

Stafettenlauf von Braunschweig zur Zugspitze

**Quer durch Deutschland ins Gebirge, mit Schülern,
auf eigenen Füßen, häppchenweise. Von Richard Goedeke**

Die Idee

Wie kommt so eine nicht gerade alltägliche Idee überhaupt zustande? Wenn ein alpin interessierter Sportlehrer und ein alpin faszinierter Erdkundler zusammenhocken, zum Beispiel. Wir saßen im ICE, unterwegs zu einem Projekt «Erdkunde zum Anfassen», eine Woche mit Schülern bergwandernd über das Steinerne Meer. Ich sah auf den vorbeisauenden Chiemsee und auf unsere munter durcheinanderredende Truppe von Sechzehn- bis Neunzehnjährigen und sinnierte: «Da flitzen wir in einem halben Tag durch alle diese großartigen Landschaften Deutschlands, und kein Schwein merkt etwas davon.» Uli hatte ein Laufprojekt im Kopf und meinte: «Neulich hat eine Gruppe Senioren einen Stafettenlauf von Flensburg nach Passau gemacht – warum nicht mal sowas mit Schülern?» – «Aber was sollen wir denn in Passau? Wenn schon, dann doch von Braunschweig in die Alpen, wo wir jedes Jahr unser Projekt machen!» Und da war sie, diese Idee. Wir begannen, uns spielerisch hineinzudenken... Pädagogisch sinnvoll wäre so ein Projekt in vielfacher Hinsicht. Und es hätte eine alpinistische Dimension von «by fair means» – zwar nicht ganz zu Fuß, aber doch zumindest als Gruppe in Stafette das Ideal zu realisieren, zu Fuß und nur zu Fuß bis an den Berg zu gelangen. Auf jeden Fall wäre das etwas Ungewöhnliches, was mit einer Schülergruppe in diesem zugebauten, durchorganisierten Land noch nie vorher gemacht worden war! Eine Herausforderung zu einem großen Bündeln aller Kräfte auf ein Ziel hin, eine Ausdauerprobe nicht nur physisch, sondern auch psychisch.

Eine Probe auf Planung, Improvisation, Kreativität, Einfälle, Rollenflexibilität, Teamfähigkeit. Und – es wäre pralles Leben!

Die Vorbereitung

Als Lehrern mit Erfahrung in der Durchführung von Fahrten mit Schülern war uns klar, was alles zusammenzubringen war, um unsere Idee zu realisieren: Die inneren Voraussetzungen: Die Definition der Mindestanforderungen an Laufstrecken und Zeit. Die Gewinnung der weiteren für die Durchführung nötigen Kollegen. Die Werbung einer ausreichenden Zahl von motivierten Schülern/innen. Die Planung von Strecken, Teamstruktur, Transportmitteln, Zelten, Kochgerät. Das laufende Konfliktmanagement im Überwinden der bei so vielen Teilnehmern unvermeidlichen Reibungen zwischen unterschiedlichen Interessen und Temperamenten.

Die äußeren Voraussetzungen: Zustimmung von Schulleitung, Gesamtkonferenz, Eltern. Beschaffung von Sponsoren für Busse, Fahrtkosten, medizinische Betreuung. Festlegung des Termins. Anmeldung von Übernachtungen.

Das Training: Dreimal Laufen pro Woche, mit drei Terminangeboten der Lehrer zur Begleitung. Laufpläne. Laufbuch. Gemeinsame Lauftreffs aller Teilnehmer/innen.

Die praktische Vorbereitung: Pläne vervielfältigen und verteilen. Geld einsammeln (300 DM pro Nase). Material kaufen, leihen, abholen, bereitstellen. Austauschen von Telefon-, Handy- und Fax-Nummern. Die Beratung der Schüler zu Materialfragen wie Laufschuhen, Verpflegung, Kochgerät, Zelten, Schlafsäcken. Identifikationsobjekte wie T-Shirts, Transparent, Maskottchen.

Als erstes galt es, das Lehrerteam zu bilden. Susanne als alpenprojekterfahrene Frau war sofort dabei, der jüngere Kollege Dieter rasch gewonnen. Ein Vorstoß, der Gesamtkonferenz schon im November eine grundsätzliche Zustimmung zu dem Projekt abzu-

ringen, scheiterte am Widerstand des Schulleiters. Der meinte, wir machten uns Illusionen über Dimension und Komplexität der Aufgabe und würden mit einem Scheitern die Schule blamieren. Weitere Überzeugungsarbeit und die Konkretisierung unserer Planungen konnten diese Befürchtungen jedoch zerstreuen. Wenn wir es hinkriegten, dann nützte das doch unserer Hoffmann-von-Fallersleben-Schule im latenten Wettbewerb der Schulen untereinander.

Es war von Anfang an klar, daß wir mindestens drei, besser vier Busse brauchten. Als diese dann tatsächlich über die Volkswagen-Sporthilfe und die Stadt Braunschweig fest zugesagt waren, begann die Detailplanung. Wir definierten als Mindestanforderung für die Teilnehmer, 10 km in einem Zuge in einer Stunde zu laufen. Das anfängliche Idealziel eines Non-Stop-Laufes wurde verworfen, weil das zu sehr gegen die biologische Uhr ginge, und eine Nachtruhe von 6 Stunden als Richtwert gesetzt. Günstige Übernachtung sollten Campingplätze bieten. Ich schlug die Strecke Braunschweig – Zugspitze vor, mit direkter Überquerung von Hohem Meißner, Rhön und Nördlinger Ries als landschaftlichen Highlights und Fulda, Rothenburg ob der Tauber, Dinkelsbühl, Nördlingen und Augsburg als kulturhistorischen Perlen zwischendurch. Mit dem höchsten Berg der Republik hatten wir ein besonders markantes Ziel, es war die kürzeste Strecke in die Alpen, und diese bot einen repräsentativen Querschnitt durch sehr unterschiedlich einprägsame Landschaften unseres Landes: Von der Norddeutschen Tiefebene über die südniedersächsischen Schichtkämme, dann durch den Leinegraben, das hessische Vulkanland, die fränkische Schichtstufenlandschaft mit Saale-, Main- und Taubertal, das von der Eiszeit geprägte Alpenvorland zum höchsten deutschen Happen Hochgebirge. Der Stafettenlauf sollte in Garmisch enden. Am Schluß sollten alle noch ausreichend gehfähigen Leute Gelegenheit haben, von Garmisch die Zugspitze zu ersteigen.

Die Idee für den Lauf in die Köpfe potentieller Teilnehmer bringen, durch Kollegen- und Schülergespräche, Anmerkungen in Klassen sowie persönliche Ansprache als fähig eingeschätzter Schüler/innen dafür zu werben, das läuft bei so viel eigener Begeisterung wie von selbst. Von wegen bewegungsmuffelige Generation von Schlaffis! Offenbar fangen auch heute Schüler und Schülerinnen für so etwas reihenweise Feuer. Ein Nachmittagstermin im Januar mit Vorstellung des Projekts erbringt über vierzig

Anmeldungen. Eine muntere Truppe mit guter Gesamtstimmung von Leistungsbereitschaft und genuiner Neugier, ob wir das wohl hinkriegten. Irritation: Was wird bei ozonreichen Wetterlagen? Müssen wir das Projekt wegen unserer Sorgfaltspflicht für die Jugendlichen platzen lassen? Ulis Recherchen in medizinischen Veröffentlichungen bringen Teilentwarnung. Ich finde im Internet Karten über Ozonwerte der letzten Jahre. Wirklich hohe Werte gab es seit Jahren nicht und unsere Route verläuft abseits der Gebiete mit höheren Werten. Mit etwas Glück sollte es gehen. Notfalls müssen wir das Laufen in den Nachmittagsstunden unterbrechen.

