

Das Tagebuch von mArtin...

06. November 2025 18:00 Uhr

Das, was da aussieht als wäre es der Lenker eines Fahrrades, ist in Wahrheit meine Reckstange für die täglichen Klimmzüge. Viele Jahre lang hat sie mir gute Dienste geleistet. Bevor sie zur Reckstange (mit 22 cm Durchmesser) wurde, war sie die Stange eines alten Sonnenschirms. Mit Sand gefüllt und an den Enden gut verschlossen hat sie sich kaum biegen lassen, bis sie vor etwa zwei Jahren damit begann, sich etwas »hängen zu lassen«. Das war nicht weiter schlimm – ich habe sie halt immer wieder gedreht, damit der Durchhang sich wieder von selber »reparierte«. Das funktionierte auch so halbwegs, bis vor etwa einem Monat die Mitte schon knapp drei Zentimeter nach unten hängte. Ich habe dann ein etwas dickeres Rohr über das ursprüngliche Rohr geschoben, um die Sache zu stabilisieren. Das hielt jedoch nur wenige Wochen. Gestern dann der Beinahe-Bruch der Stange. Es musste also dringend Ersatz her. Und diesmal nach Möglichkeit »etwas für die Ewigkeit«.

Also auf zum Bauhaus in die Abteilung für Installations-Kram. Und dort wurde ich wirklich fündig. Ein Stahlrohr mit 3/4 Zoll für Gasleitungen (mit knapp 27 cm Durchmesser) um knapp 10,- Euro ist diesmal das Teil meiner Wahl. Ist halt nicht vom Müll, was ich aber gut verkraften kann, denn diese Reckstange ist damit wirklich für einen ewigen Einsatz geeignet. Bei meinen etwa 69 kg Trockengewicht könnte ich mich da mit gutem Gewissen vier- oder fünfmal dranhängen...

(C) mArtin 2025



