beine gehorchen dir nicht mehr, die Konzentration laesst mit jeder Minute nach, aber Walbert ist da und gibt dir ein Gefuehl von Sicherheit und versichert dir, dass du alle Zeit der Welt hast und sie dir auch nehmen kannst.

Waehrend dem ich schreibe kommen alle Gefuehle und Eindruecke wieder hoch und ich koennte noch einmal soviel schreiben...ich lasse dies und sage nur noch

eines: ich bin stolz auf mich und kann dieses Abenteuer jedem empfehlen, der in KK ist...ohne Long Island Ice Tea Party am Abend zuvor :-)

In Liebe, Carmen