Uli entwirft auf der Basis seiner langjährigen Erfahrung – er ist einmal Deutscher Meister im Zehnkampf gewesen und trainiert seit Jahren Vereissportler – detaillierte Trainingspläne als Anleitung zum Erwerb der nötigen Ausdauer. Ich bastle in nächtelanger Arbeit auf der Basis der ausgezeichneten ADFC-Radtourenkarten 1:150.000 die Streckenpläne. Wir werden Tagesetappen von 100-200 km schaffen müssen, wenn wir in den verfügbaren neun Tagen bis Garmisch kommen, auf die Zugspitze steigen und trotzdem am Montagmorgen wieder pünktlich in der Schule sein wollen. 97 Teilstrecken sind vorgesehen bis zum Gipfel der Zugspitze, aufgelistet in kleingedruckten Tabellen, mit zu durchlaufenden Orten, geschätzter Streckenlänge, genau ausgerechneten Höhenunterschieden, geschätzten Zeiten, vorgesehenen Campingplätzen, ein Zahlen- und Datenwerk, das Eindruck schindet. Aber wenn es gelobt wird, kann ich mir nicht verkneifen, im Hinterkopf illusionsdämpfend Bertolt Brecht zu zitieren – «Ja, mach nur einen Plan. Sei nur ein großes Licht!...»

Die Schülerinnen und Schüler bemühen sich. Ein harter Kern ist bei den Lauftreffs regelmäßig dabei, auch in der Mai-Hitzewelle. Ihre Zahl ist inzwischen auf 21 geschrumpft. Das hat sein Gutes: Wir werden keine Auslese treffen müssen. Die Laufzeiten und -strecken sind an die gesetzten Ziele herangerückt. Was auch nötig ist, denn die Campingplätze sind gebucht.

In der letzten Woche Planungs- und Vorbereitungsverdichtung. Fast in letzter Minute ist Björn als Referendar ins Lehrerteam eingestiegen, was die Betreuung des Unternehmens entspannt. T-Shirts mit der Karte der Laufstrecke werden verteilt – Poster, Identifikationsobjekt, Selbstverpflichtung.



*Wer hätte gedacht,
daß Deutschland so
schön sein kann!
Im Donautal.
Alle Fotos zu diesem
Beitrag stammen vom
Autor.*

Maskottchen «Hoffman, der Löwe». Transparent mit dem Laufthema «HvF-Lauf 2000 Braunschweig – Zugspitze». Auf jeder Strecke wird jeweils ein Läufer oder eine Läuferin laufen, von zwei für die Ablösung bereiten Leuten und einer Lehrkraft auf Rädern begleitet. Das ermöglicht, in der Regel nur alle 30 km per Bus ein neues Team bereitstellen zu müssen bzw. das dann verschlissene Team zum täglichen Etappenziel zu bringen. Das wird Fahrerei und Sprit und damit Umweltbelastung und Kosten reduzieren.

In der Pausenhalle hängen wir die Kopien der Streckenpläne mit der Route auf einer großmaßstäbigen Karte aus, damit alle den Verlauf des Unternehmens verfolgen können. Die vier Meter langen Papierbahnen veranschaulichen etwas von der Dimension, auf die wir uns eingelassen haben.

Der Lauf

Freitag, 30. Juni 2000

Der Starttag ist gekommen. Ich habe noch die halbe Nacht aus einer CD-ROM Satellitenfotos von kriti-

schen und interessanten Abschnitten unserer Strecke ausgedruckt. Um 11 Uhr wollen wir starten. Die Hitze der letzten Tage ist durch einen Kaltlufteinbruch abgelöst, der uns erst einmal angenehme Temperaturen beschert. Gepäck in die Busse, letzte Fragen von Eltern, Kollegen, Journalisten. Verabschiedung durch den Schulleiter mit launigen Worten und Startschuß, Ehrenrunde mit Transparent für die Fotografen, dann läuft bzw. fährt das erste Team weiter. Wir anderen sind erst in 3 Stunden zum ersten Teamwechsel gefordert. Am Wechselpunkt Lichtenberger Paß wird es richtig knapp, allen Versammelten noch einmal vor Ort den Übergang von der Norddeutschen Ebene zum südniedersächsischen Berg- und Hügelland bewußt zu machen und dann doch rechtzeitig bereit zu sein, um von den Ankommen die Räder zu übernehmen und die nächste Teilstrecke zu beginnen. Doch, wir sind unterwegs. Und die Alpen für unsere Fortbewegung auf eigenen Füßen unendlich weit weg.

Besonders ärgerlich ist, daß ich die Zuschläge für die kleinen Umwege nicht groß genug kalkuliert habe

und zu den im Streckenplan verzeichneten Kilometern in der Regel pro Teilstrecke 1–2 km dazukommen. Aber unsere Leute haben zum Glück Reserven und stecken die zusätzlichen Belastungen locker weg. Der ständige Rollenwechsel ist wesentliche Erfahrung. Da ist einmal die Königsrolle der jeweils Laufenden. Wie er/sie vorankommt, das ist das Vorankommen des Laufs. Das wird von allen Seiten unterstützt, vom Wegsucher, von den Leuten, die Essen, Trinken oder Bekleidungsstücke reichen oder mal eben per Handy den Kontakt mit den Bussen halten. Die Rolle der begleitenden Radfahrer ist beschaulicher. Sie fahren meist im Bummeltempo, schaffen es jedoch an deutlichen Bergaufstrecken selbst unter Geschnaufe meist kaum, mit den Laufenden mitzuhalten. Die Rolle des Routenfindens haben wir im wesentlichen für die Lehrkräfte vorbehalten, weil größere Orientierungsfehler das Gelingen des Gesamtunternehmens beeinträchtigen könnten. Daneben gibt es die Rollen der Wartenden, der Sich-Ausruhenden, der Sich-Austobenden, der Esseneinkäufer, der Essenkocher, der Zeltaufbauer, der Jammerer oder Sprüchemacher.

Es gehört zum Spiel, daß der Lauf von jedem ganz unterschiedlich erlebt wird. Denn in der für die intensive Aufnahme der Strecke geeigneten Form von 10 km/h bewegt man sich in der Regel nur einmal am Tag für 30 km, den Rest der Strecke im Auto sitzend schneller und mit entsprechend oberflächlicheren Eindrücken. Diese werden aber durch die brühwarmen Berichte der abgelösten Teams wirkungsvoll ergänzt. Und die aus eigener Kraft bewältigten 30 km, mit Wegsuche und Wegschwierigkeiten, mit Witterungsgunst oder Witterungsunbilden – diese Strecken prägen sich jeweils unvergeßlich ein. Und weil wir die Teams an jedem Abend nach Bedarf und Befinden neu festlegen, wird diese Intensivverfahren Zugspitzlauf für jeden eine andere Mischung.

Für mich bringt der erste Tag das neue Erlebnis einer mir vom Wander- und Kletterführerschreiben vertrauten Strecke über drei kleine Höhenzüge: Den ersten im Buchenwald auf dem First eines Schichtkammes per Rad hinter Anja her, den zweiten zuerst unserem stärksten Läufer Jan per Rad hinterherhechelnd weit bergauf und dann vorweg fahrradextrem durch Kiefernwald zwischen Sandsteinklippen hinab, über den dritten Höhenzug selber laufend, immer wieder auf den Pulsmesser schielend, damit das selbstgesetzte Limit eingehalten wird. Die Temperaturen bleiben angenehm, die Landschaft in der

Sonne idyllisch, das Laufen im ruhigen Rhythmus Genuß. Und es ist alles ganz anders, als wenn ich sonst hier war. Ich bin unterwegs in einem gewaltigen Zusammenhang, unterwegs ins Gebirge, nicht hektisch auf das Wunschziel konzentriert, sondern bewußt mit Zeit für den Weg zu diesem Ziel, und das zusammen mit jungen Menschen, die diese Welt mit offenen Sinnen gerade erst neu entdecken.

Die Übergabe an das nächste Team klappt nach Plan. Wir fahren zum Zeltplatz. Er liegt im Beschallungsraum der Autobahn, aber ansonsten hübsch in der Abendsonne über dem Leinetal. Wir bauen die Zelte auf, kochen und erfahren zwischendurch per Handy, daß das laufende Team in Sebexen und müde ist und vorzeitige Ablösung wünscht. Aber in Sebexen sollten die doch gar nicht auftreten! Des Rätsels Lösung ist, daß sie es geschafft haben, trotz Karte und Satellitenfotos mit Routeneinzeichnung mal eben aus Versehen statt südlich nördlich um den Kahlberg herumzulaufen... Einige ausgeruhte Leute improvisieren das Problem rasch aus der Welt. 1 1/4 Stunden vor Mitternacht sind alle da. Mit Umwegen



sind es von Braunschweig statt 91 satte 107 km geworden, und wir haben einschließlich aller technischen Halts 11 3/4 Stunden gebraucht. Die nächste Gruppe wird um 5 Uhr aufstehen.

