

Karren / Karren / Gesundheit / Senioren

6000-mal auf den Karren

Diese Leistung ist einmalig: 6000-mal ist der „Karrenmann“ in den vergangenen 18 Jahren zu Fuß über den steilen Stichweg auf den Karren gewandert. Richard Rzipa, dessen Name sich in der süßen Versuchung namens „Marzipan“ versteckt, weshalb er gerne mit dieser Zutat gefüllte Schokoladentafeln verteilt, wurde im März 85 Jahre alt; seine besondere Leidenschaft hat der Hobbysportler nach seiner Pensionierung entdeckt.

Mehrmals täglich hat er in den vergangenen Jahren den Dornbirner Hausberg erklommen und sich anschließend im Stadtbad beim Schwimmen erholt. Darüber hinaus ist Richard Rzipa immer noch als Tischtennispieler aktiv. „Es kommt nicht darauf an, wie alt man wird, sondern auf welche Weise man alt wird“ lautet sein Motto.

Womit auch schon erklärt ist, was den „Karrenmann“ ausmacht. Nicht um Rekorde aufzustellen oder sich in den Vordergrund zu stellen, sondern die Freude an der Bewegung, der Natur und an den zahlreichen Begegnungen, die er in diesen Jahren erfahren durfte, sind seine Triebfeder. Die akribischen Aufzeichnungen der Karrengänge, die auch die Wetterdaten und die benötigten Minuten beinhalten, sind seiner früheren beruflichen Tätigkeit geschuldet: immerhin war Richard Rzipa („Tschipa“ ausgesprochen) über viele Jahre Gemeindebeamter in der Steuerabteilung der Stadt Dornbirn. Trotz seiner fast 85 Jahren fühlt sich der „Karrenmann“ immer noch topfit. Neben den Karrengängen ist Richard Rzipa ein regelmäßiger Schimmer. Seit 1969, also seit dem Bestehen des Dornbirner Hallenbades, ist er Besitzer einer Jahreskarte und erfolgreicher Teilnehmer verschiedener Wettkämpfe. Konzentration und Beweglichkeit trainiert der „Karrenmann“ darüber hinaus zweimal pro Woche beim Tischtennis spielen; übrigens eine der schnellsten Sportart überhaupt.

Hätten ihn ein Unfall mit dem Fahrrad vor einigen Jahren und andere kleinere Verletzungen nicht zurückgeworfen, wären es wohl noch mehr Aufstiege auf den Karren geworden. Aber auch so ist die Bilanz außergewöhnlich: 6000 Aufstiege an 3861 Tagen; das ergibt einen Durchschnitt von 1,55 pro Tag. Das beste Jahr hatte Richard Rzipa 2004: alleine im Juli war er 101-mal auf dem Karren; Im Alter von 69 Jahren war er in diesem Jahr 818-mal auf dem Dornbirner Hausberg unterwegs, das ist ein Tagesdurchschnitt von 2,56. „Jeder Karrengang ist eine neue Herausforderung und auch ganz speziell; das Wetter, die Menschen, denen man begegnet; Am wertvollsten sind die Aufstiege, bei denen man sich besonders schwer tut; das ist jedes Mal ein kleiner Sieg über sich selbst,“ beschreibt der Karrenmann seine Erlebnisse. Dass er bei seinen Aufstiegen auch gleich achtlos weggeworfenen Müll aufgehoben und entsorgt hat, war für ihn immer eine Selbstverständlichkeit.

Seine besonderen Leistungen machen Richard Rzipa zu einem Vorbild; Nicht zuletzt durch seine Leistungen wurden auch viele andere Karrengänger motiviert. Wenn auch nicht in dieser Intensität, was auch nicht notwendig ist. Die Karrenseilbahn hat mit verschiedenen Einrichtungen bei der Bergstation auf diesen Trend reagiert: Zeitmessung und Umkleidemöglichkeiten unterstützen die Sportlerinnen und Sportler. Möglichkeiten, sich in der Natur zu bewegen, gibt es in Dornbirn viele. Der Karren gehört zu den beliebtesten. „Ich habe meine Aufstiege für mich selbst gemacht; um mich fit zu halten aber auch, um

meine eigene Leistungsfähigkeit immer wieder auf den Prüfstand zu stellen. Wenn ich damit dazu beitragen konnte, dass sich auch andere Seniorinnen und Senioren mehr an der frischen Luft bewegen, bin ich froh,“ ergänzt der Dornbirner Karrenmann. Wir wünschen ihm für die Zukunft alles Gute und gratulieren zu dieser außergewöhnlichen Leistung.

Zahlen und Fakten

6000 Karrengänge zwischen 1997 und 2017

1,55 Karrengänge durchschnittlich pro Tag

818 Karrengänge im Jahr 2004 (Rekordjahr)

2,56 in diesem Jahr durchschnittlich pro Tag: davon 1-mal täglich – 1946 Karrengänge; 2-mal - 1715,
3-mal - 178, 4-mal - 20, 5-mal - 2

42,6 Millionen Schritte

19.200 Kilometer zurückgelegt

3.072 Höhenkilometer erklommen