

Ein Mann fürs Extreme

MICHAEL NEHLS – VOM MANAGER ZUM LEISTUNGSSPORTLER



Foto: © Nadja Nehls

Der Mann ist Arzt, Molekulargenetiker, Manager, Berater, Extremausdauersportler und Autor. Er ist mit seiner Jugendliebe verheiratet und Vater dreier Kinder. Er ist einer von nur sieben Deutschen, die das „Race Across America“ (RAAM), den härtesten Ausdauerwettkampf weltweit, zu Ende gefahren sind. Jetzt will er noch Europameister werden und einen Weltrekord mit dem Fahrrad brechen.

„Viele machen Leistungssport und werden dann Manager – ich war Manager und lebe jetzt meinen Traum.“ So schildert Michael Nehls seine Lebensparabel in Kurzform – ganz ohne Aufregung. Überhaupt ist der Mann, der einen Ruhepuls von 40 hat, keiner, der sein erlebnisreiches Dasein auch äußerlich auslebt. Nehls wirkt besonnen, zukommend und zeigt häufig ein

zufriedenes Lächeln. Er scheint bei sich selbst angekommen zu sein. Betrachtet man den arbeits- aber auch ertragreichen Werdegang des 47-Jährigen, verwundert dieses Auftreten nicht.

Nehls, 1962 in Freiburg geboren, lernt im Vörstetter Kindergarten Sabine kennen, die Frau, die ihn bis heute begleitet. Mit ihr ist er bereits zusammen, als er bei ausgiebigen Langlauftouren erste Erfahrungen mit dem Extremsport macht.

Das Abitur besteht er mit 1,2 mühe-los. Sein damaliger Physiklehrer aber macht den Jugendlichen darauf aufmerksam, dass sein Talent allein noch keine Leistung sei – und gibt ihm so mehr mit auf den Lebensweg als sämtliche Lehrer in allen Unterrichtsstunden zuvor. „Das war für mich ein Schlüsselerlebnis“, sagt Nehls heute, „ab diesem Moment wollte ich mich nicht länger auf meinem Talent ausruhen.“

Gesagt – getan. Nehls studiert Medizin und schließt das Studium mit 1,0 ab, dieselbe Note erhält er für seine Doktorarbeit. Sein Studium finanziert er sich, indem er auf einem Acker Schnittlauch anbaut und weiterverkauft – seine ersten Schritte als Manager. Nebenher läuft Nehls erfolgreich Marathon. Dank eines Stipendiums studiert der damals 27-Jährige von 1989 bis 1991 in den USA Molekular-Biologie. Er habilitiert und baut, als 1994 sein drittes Kind zur Welt kommt, sein eigenes Haus – natürlich in Vörstetten. In der folgenden Zeit tritt Nehls sportlich kürzer. Er arbeitet in der Genforschung und wird Manager bei einer millionenschweren Firma – eine arbeits- und entbehrungsreiche, aber auch finanziell lukrative Zeit.

Heute lebt Nehls von dem, was er sich damals auf die Seite gelegt hat. Allerdings zollt Nehls' Körper dem arbeitsreichen Leben Tribut: Als der

Manager um die Jahrtausendwende bei einem Urlaub auf Teneriffa den 3700 Meter hohen Teide besteigt, hat er ein weiteres Schlüsselerlebnis: „Zehn Jahre vorher kam Sabine kaum mit dem Rad mit, wenn ich Lauftraining gemacht habe, jetzt wog ich 95 Kilo und kam ihr nicht mehr hinterher.“

Der Businessmann beschließt, wieder Sport zu treiben. Allerdings braucht Nehls Ziele, die ihn motivieren und vorantreiben. „Die Ziele sollten zwar erreichbar sein, aber ehrgeizig genug, um mich zu einem konsequenten Training zu verpflichten“, schreibt er in seinem Buch „Herausforderung Race Across America“, das Mitte April erscheint. Ein lädiertes Knie zwingt ihn, aufs Rad umzusteigen. Und so beginnt der Weg, „der am Ende die RAAM-Teilnahme als logische Konsequenz forderte“, so der Autor Nehls weiter.

Die Vorbereitung auf das RAAM dauert fast sechs Jahre. Erst 2005 qualifiziert sich Nehls durch einen sechsten Platz beim 734 Kilometer langen Schweizer Radmarathon endlich für das RAAM.

