



GEMEINSAM DURCH NAMIBIA: Erich Schuster (2. v. li.) unterwegs mit anderen Unternehmern

> 114 Höchstleistung nicht nur im Job – der Tritt in die Pedale bringt Unternehmer neuen Zielen näher

> 118 Wie Chefs Krisen meistern und ihre Firma zum Erfolg führen: die Mutmacher 2008

EXTREM-RADLER

WO SIE SIND, IST VORNE

Der Golfschläger hat bei vielen Unternehmern ausgedient. Sportlicher Ehrgeiz und die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen, locken Firmenchefs auf den Drahtesel.

Die Sonne brennt heiß auf die namibische Savanne. Der Schotter staubt unter den Rädern der Mountainbikes. Aber mit jedem Tritt in die Pedale kommt das Ziel ein Stück näher. Nur noch wenige Kilometer, dann werden Erich Schuster und seine Mitstreiter die Zelte für die Nacht aufschlagen. Sie werden kochen, am Lagerfeuer sitzen und sich von der anstrengenden Tour erholen. Und sie werden reden: über den Tag auf dem Fahrrad, über ihre Erlebnisse – und über ihren Job.

„Wir sind regelmäßig zusammen unterwegs“, erzählt Erich Schuster. Ge-

meinsam mit anderen Unternehmern und Managern geht der 64-Jährige mehrmals im Jahr auf Tour, so wie im vergangenen Oktober in Namibia. „Wir haben eine Woche lang keinen Menschen gesehen, dafür aber wilde Tiere – Elefanten, Nashörner und Giraffen, zum Teil sogar mit ihren Jungen –, das war absolut faszinierend!“ Tag für Tag legte die Gruppe 50 bis 70 Kilometer auf dem Rad zurück, meistens in unwegsamen Gelände entlang der Flussläufe, begleitet nur von den Geländewagen, die Lebensmittel und Zelte transportierten.

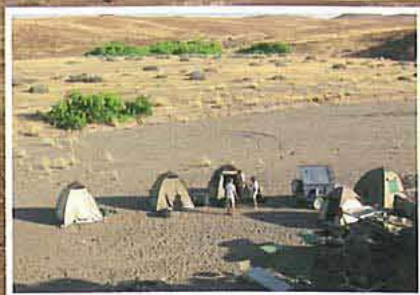
„Wir powern uns tagsüber richtig aus, und wenn ich von der Reise wieder nach Hause komme, bin ich vollgestopft mit neuen Ideen“, sagt Schuster. Seine Freizeit verbringt der Gründer der Erlanger Defacto-Gruppe oft im Sattel seines Fahrrads, vor allem seit er das Tagesgeschäft der 900 Mitarbeiter zählenden mittelständischen Firma, die unter anderem Kundenbindungsprogramme entwickelt, weitgehend an seinen Sohn abgegeben hat. „Das macht Körper und Geist frei für neue Gedanken.“ Und zeigt, dass Unternehmer nicht nur im Job zu Höchstleistungen fähig sind. >

Fotos: Privat (4)

MIT DEM RENNRAD DURCH SÜDFRANKREICH: Auf seinen Touren arbeitet Peter Poppe (Bild oben, re.) zusammen mit anderen Unternehmern und Ex-Radprofis die Route für den nächsten Tag aus.



EINSAM IN DER WILDNIS: Tagsüber geht es für Erich Schuster (großes Bild, re.) und die übrigen Unternehmer durch die Savanne, übernachtet wird im Zelt.



Das hat auch Peter Poppe erkannt. „Ich hätte es nie für möglich gehalten, dass man noch so unglaubliche Leistungssteigerungen erleben kann, wenn man in relativ hohem Alter mit einer neuen Sportart anfängt“, sagt der 46-Jährige. Seine Leidenschaft für Rennräder hat er erst vor Kurzem entdeckt. „Ich starte gerade in meine fünfte Saison“, erzählt der Hamburger Firmenchef. Stolz 10 000 Kilometer hat er im vergangenen Jahr zurückgelegt – weite Strecken davon zusammen mit anderen Unternehmern.

Wildfremde Menschen werden bei uns in wenigen Stunden zu einer eingeschworenen Gruppe – immer wieder irre!

Peter Poppe, Gründer des Hamburger Radsportnetzwerks für Unternehmer, Club Tête de la Course

Zum Hobby-Radsportler ist Poppe eher zufällig geworden. Bevor er im vergangenen November als geschäftsführender Gesellschafter bei der HGB Hamburger Geschäftsberichte GmbH & Co KG einstieg, arbeitete Poppe in der Unternehmenskommunikation von Vattenfall. Der Energieversorger sponsert die Hamburger Cyclastics, eines von zwei deutschen Rennen, das zur Pro-Tour-Serie des Welt-Radsportverbands UCI gehört.