Am Start. Der Lauf zur Zugspitze kann beginnen.

Samstag, 1. Juli 2000

Das erste Team ist so leise aufgebrochen, daß mich erst der Wecker munter macht. Morgenchaos. Zeltabbau trocken, rasch, zügig. Anruf von unterwegs. Es regnet bei unseren Läufern schon zeitweise. Wir müssen pünktlich am Wechsellpunkt sein, damit die Leute nicht kalt in der Nässe warten und sich einen Rotz, den Tod oder sonstwas holen.

An diesem Morgen beschleichen mich für eine Weile Zweifel, ob wir nicht doch ein zu großes Ziel gewählt

haben. Bei wirklich widrigem Wetter könnte es wohl selbst jetzt im Juli Grenzen geben. Wir werden auch Glück brauchen.

Wir erreichen die Lauftruppe rechtzeitig – aber da sind nur ein Läufer und ein Radfahrer. Die beiden anderen beschäftigen sich Kilometer entfernt mit einer Reifenpanne. Heiko läuft weiter, begleitet von nur einem Radfahrer, während wir die beiden anderen abholen und samt Rädern mit in den Bus gepfercht zum Läufer bringen.

Ab Friedland bewegt sich das Team wieder komplett weiter gen Thüringen. Die Strecke verläuft mit Absicht ein Stück weit durch eins der neuen Länder – eine wichtige Erfahrung. Der Grenzstreifen ist 10 Jahre nach der Grenzöffnung klar zu erkennen, wenn er auch schon verbuscht. Ein Gedenkstein. Daß hier für fast ein halbes Jahrhundert die Welt aufhörte, sich das vorzustellen, das fällt bereits jetzt schon schwer. Wir laufen und fahren ohne Aufenthalt über diese Grenzen, die nur noch Verwaltungsdetail sind. Das Wetter hat sich netterweise gebessert. Manchmal lugt sogar die Sonne durch die Wolken. Der



Am ersten Tag – endlich unterwegs (bei Hainberg).

Anstieg zum Hohen Meißner ist eine Härteübung. Bis zum Wechsellpunkt vor der Gipfelkuppe geht es stetig bergauf. Wir setzen für die letzten 6 km Jan ein, der seit einem halben Jahr fast jeden Tag 12 km gelaufen ist und fast platzt vor überschüssiger Energie. Aber als er seine Strecke mit ihren 355 Höhenmetern hinter sich hat, da ist er geschafft genug, um auf die Gipfeletappe zu verzichten. Die kann nicht mit Fahrrädern begleitet werden und soll deshalb von einer Vierergruppe gelaufen werden. Weil es dabei richtige Orientierungsprobleme in weglosen Querwaldeinstrecken gibt, werde ich selbst dabei sein. An der über die Gipfelkuppe führenden Autostraße sollen dann die Mitlaufenden abgelöst werden, während ich auch die unübersichtlichen 450

Höhenmeter mit hinab nach Küchen weiterlaufe. Denken wir. Denn als wir nach 250 Höhenmetern Steigung und Besuch der Gipfelsäule des Hohen Meißners (754 m) und etwas Wegsucherei und Ausschwärmen auf der schließlich erfolgreichen Suche nach dem eben mal im Gras verlorenen Handy an der Autostraße ankommen, da finden wir diese gesperrt als Großbaustelle vor. Kein Bus. Keine Ablösung. Bloß gut, daß das Handy wieder da ist und die Lösung des unerwarteten Problems sofort mit dem Bus abgestimmt wird und nicht auf beiden Seiten stundenlange Ungewißheit entsteht.

Eine landschaftlich herrliche Strecke sind nach den feuchten Nadelwaldschneisen der schmale Wanderweg über die sumpfige Wiese des Gipfelplateaus dieses vorzeitlichen Vulkans und die steilen Laubwaldhänge hinab, streckenweise über die moospelzbesetzten Basaltblockpackungen erstarrter Lavaströme. Danach ein Labyrinth neuer, in der Karte nicht verzeichneter Wege, wo nur das strikte Beachten der großen Geländeformen weiterhilft. Schließlich tatsächlich im richtigen Wiesental hinab. Es zieht sich, und unsere Zehen jammern, daß es stetig steil abwärts geht. Aber schließlich ist eine der anspruchsvollsten Etappen geschafft.

Der Lohn wird die direkte Fahrt zum Zeltplatz in Rotenburg an der Fulda. Wir erreichen ihn pünktlich mit dem Beginn eines Gewittergusses. Zeltaufbau im Verfahren «Augen-zu-und-durch». Die Handyberichte von unterwegs werden spannend. Ausgerechnet unsere Mädchen der 9. Klasse haben die Etappe mit den Regengüssen erwischt. Sie schlagen sich wacker. Aber irgendwann wünschen sie doch etwas frühere Ablösung. Rasch finden sich dafür ein paar Freiwillige, die mit Regen und Pfützen raufen wollen. Weil wir anderen in diesem Sumpf nicht motiviert sind für das gesunde und billige Selberkochen, stehen wir gerade an einem Fastfoodstand des benachbarten Volksfestes, als das Team einläuft, malerisch eingesaut und von der sensationslüsternen Öffentlichkeit der Kirmes mit großem Applaus begrüßt.

Wir sind schon bei der Buchung des Platzes vorgewarnt worden, daß das Fest nebenan stattfindet und haben das natürlich abgenickt. Aber daß es so laut und so anhaltend ist wie es dann ist, das macht schon fluchen. Und für morgen wartet eine noch 50 km längere Etappe...

Sonntag, 2. Juli 2000

Eine Stunde nachdem der letzte Lautsprecher end-

lich die Beschallung eingestellt hat, muß der erste Trupp aufstehen. Susanne schafft es tatsächlich, sich selbst und die Leute aus den Schlafsäcken zu kriegen. Start um 4.15 Uhr, in einen stimmungsvoll triefnasen Nebelmorgen hinein.

Als ich zwei Stunden später den Bus mit der Ablösung durch Bad Hersfeld und das Fuldatale steuere, da empfinde ich das immer noch als unverschämt früh. Aber die erste Truppe ist tatsächlich zur erwarteten Zeit am Treffpunkt, trotz der obligaten Macke in der Streckenschätzung. Die wird jedoch schon als Naturgesetz verinnerlicht. Und ich bin immer noch richtig gerührt, daß weder während des Laufes noch danach zum Thema gemacht wird, wie dem Meister solch ein Fehler unterlaufen konnte.

Eine Weile versuchen wir, den Lauftrupp mit dem Bus zu begleiten, auch mal etwas voranzufahren und mit der Kamera zu warten. Wir sind verblüfft, wie rasch die Jungs immer gleich wieder da sind. Es gibt symbolträchtige Bilder zum Thema Geschwindigkeit auf dieser Strecke, etwa wenn unsere Leute mit Tempo 10 unter der Brücke der Schnellbahnstrecke für Tempo 300 laufen.

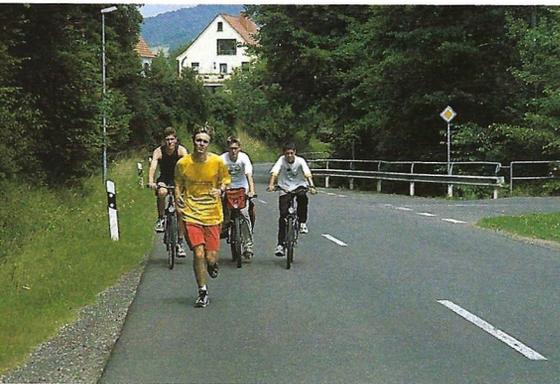
Das Fuldatale verlassen wir in der Bischofsstadt und steuern gen Hochrhön. 800 Höhenmeter Anstiege. Es ist schwülwarm geworden. Den Läufern macht die Hitze zu schaffen. Wenn wir am Nachmittag auf



Auf dem Hohen Meißner: ganz oben.