Zunächst peilt er 2006 als möglichen Starttermin an. Im Frühjahr machen ihm allerdings zwei Autofahrer einen Strich durch die Rechnung, die ihn beim Training vom Rad holen: komplizierte Knochenbrüche machen einen Start unmöglich. „Im Nachhinein war das gut“, grinst Nehls heute. Für die beiden Unfälle bekam er insgesamt 23.000 Euro Schmerzensgeld – gerade genug, um eine intensive Vorbereitung und die Teilnahme am RAAM zu finanzieren: „Allein die spezielle Ernährung kostet mehrere tausend Euro, dazu kommen Flüge für neun Leute, Übernachtungen, Leihgebühren für die Fahrzeuge und vieles mehr“, rechnet Nehls vor.

2007 verhindert der Verkauf der Firma, die Nehls leitet, erneut eine Teilnahme, er ist beruflich noch ein letztes Mal voll eingespannt, ehe er sich hauptamtlich dem

Leistungssport widmen kann. Im Juni 2008 steht der Deutsche dann endlich im kalifornischen Oceanside am Start zur Tour seines Lebens. Sein einziges Ziel ist es, die 4800 Kilometer von der West- zur Ostküste durchzustehen – von bislang insgesamt 651 Versuchen wurden nur 330 beendet. Im Gegensatz zu den anderen will der radelnde Doktor dabei aber bis zu sieben Stunden am Tag pausieren. Zum Vergleich: Der amtierende Champion Jure Robic, der die letzten vier RAAMs in Folge gewonnen hat, schläft in den neun Tagen, die er benötigt, insgesamt gerade einmal elf Stunden.

Aber Michael Nehls ist anders. Er ist ein belesener Naturwissenschaftler, ein Mann, der Dingen gerne auf den Grund geht. Er will der Welt beweisen, dass das Leiden, das andere Fahrer bei solchen Rennen zelebrieren, unnötig ist. Nehls entwickelt die Theorie, dass die Pausen seinem Körper genug Erholung geben, die im Schlaf verlorene Zeit mit frischer Kraft auf der Strecke wieder reinzuholen. Das RAAM dient ihm als Versuchsstrecke. Minutiös bereitet er sich vor, plant jeden Streckenabschnitt bis hin zur zu erbringenden Wattleistung durch. Und so rückt das

Finanziert durch Schmerzensgeld



Foto: © Felix Holm

Herausforderung Race Across America

Info

192 Seiten, broschiert
Delius Klasing Verlag 2009,
Preis: 19,90 Euro
Handsignierte Ausgaben
und Infos:

www.michael-nehls.de

Anlässlich der Veröffentlichung des Buchs gibt Michael Nehls **am 25.04. von 13 bis 18 Uhr** im Tolopilos Fahrrad Center in Freiburg-Gundelfingen **eine Signierstunde**.



Leiden für Nehls später beim Rennen in den Hintergrund. „Ich hatte das Gefühl, das Rennen schon einmal gefahren zu sein, ich konnte sogar die Landschaft genießen“, berichtet er fast mit ein wenig Wehmut – dieser Mann ist tatsächlich traurig, dass die vermeintliche Tortur vorbei ist. Nach 10 Tagen, 22 Stunden und 56 Minuten erreicht Nehls das Ziel als Gesamtsiebter: „Die meisten Fahrer kommen krankhausreif an, dagegen sind meine Leistungswerte während des Rennens nachweislich um zehn Prozent gestiegen.“ Das härteste Rennen der Welt endet für ihn nicht im Hospital, sondern wird zum Trainingslager.

2010 will er erneut starten, aber mit anderen Vorzeichen: „Robic muss sich warm anziehen“, kündigt er an, denn im kommenden Jahr wolle er um eine Top-Platzierung mitfahren. Und noch zwei Ziele hat Nehls: In diesem Jahr ist er für die Ultralangstrecken-Europameisterschaft in der Schweiz gemeldet, ein 720 Kilometer langes Nonstop-Einzelzeitfahren, „dort fahre ich auf Sieg“, sagt er. Und er liebäugelt mit einem Weltrekord: Er will die meisten Höhenmeter mit dem Fahrrad in 24 Stunden fahren, die momentane Marke liegt bei 19.000. Eine geeignete Strecke hat er schon ausfindig gemacht: Die Fuchsröhre im Nürburgring. Jetzt wartet er auf ein Okay der Rennleitung – un- aufgeregt, mit 40 Herzschlägen in der Minute.

Felix Holm