Mehr als Freizeittouren

„Meine Mitarbeiter haben mich vor dem Rennen immer gefragt, wann ich mal auf ein Rad steige und beim parallel stattfindenden Jedermannrennen mitfahre“, erinnert sich Poppe. Den Gefallen habe er den Kollegen dann irgendwann getan. „Radfahren war mir total fremd, ich war unsicher, ob mir der Sport gefallen würde – und dann hat es mir gleich von Anfang an riesigen Spaß gemacht!“

Zusammen mit Führungskräften und VIP-Kunden des Energieversorgers verbrachte Poppe dann vor zwei Jahren einen gemeinsamen Tag, bei dem sich alles ums Radfahren drehte. „Wir haben den ganzen Tag zusammen auf dem Rad gesessen und dabei anregende Gespräche geführt, und da kam mir die Idee, so et-

was häufiger zu machen.“ Im Sommerurlaub in Südfrankreich nahm das Konzept dann konkrete Formen an: Zusammen mit seinen beiden ebenfalls radsportbegeisterten Freunden Bernd-Georg Spies und Michael Meeske fasste Poppe den Entschluss, den Club Tête de la Course (Club TdC) zu gründen – angelehnt an die französische Bezeichnung für die Spitzengruppe eines Radrennens. Motto des Clubs: „Leadership in Management and Sports“.

Der Name lässt ahnen: Es geht nicht um behäbige Freizeittouren, sondern um echten Sport. Die Unternehmer wollen ganz vorn mit dabei sein – im Job genauso wie beim gemeinsamen Hobby. Trainiert wird zum Beispiel auf Mallorca oder in Südfrankreich, zum Kräfte-messen kommt es dann bei großen Rennen in Deutschland, etwa bei den Hamburger Cyclastics. Mit Erfolg: Im vergangenen September schaffte es der Club TdC auf Platz vier in der Firmenwertung über 100 Kilometer, unter mehr als 60 Teilnehmergruppen.

Mittlerweile stehen auf dem Verteiler, den der Club TdC regelmäßig mit Neuigkeiten versorgt, mehr als 500 Namen – vor allem Unternehmer und Führungskräfte aus der Wirtschaft, aber auch Ex-Radprofis wie Udo Bölts und Marcel Wüst. Beide arbeiten eng mit dem Klub zusammen, geben Tipps und stehen den Unternehmern bei ihren Touren als sportliche Leiter zur Seite. Udo Bölts etwa am vergangenen Wochenende zum Saisonauftakt auf Mallorca.

Drei Tage lang haben sich dort gut 30 Radsportbegeisterte getroffen, um gemeinsam über die Insel zu fahren. „Alle Teilnehmer haben wirklich eine Leidenschaft für das Radfahren, das schweißt zusammen“, sagt Poppe. Gespräche über den Job seien zwar nicht der eigentliche Sinn und Zweck der Treffen, dennoch ergeben sich durch das Miteinander oft genug neue Kontakte. In diesem Jahr will der Klub durchstarten. „Über die neue Internetseite (www.club-tdc.com) wollen wir unser Netzwerk für radsportbegeisterte Führungskräfte voranbringen.“ Langfristig plant Poppe, dieses international weiter auszubauen.

Frank Wörner
ressort.privat@impulse.de

ERSTE HILFE



PROFESSOR GÖRAN HAJAK, Experte für Schlafmedizin, Universitätsklinik Regensburg

WIRKSTOFF GEGEN JETLAG

impulse: Herr Hajak, laut Studien läutet der Wirkstoff Tasimelteon eine neue Ära in der Behandlung von Jetlag ein. Stimmt das?

Hajak: Der Wirkstoff ist für Zeitzone-nreisende besonders hilfreich, weil er die Synchronisation der inneren Uhr beschleunigt. Dabei funktioniert er nicht wie ein künstliches Schlafmittel und ist daher wirklich ein innovatives Medikament.

Wie arbeitet der Wirkstoff?

Tasimelteon verstärkt das Signal der neuen Zeit, denn er setzt ein chemisches „Dunkel-Zeichen“ – so als wäre es Nacht. Der Wirkstoff setzt dabei im Melatoninsystem an, ist aber länger im Gehirn aktiv.

Gibt es mögliche Nebenwirkungen?

Eine gewisse Schläfrigkeit am Tag ist nicht auszuschließen. Ins Auto sollte man daher erst einige Stunden nach Einnahme des Mittels steigen. **Ist damit der Jetlag wirklich besiegt?**

Tasimelteon wirkt nicht immer gleich. Wer Stress hat, spürt vielleicht keinen Effekt. Zusätzlich wichtig: kein oder nur wenig Alkohol sowie leichtes Essen vor und während des Flugs. Zudem ist es besonders hilfreich, sich am Zielort möglichst viel Tageslicht auszusetzen.

Wann ist das Medikament verfügbar? Frühestens in zwei Jahren. **SL**

Fotos: Philipp Hymenlehrt (3)