Das Wetter bleibt friedlich. Am Roten Moor eine Überraschung: Der mir von früher vertraute Bohlenweg quer über das Moor ist verschwunden und durch einen Bohlenweg in weitem Bogen um das Moor herum ersetzt. Zugabe diesmal nicht wegen Verhauer oder falscher Streckenschätzung, sondern wegen verschärftem Naturschutz. Wir werden es überleben. Irgendwann den steilen Weg hinauf zur Kuppe des Heidelsteins (926 m). Danach über die Grasfläche der Abdachung hinab gen Osten. Der Blick schweift weit über die im Dunst liegenden Getreidefelder des Grabfeldgaues. Das Vulkanland hinter uns, vor uns die von Flußtälern durchzogenen Flächen des Schichtstufenlandes. Die landschaftliche Zäsur macht bewußt, daß wir schon weit vorangekommen sind.

Unterwegs vom Werratal zum Hohen Meißner.



den kahlen Vulkankuppen ein Gewitter kriegen, wären die sogar blitzgefährdet. Aber ich werde dabei sein und darauf achten, daß es nicht riskant wird. In Abtsroda beginnt die fahrradlose Gipfeletappe, diesmal zu dritt. Zuerst steile Grashänge hinauf zur basaltfelsigen Abtsrodaer Kuppe, dann zum Gipfel der Wasserkuppe (950 m), am Zaun des Senders entlang, durch Ausflüglerscharen am Segelfliegerdenkmal und Segelflugplatz vorbei zur Straße, weiter zum unverschämt weit drüben gelegenen Heidelstein.

Aber bis zum Zeltplatz in Bad Kissingen sind es noch über 50 km. Mit Gelegenheit für Ulis Trupp zu einem Verhauer im Saaletal. Und einem Wolkenbruch über unsere für so etwas offenbar trainierten Mädchen. Und einem Abbruch des Laufes in Bad Kissingen, wo sich der Nachtportier eines pikfeinen Hotels nicht zu fein ist, die Fahrräder unserer wild aussehenden Leute in der Garage unterzustellen, während der Bus das Team kurz vor Mitternacht durch einen anderntags fernsehberichtgewürdigten Gewittersturm zum Camp am Heiligenhof hinauf-

fährt. Dort wird allgemein tief und fest geschlafen. Und entsprechend groß ist denn auch die Überraschung, am nächsten Morgen ringsum eine Menge frisch abgebrochener Äste zu besichtigen. Netterweise haben die Bäume, unter denen unsere Zelte stehen, nichts abgeworfen...

Montag, 3. Juli 2000

Heute bin ich als Fahrer mit dem Transfer des ersten Teams zur fahrradgestrichelten Hotelgarage dran. Drei Stunden später sitzen wir in Schweinfurth am Bahnhof und die Leute kommen nicht und immer noch nicht. Als sie schließlich eintrudeln, sind sie geschafft. Es hat Umwege gegeben. Und Dieter gesteht mir unter vier Augen ganz zerknirscht, sie hätten eine Stunde nach dem Verlassen des schönen Dorfes Rottershausen nach stetigem wackerem Laufen wieder vor demselben gestanden («Ich hatte schon so ‚ne Ahnung und bin alleine zum Ortsschild gegangen, und ich hab's erst gar nicht übers Herz gebracht, es ihnen zu sagen...»). Aber ohne diesen originellen Verhauer hätten wir eine Gelegenheit weniger gehabt, Tränen zu lachen!

Radfahrend begleite ich Ines, Anne und Anja durch das Maintal, an der unheimlichen Betonmasse des Atomkraftwerks vorbei. Auch vorbei an einer Grundschulklasse, die eine Outdoor-Schulstunde mit Beobachtungen eines Feldraines absolviert, ländliche Idylle mit doppeltem Boden. Nein, wir würden so nahe an diesem Ding nicht wohnen mögen.

Meeting in Gerlachshausen. Von der im Satellitenbild so markanten Mainschleife ist vor Ort beim besten Willen nicht viel zu sehen. Teamwechsel. Uli übernimmt. Nicht zu beneiden bei dieser Hitze jetzt. Wir fahren über die Autobahn zum kuscheligen Campingplatz nach Detwang bei Rothenburg im Taubertal. Ausruhen, kochen, Nickerchen, am Abend noch hinauf zu einem Rundgang durch die altherwürdige Touristenmetropole, über die Wehrgänge, auf denen die Zeit stillgestanden zu sein scheint. Dann schlafen – bis nach Mitternacht die letzte Laufgruppe ankommt, richtig high von dem tollen Nachtlauf unter einem Sternenhimmel, daß sie kaum daran zu hindern sind, den ganzen Zeltplatz zu unterhalten.

Dienstag, 4. Juli 2000

Es ist inzwischen schon Routine, daß einige Morgenmenschen vor Tau und Tag aufstehen und loslaufen. Nach drei Stunden abgelöst werden wollen. Am Wechsellpunkt hat es gerade zu regnen angefangen.

Uli und seine Leute übernehmen den warmen Bus, wir kriechen in die Plastikanoraks. Niemand beneidet uns.

Es wird dann doch schönes Laufen. Zuerst Nicolas. Der Regen begleitet uns zwar für einige Stunden, aber er pieselt nur sachte und hält die Temperaturen moderat. Wir genießen das ruhige Vorankommen in dem flachen Wiesental. Thomas läuft, dann Simon, mit dreizehn unser Jüngster. Wir durchqueren Dinkelsbühl, ein Märchen in Fachwerk. «Guck mal, eine Stadt ohne Werbung!» Es wäre noch stilechter, wenn auch die Autos draußen bleiben müßten.

Simon läuft verrückt schnell, aber er hat das drauf. Durch flachwelliges Ackerland. Diederstetten. Mönchsroth... Simon ist langsamer geworden. Ich frage, ob er Beschwerden hat. Ja, seine Hüfte tut weh. «Willst du nicht besser Ablösung?» Er nickt, vernünftig. Nicolas übernimmt noch einmal.

Wir erreichen den Wechsellpunkt. Dort hat gerade unser Schulleiter angerufen, gratuliert zum guten Vorankommen, bestellt Grüße. Er ist wohl jetzt nur noch stolz auf das Unternehmen. Wir fahren weiter gen Nördlinger Ries, zu diesem mondwürdigen Einschlagkrater eines Meteors. Wenn wir so vom Krater rand auf die Ebene schauen, da kann uns schon gruseln bei dem Gedanken an diesen Weltuntergang einer ganzen Region, der hier vor einigen Millionen Jahren stattgefunden hat. Deep impact. Aber als eine Stunde später in Nördlingen Zeit für eine Stunde Mittagspause ist, da erweist sich die Einkehr «Zum Ochsen» gegenüber dem Besuch des Rieskratermuseums für die große Mehrheit als attraktiver. Bauch schlägt mal wieder Bildung. Und als ich mir hinterher wenigstens etwas Fastfood greife, um nicht bis zum Abend zu hungern, da komme ich als bekanntermaßen überzeugter Öko gleich an den Pranger. Na schön, dafür weiß ich jetzt, daß die Steine der Stadtmauer von Nördlingen aus verfestigter Meteorbrekzie bestehen...

Weiter zum nächsten Campingplatz bei Mörslingen im weiten Donautal, jetzt richtig in der Sonne. Mit Schwimmen in einem Kiesteich nebenan. Über den Himmel segeln nur noch friedliche Kumuli. Die jetzt laufen, die werden nicht mehr naß.

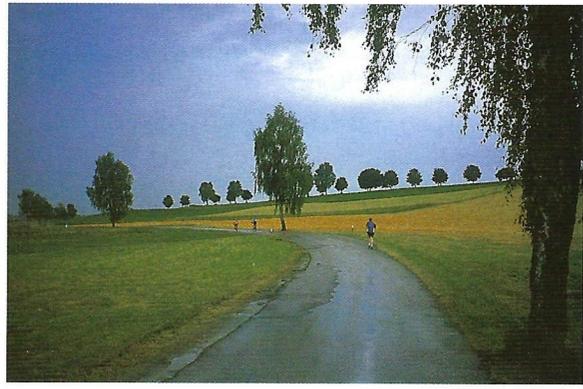
Eigentlich ist das eben ideales Laufwetter. Und die letzte Gruppe wird schon gegen halb acht eintreffen. Sollten wir da nicht gleich die morgige Etappe verkürzen, indem wir heute abend noch eine Dreierkombination laufen? Gedacht, getan. Wenn wir früher in Garmisch ankommen, dann steigen unsere Chancen auf die Zugspitze.

Rolf trifft zum angekündigten Zeitpunkt ein, richtig ausgepowert. Karte und Streckenschätzung haben nicht gestimmt, statt 11 km sind es über 18 gewesen, es ist die längste Teilstrecke des Laufes geworden. Aber Ablösungsangebote hat er standhaft abgelehnt. Uli, Jan und ich brechen für die abendliche Zugabe auf. Die Kumuli des Nachmittags sind in der kühleren Abendluft wieder zu gewaltigen Wolkengebirgen ausgewachsen, die teils düster, teils gleißend über der Landschaft lasten. Malerisch. Zunehmend farbig in orange und blau, richtige Noldewolken sind das. Uli läuft mit Begeisterung. Es wird für uns die nach der Stimmung schönste Strecke des ganzen Laufes.

Wir überqueren die Donau. Wechsel. Mir fällt der Anstieg auf die Hügel südlich der Aue zu. Dabei vergesse ich, mich aufzuwärmen, laufe schlank los. Und spüre nach einigen Kilometern etwas Schmerz im Oberschenkel. Bis mir das so richtig bewußt geworden ist und ich Ablösung erbeten habe, ist er ausgewachsen. Offenbar habe ich mir eine Zerrung geholt. Zu kurze Erholzeiten für meine nicht mehr ganz jugendlichen Gebeine? Am Nachmittag beim Schwimmen zu kalt geworden? Das Loslaufen ohne Aufwärmen nach dem beschaulichen Radfahren? Was den Schaden ausgelöst hat, werde ich nie erfahren. Jan läuft weiter, züchtig, stark, in die beginnende Nacht hinein. In Zusammzell erwarten wir den Bus. Uli massiert fachkundig meine Zerrung. Ich jaule auf. Und könnte mich ohrfeigen wegen meiner Unvorsichtigkeit.

Mittwoch, 5. Juli 2000

Schmerzschrei nebenan, wo Björn mit einem ähnlichen Wehwehchen massiert wird. Danach bin ich dran. Uli ist offenbar ein Sadist, aber wir haben den Eindruck, daß die Tortur doch etwas hilft. Und schließlich wollen wir übermorgen wieder für den Aufstieg zur Knorrhütte fit sein. Während wir geruhlos in der Sonne frühstücken, ist das erste Team schon unterwegs von Zusam nach Augsburg. Die Leute verlaufen sich in den Lechauen und tauchen erst verspätet am Wechsellpunkt auf. Dort übernimmt Susanne, deren farbigste Geschichte hinterher der Bericht von der Pannenhilfe durch einen Pensionisten ist, der seinen Ruhestand als Fahrrad-freak auslebt und es offenbar genossen hat, aus seiner Wundertüte von Reparaturzeug auch die diesmal etwas ausgefallenen Bedarfe von Susanne, Ines und Anja stillen zu können. Während solch ungewöhnlichen Begegnungen der aktuellen Lauftruppe sind die anderen schon bei St. Alban am Ammersee, im



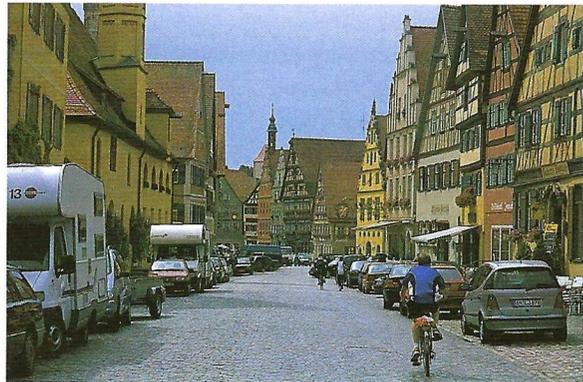
Ammersee oder auch als Piraten auf einem der verlockend dicht vor dem Badesteg ankernden Segelboote. Vor gut zehntausend Jahren dehnte sich hier noch die Zunge des Loisachgletschers. In der Ferne sind die großen Berge klar zu erkennen. Morgen werden wir dort sein. Am Abend beim Einlauf der ausnahmsweise mit mehreren Läufern besetzten letzten Strecke im Finish ein Duell Florian gegen Uli. Florian gewinnt!

Gen Dinkelsbühl!

Donnerstag, 6. Juli 2000

Durch grünbucklige Jungmoränenlandschaft, an Mooren und Seen vorbei, zur Mündung des Loisachtales. Während die letzte Gruppe das Tal durchläuft, nehmen die anderen schon den Zeltplatz Grainau in

In Dinkelsbühl.



Besitz, kochen die obligaten Nudeln, spielen im eiskalten Wildbach. Und Susanne stellt fest, daß am Vorabend im Hochgefühl, es geschafft zu haben, ganz vergessen wurde, für die letzte Strecke zum Zeltplatz die Ablösung zu planen. Aber unsere Leute können etwas ab. (halten etwas aus) Da läuft Alex eben noch so eine Strecke zusätzlich.

Gegen Abend als Abschluß ein Gruppenlauf die 6 km hinüber zum Olympiastadion, das wir als Endpunkt unseres Laufes definiert haben. Die Stimmung



Bei Mörslingen.

ist so euphorisch, daß Dieter die sich zur Stampede entwickelnde Läuferhaufe erst energisch auf das Lebensrecht auch von Kurgästen hinweisen muß. Als sie zum Ziel einlaufen, wirken sie allerdings wieder lammfromm, und alle Fotos werden sie so zeigen. Auch das obligate Sieger-Gruppenfoto vor dem Stadion in der Abendsonne. Am Zeltplatz ist bei jedem einzelnen genau die Ausrüstung für den Aufstieg zur Zugspitze durchzuchecken. Und immer noch hat sich niemand abgemeldet. Obwohl wir doch morgen alle, auch die Nachtmenschen, um 5 Uhr aufstehen müssen.

Freitag, 7. Juli 2000

Es sind tatsächlich alle 26 auf der Matte. Niemand

Im Donautal.



ist so k.o., niemand so verletzt oder krank oder auch nur faul, daß es ihm oder ihr die Besteigung der Zugspitze verunmöglichen würde. Das hatte ich nicht für möglich gehalten.

Aber das Wetter sieht verheerend aus. Und als wir vom Olympiastadion losgehen, erfüllt es alle bösen Erwartungen. Es beginnt zu gießen. Wir flüchten in die Partnachklamm, wo es bekanntlich immer tropft, aber auch Überhänge hat. Für die meisten ist dies die erste Bergbesteigung in den Alpen. Und ein wenig

bedauere ich sie, daß es gleich so rauh wird. Aber wir haben keine Wahl. Wenn es heute nicht geht, dann können wir unseren Plan nicht vollständig realisieren. Versuchen wollen wir es allemal. Wer kämpft, kann verlieren, aber wer nicht kämpft, hat schon verloren.

Als wir die etwas öde Forststraße hinter der Klamm unter die Füße nehmen, hört der Regen netterweise auf. Nach der oberen Klamm dagegen tröpfelt es wieder. Nebelverhangene Baumkulissen. Frische Lawinenschneisen mit zerknitterten Baumleichen. Die Blaue Gumpe – Ehrensache, daß wenigstens einige Unentwegte ins Wasser müssen, das allerdings wirklich so kalt ist, wie es aussieht. Weiter unter der himmelhohen Hochwanner-Nordwand vorbei das Tal hinauf, das sich dehnt wie Gummiband. Und da gibt es doch in einer Felsrinne tatsächlich Schnee, im Sommer. Worüber man beim ersten Male im Gebirge alles staunen kann...

Die Reintalangerhütte, mit tibetanischen Gebetsfahnen über dem Bach und dem Bergfreakoriginal Charlie Wehrle live in der Küche. Der uns gleich eine Suppe hinzaubert.

Irgendwann weiter. Irgendwann steiler, jetzt sogar wieder in der Sonne, schweißtreibend die Zickzacks zur Waldgrenze und Latschenzone hinauf. Irgendwann alle an der Knorrhütte. Für einige war es die Grenze. Aber die 1300 Höhenmeter bei etwa 20 km Strecke, die haben selbst die Langsamsten noch in der Führerzeit von 7 Stunden hinter sich gebracht. Gut beisammen ist diese Gruppe, auch nach viel laufen und wenig schlafen.

Während wir auf der Terrasse sitzen, beginnen meine Kollegen eingedenk der Prognose des Hüttenwirtes auf morgiges Schlechtwetter zu bohren: Ob wir nicht vielleicht doch gleich heute noch zum Gipfel gehen könnten. Aber ich mag unsere Leute nicht überfordern. Und obendrein leide ich bei diesem labilen Wetter an Visionen von Blitz und Donner und habe die Planung darauf abgestellt, daß wir am Vormittag zum Gipfel aufsteigen. Ich mag einfach keine Elektrisierungsversuche auf einem schroffen Grat. Schon gar nicht mit einem Viertelhundert meist unerfahrener Leute, für die ich verantwortlich bin. Etwas murrend wird meine Weigerung hingenommen.

Zwei Stunden später murren niemand mehr. Denn draußen gibt sich das Gebirge alle Mühe, uns mal eben zu demonstrieren, was hierzulande ein Gewitter ist. Es wird ein erhebender Anblick zu sehen, wie eine Sturmbö einen der Tische, an denen wir vorhin



halten, jeder aufmunternde Spruch ist Gold wert. Am Grat erwartet uns zusätzlich Nebel und pfeifender Wind, auf den letzten Metern setzt sogar noch Schneetreiben ein. Die Aussichtsterrasse ohne Aussicht, das Münchener Haus, das wir gleich voll-dampfen beim Umziehen. Dem Wirt sind wir schon angekündigt, er begrüßt uns feierlich, gratuliert uns herzlich, drückt uns als Geschenk der Sektion München Broschüren über das Münchener Haus in die Hand. Das ist ja richtig verrückt, wir sind oben, wir haben es geschafft!

Im Sauseschritt. – Die letzten hundert Meter des Laufes.

noch gegessen haben, im hohen Bogen von der Terrasse wirft. Und wieder eine Stunde später können wir als Entwarnung einen prächtigen doppelten Regenbogen bewundern.

Samstag, 8. Juli 2000

Nach eindrucksvoll enger Nacht im schrecklich klassischen Massenlager setzen wir schon früh den Aufstieg fort über das Zugspitzplatt. Das angekündigte Schlechtwetter ist da, aber ein Gewitter um diese Stunde noch nicht zu fürchten. Es wird rauh werden, aber ich bin zuversichtlich, daß wir es alle schaffen. Es regnet und wir steigen über die Schutt- und

Rückblick

Natürlich sind wir bei der Unternehmung klüger geworden. Aber über allem, was noch besser hätte



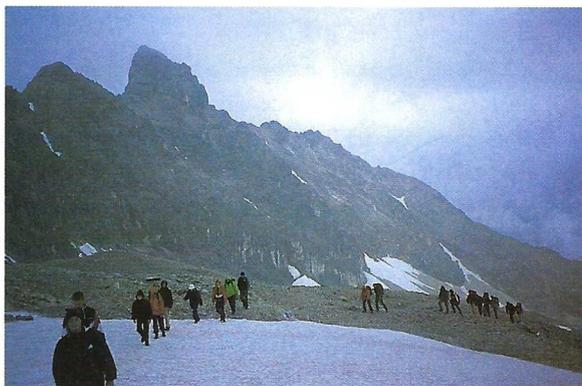
Aufstieg vom Reintal zur Knorrhütte.



klappen können, steht die Gesamtstimmung. Und die war großartig. Insgesamt hatten unsere Ansätze der Planungen gepaßt. Der Streckenplan hatte zwar Fehler und ihm wurde auch – teils mit, teils ohne Absicht – nicht überall genau gefolgt. Einige Teilstrecken wurden zur Entlastung von momentan zu hart geforderten Leuten aufgeteilt, so daß es 104 Teilstrecken wurden, aber die Strecken waren zu schaffen und schön, und alle Treffpunkte für die

Zum Ende des Laufes das verdiente Siegerfoto (am Olympiastadion).

Felsbuckel, seitlich weit über uns imponierend die schroffgezackten Gipfel des Jubiläumsgrates, mit Wolkenfahnen behängt. Der Wind nimmt mit der Höhe zu. Nach einer Stunde sind wir beim Bahnhof, aber von Umkehr redet niemand. Jetzt wollen alle auch ganz hinauf. Die Halde mit Lockerschutt, die Steilschrofen mit dem versicherten Steig, klatschnaß und mit klammen Fingern im Regen entlang den Drahtseilen hinauf. Die verstohlenen Blicke hinab übersehe ich geflissentlich, ja richtig, hier sollte man nicht vom Weg fallen. Bloß die Leute in Bewegung



Auf dem Zugspitzplatt.

Der Gipfel ist nah, doch sieht man ihn nicht. Am Grat zur Zugspitze.



Teamwechsel wurden auf Anhieb gefunden. Die Aufgabe war nach ihrer Komplexität und nach ihren Einzelaufgaben eine hohe Forderung, aber sie war leistbar und wurde gelöst. Das machte stolz und machte Spaß. Die Identifikation mit dem gemeinsamen Ziel ergriff ausnahmslos alle und war so stark, wie man es als Lehrer sonst kaum zu träumen wagt. Dabei war hohe Leistungsbereitschaft gepaart mit selbstkritischer Ehrgeizkontrolle. Die Kooperation der nach Alter und Geschlecht recht heterogenen Gruppe war vorbildlich. Das lag sicher nicht zuletzt an dem partnerschaftlichen Ansatz der Entscheidungsfindungen und in der Durchführung des Laufes. Und natürlich imponieren die Lehrer damit, wenn sie nicht nur Fachkompetenz mitbringen, sondern sich auch den gleichen Anforderungen und Unbequemlichkeiten wie alle anderen Teilnehmer unterwerfen. Das zusammen legte bei der gleichzeitigen hohen Motivation für das Ziel von vornherein nahe, sachlich begründete Forderungen zu akzeptieren.

Einige Alltagssituationen brachten zwar Reibungen, besonders die gelegentlichen Defizite im spontanen Aufräum- und Müllverhalten. Selbst auf einer so großartigen Fahrt können sich nicht auf einen Schlag

Gewohnheiten in Luft auflösen, die über Jahre hinweg durch Versäumnisse überbetreuender Eltern entstanden sind – oder durch sich als jugendfreundlich gerierende Fastfoodketten, die sich darin gefallen, ein Leben im Müll einzüüben.

Die Intensität der Landschaftswahrnehmung war überzeugend, besonders auf den selbst gelaufenen Strecken. Zwar gibt es hier und da häßlich verbaute oder ansonsten verarmte Gegenden, aber insgesamt begriffen wir immer wieder neu, wie vielfältig schön unser Land ist. Und wie groß. Und wie voll von landschaftlichen Kontrasten.

Entfernungswahrnehmung, Zeitwahrnehmung, Detailwahrnehmung – die Relativität dieser Eindrücke wurde durch den Kontrast zwischen den gelaufenen und geradelten und den im Auto gefahrenen Strecken besonders intensiv erlebt.

Dazu wuchs aus dem gemeinsamen Überwinden all der kleinen und größeren Schwierigkeiten ein intensives Gemeinschaftsgefühl. Es war gepaart mit neidloser Anerkennung der Beiträge der anderen zur Erreichung unseres Ziels. Das drückte sich im spontanen Beifall für die am Wechsellpunkt Eintreffenden ebenso aus wie im Freundschaftsdienst des Sachenszusammenpackens für die besonders früh startenden

Oben – geschafft!



oder besonders spät eintreffenden Teams. Über all den unzähligen Zwischenaufgaben und Zwischenzielen und großen und kleinen Erlebnissen und Eindrücken wurde uns das ganze Unternehmen zu einem Schatz. Beim Nachtreffen war nur ein einziger nicht dabei – und dem nahmen wir alle ab, daß er nur zu gern auch gekommen wäre. Kurz gesagt: Wir würden es wieder tun!

Im Münchener Haus.



Bericht Streckenplan HvF-Staffettenlauf 2000 Braunschweig - Zugspitze

(* km nach Kilometerzähler der begleitenden Fahrräder, **mH = Meter Höhenunterschied Anstieg, nach Angaben der Karten geschätzt)

1. Etappe: Braunschweig - Northeim (107,3 km)

Fr., 30.06.2000, Start 11.06 Uhr - letzter Läufer am Ziel 22.45 (Laufzeit mit Wechselläufen 11 h 39')

Läufer/in Fettdruck, Radbegleiter mager	Strecke n Nr.	Strecke (Anstieg mH**)	km*	Ge- lauf ene Zeit	Naturräuml. Charakterisierung	Kulturräuml. Charakterisierung	Bis Ges. km	Anmerkungen
Simon, AnneO, Florian, UliB, Dieter	01	BS HvF - Timmerlah - Wierthe	11,5	1:00	Ebene ; Lössbörde	Weithin ausgeräumte, sehr fruchtbare Ackersteppe	11,5	Endlich los, und bei Klasse Wetter!
AnneO., Simon, Florian, DieterL	02	-Alvesse - Vallstedt - Engelstedt	9,0	0:50	Ebene ; Lössbörde	Ackersteppe, teils mit Industrie- und Verkehrsanlagen durchsetzt	20,5	Noch mal eben an Zuhause vorbei ...
Florian AnneO, Simon, DieterL	03	- Salder - Hasselberg - Kammweg LICHTENBERGER PASS (MEET) (120 mH)	11,0	0:58	Schichtkamm aus mesozoischen Gesteinen, in der Kreidezeit durch Halokinese gefaltet	Ebene Ackersteppe, Höhenzug Forst, mit Steinbrüchen	31,5	Herrlicher Rückblick auf Elm, Asse und Hildesh. Ebene
AnjaP, Jan, RichardG DieterL	04	- Ruine Lichtenberg - Gaußstein - Kammweg bis Osterlinder Pass - Oelber a. Weißen Wege - Rhene (50 mH)	8,1	0:48	s.o.	Burg an alter Straße, Denkstein an die 1. Triangulierung; Bewaldeter Kamm - beackerte Mulden	39,6	Ganz schön schmaler Bergkamm für Räder!
Jan , AnjaP, RichardG DieterL	05	- Innerste-Niederung - Hainberg - Jägerhaus - Bodensteiner Klippen - P westl. Bodenstein (200 mH)	14,2	1:14	Zertalte Schichttafel aus Gesteinen der Kreidezeit, Sandsteinfelsen in oft natu- nahem Wald, Podsol	Mulden Ackerland - Höhen Wald	53,8	Läufer teils schneller als Räder! Für Rad teils artistisch
RichardG Anja, Jan, DieterL	06	- Nauener Berg - HAAHAUSEN (an der Kirche) (100 mH)	9,7	0:58	Ostl. Hahausen Rand der bei der alpidischen Faltung herausgehobenen Pult- scholle des Harzes	s.o.	63,5	Schöne Waldstrecke
SusanneH Rolf, Christoph Torsten	07	- Neuekrug - Bornhausen - Seesen (50 mH)	10,0	1:03	Harzvorland - Tälchen	Ackerland und Wiesen; Autobahn	73,5	Wegfinden ist schwer!
Rolf, SusanneH, Christoph, Torsten	08	- Ildehausen - Kreuzung westl. Oldenrode (westl. der BAB!)	12,0	1:25	Bruchschollengebiet mit Höhen aus festen Gesteinen, Ausraumzonen in Tongesteinen	Mulden Ackerland - Höhen Wald; Verkehrs-landschaft (DB, BAB, B)	85,5	Eine Autobahn ist laut!
Christopher Susanne, Rolf, Torsten	09a	- Sebexen	7,0	0:35			92,5	Verhauer! (nördl. statt südl. um den Kahlberg herum)
Torsten BjörnM, UliB, Jens	09b	- Kalefeld -Abzweigung Eboldshausen - Kreuzung vor Edesheim (100 mH)	9,5	Ca 0:50	Bruchschollengebiet, westl. von Dögerode am Kahlberg Dolomitfelsen des Weißen Jura (Malm) +10:00	Fruchtbare Mulden = Ackerland - weniger frucht-bare Höhen = Wald	102,0	Spontane Ablösung der Verlaufenen
Jens Torsten, UliB, BjörnM	10	- Edesheim - B3 - Camping Northeim	5,3	Ca 0:30	breite Flussaue aus eiszeitlichem Schotter und Kies unter Auelehm	Kiesabbau , danach Renaturierung der Aue durch Sukzession (hochwertige Biotope, NSG! - teils auch beliebte Badeseen)	107,3	Doch trotz des späten Starts alles geschafft!

Campingplatz Sultmer Berg bei Northeim

etwa 500 m östlich der BAB, wenig nördlich oberhalb der B 3 am Hang, T. 05551-4359

2. Etappe: Northeim - Hoher Meißner - Rothenburg an der Fulda (132,5 km)

Sa, 01.07.2000, Start 6.00 Uhr - letzter Läufer im Ziel 22.10 also Laufzeit mit Pausen 18h10'

Nicolas, UliB David, Alexander	11	- Northeim - Hillerse - Leineae - Autostr. westl. von Nörten- Hardenberg (10 mH)	15,2	1:28	Leinegraben (Grabenbruch als Teil des im Zuge der alpidischen Faltung entstandenen Staffelbruches Rhönetal - Oberreingraben)	Feuchtwiesen- Grünland, z.T. Auwald; optimale Verkehrstrasse für DB, ICE, BAB, B	122,5	Frühaufstehen ist lästig! Strecke ist durch Brücke länger als kalkuliert war!
David Alex, BjörnM, Nicolas	12	- Bovenden - Göttingen Leinebrücke Rosdorfer Weg (10 mH)	11,0	1:00	Leinegraben	s.o.; Göttingen als Mittelzentrum, vor allem Universitätsstadt	133,5	Wetter sieht erst mülmig aus, ist dann aber o.k.
Alexander, Nicolas BjörnM, David	13a	Niedermjesa - Obermjesa - (30mH)	11,9	1:10	seitl. vom Leinegraben Muschelkalk-Hochflächen, z.T. mit Vulkankuppen	optimale Verkehrstrasse für DB, ICE, BAB, B		1. Reifenpanne, Radtransfer per Bus
Nicolas, Alexander	13b	- Ortsanfang von KLEIN-SCHNEEN	5,0	0:25			150,4	Läufer vorweg mit nur 1 Radbegleiter
Heiko Simon, BjörnM (ab Friedland)	14	- Friedland - Hohengandern (50 mH)	9,5	1:00	Grabenbruch	Grenz- durchgangslager; Ehem. DDR-Grenz- streifen, jetzt Thüringen	159,9	2. Reifenpanne, Radtransfer per Bus
Simon Heiko, BjörnM	15	- Bornhausen (Burgsattel) - Werleshausen - kl Brücke unterh.			Große Talmäander in mesozoischen Gesteinen	Ehem. DDR-Grenze; Burg Ludwigstein		Verhauer in Werleshausen,

		Burg Ludwigstein - kl. Brücke - Gr. WERRATAL-BRÜCKE NORD	13,0	1:04		Gründungsort Wandervogel	172,9	dadurch große Werrabrücke 2x
Jens DieterL, Jan	16	Werratal-Brücke - Oberrieden - Hilgershausen (100 mH)	9,5	0:49	s.o.		182,4	2. Teil stetig bergauf
Jan Jens, DieterL	17	- Dudenrode - KREUZUNG UNTERH. DER STBR. MEIßNER (MEET) (355 mH)	6,4	0:35	Basaltströme tertiärer Vulkane	Forstwirtschaft, Steinbrüche	188,8	Steil rauf, rauf - das macht sogar Jan k.o.
Marcel, Florian ThomasO, RichardG	18	- Kasseler Kuppe (754 m) - HOHER MEIßNER (MEET) (180 mH)	5,0	s.u. ins-ges.	tertiäre Vulkandecken	NSG, Riesensteinbruch, Sender	193,8	Erst Steinbrüche, dann Nostalgie-Gipfelsäule
Marcel, Florian ThomasO, RichardG	19	- Südecke Meißner - KÜCHEN (↓ 400 mH)	6,0	1:41	tertiäre Vulkan decken	Rand eines NSG	199,8	Querwaldein, z.T. richtige Cross-Strecke!
Christopher AnneS, Ines, DL	20a	- Reichenbach - Wickerode - (120 mH)	6,0	0:42	Täler und Passhöhe Wasserscheide		205,8	
AnneSch, Ines, DieterL, Christopher	20b	Pfieffetal kurz vor Spangenberg (80 mH)	6,0	0:40				
Ines, AnneSch, Christopher, DieterL	21a	Spangenberg - Bergheim	6,0	0:40	Passhöhe - Seitental	Untersch. Straßentypen mit unterschiedl. Steigung	217,8	Gewitter mit Regengüssen!
Malte, ThomasM, Timo, BjörnM	21b	- Eubach - Alt-Morschen - Fulda-Brücke	10,0	1:00			227,8	Härteübung
Timo, ThomasM, Malte, BjörnM	22	- Neu-Morschen - Niederellenbach - BAUMBACH	7,0	Ca 0:40	Kastental mit auf dem Talgrund pendelndem Fluss	Verkehrslinien im Tal	234,8	
ThomasM, Malte, BjörnM, Timo	23	- Braach - Rotenburg/Fulda	6,0	Ca 0:35	s.o.	s.o.	240,8	Nebenan lauter Rummelplatz, gr. Finish

Campingplatz in 36199 Rotenburg/Fulda, östliches Ortsende, in der Aue. T. 06623-5556

3. Etappe: Rotenburg/Fulda - Fulda - Hohe Rhön/Wasserkuppe - Bad Kissingen, 182,5 km

So, 02.07.2000, Start 04.15 Uhr - letzter Läufer am Ziel 23:00 (also Laufzeit mit Wechselpausen 18h 45')

Rolf, Nicolas, AnneO, SusanneH	24a	- Breitenbach - Blankenheim	10,0	0:58	Kastental mit Mäandern	Fluss als Verkehrslinie		Aufbruch im Morgengrauen bei Nebel
Nicolas, Rolf, AnneO, SusH	24b	- Mecklar	2,0	Ca 0:10	s.o.	s.o.	252,8	Nebel
Nicolas, Rolf, Anne O, Susanne H	25	- Friedlos - Bad Hersfeld - BAB-Brücke	10,0	0:55	Kastental mit in der Aue pendelndem Fluss	"Verkehrslandschaft" DB, BAB, B27 u.a.	262,8	
AnneO, Rolf, Nicolas, Susann e	26	- Kohlhausen - Rossbach - Niederaula-MENGSHAUSEN	15,0	1:22	Kastental mit ausgeprägter Aue		277,8	
Christopher, Simon, David, SusanneH	27	- Solms - BAB-Brücke - Unterschwarz	7,0	0:32	s.o.		284,8	
Simon, David, Christopher, SH	28	- Sand - Brücke vor Schlitz	10,5	0:40	s.o.		295,3	
David, Simon, SusanneH, Christopher,	29	- Pfordt - Ullershausen - Hartershausen - Hemmen - LÜDERMÜND	13,0	0:55		Burg L. sperrte das Tal. In der Aue z.T. Kiesabbau	308,3	
AnjaP, Jens, Alex, DieterL	30	- Radweg bis Fulda Bahnbrücke	10,0	0:58	In der Talaue z.T. Altarme		318,3	
Jens, Alex, DieterL, AnjaP,	31	- Fulda City - OT Petersberg - B483 - Almendorf - Kreuzung nw von Wiesen (100 mH)	11,0	0:56		Fulda alte Bischofsstadt, regionales Zentrum	329,3	Stadtdurchquerung herb
Alex, Jens, DieterL, AnjaP,	32	Traisbach - Niederbieber Langenbieber - Kleinsassen - WOLFERTS 520 m (200 mH)	13,0	1:15	Biebertal	Burg Bieberstein	342,3	In Kleinsassen aus Versehen Dorfrunde!
Timo, BjörnM	33	- Maulkuppe 706 m - Grabenhöfchen - Weiberberg 786 m - ABTSRODA 700 m (260 mH)	10,0	1:00	Maulkuppe, Steinwand und Weiberberg sind tertäre Vulkane	Naturpark Rhön	352,3	Treffen im Dorf mit Sucherei
Jan, RichardG, Florian	34	Direktaufstieg Nordhang oder über Abtsrodaer Kuppe zum Gipfel der WASSERKUPPE 950 m (250 mH)	3,0	0:30	Tertiärer Vulkan, teils Basaltfelsen	Naturpark Rhön, traditionelles Segelflieger-gelände	355,3	Noch rechtzeitig vor Gewitter
Jan, RichardG,	35	- NSG Rotes Moor - HEIDELSTEIN 926 M - STRABE (↓150, ↑120 mH)	11,0	1:00	Hochmoor	NSG Kernzone mit Wegeverlegung	366,3	Gr. Umweg wg neuem NSG!
ThomasO, Uli, Heiko, Marcel,	36	- Ginolfs - Wegmündung hinter Weisbach (↓450mH)	10,0	0:45			376,3	
ThomasO, Marcel, UliB, Heiko	37	- Querung B 279 - Schönau - Kollertshof	9,0	Ca 0:45			385,3	
ThomasO, UliB, Marcel, Heiko	38	- Ortszugang Bad Neustadt	4,0	1:03			389,3	
Heiko, ThomasO, Marcel, UliB,	39	Bad Neustadt/S - Salz - Niederlauer - Unterebersbach (100 mH)	10,0	1:00	Kastental mit in der Aue mäandrierendem Bach	Burg als Kontrolle einer alten Straße, mittelalterl! Innenstadt	399,3	Verhauer hoch in Weinberg
UliB, AnjaR, Ines, DieterL	40	- Nickersfelden - Roth - Bad Bocklet	11,0	1:07	s.o.		410,3	
AnjaR, Ines, DieterL, UliB,	41a	Fulda-Saale-Radweg - Aschach	7,0	0:50				Gewitter,

AnneS								
Ines, DieterL, UliB, AnjaR, AnneS	41 b	Großenbrach - Kleinenbrach - Hausen - Bad Kissingen	6,0	0:40		Alter Stadtkern , Kurort		Räder im Hotel "Bristol"
							423,3	

Campingplatz Heiligenhof 97688 Bad Kissingen/Saale, Alte Euerdorfer Str. 1, T. 0971-71470

4. Etappe: Bad Kissingen - Maintal - Rothenburg/ Tauber , 182,9 km

Mo, 03.07.2000. Start 06.10 Uhr am Hotel "Bristol" - letzter Läufer am Ziel 00.10 Uhr (also Laufzeit mit Wechelpausen 18 h 00')

Bis Schweinfurth Main-Werra-Radweg (MA-WE), ab Grafenheinfeld bis Ochsenfurth Main-Radweg (MAIN), ab Bieberehren Romantische Straße Radweg (ROSTR)

Malte, Timo, ThomasM, DieterL	42a	- Reiterswiesen - Schwarze Pfützle (200 mH)	10,0	1:00		Kastental mit auf dem Talgrund mäandrierendem Fluss		
Timo, Malte, ThomasM, DieterL	42b	- Rottershausen - Rannungen - Rottershausen - Main-Werra- Radweg bis hinter Hesselberg	12,0	1:05				Kl. Orientie- rungsspanne: 8 km im Kreis !
ThomasM, Timo, Malte,DL	43	- Pfersdorf - Poppenhausen -	8,0					
ThomasM, Timo, Malte, DieterL	44a	Kronungen - Niederwerrn	5,0					
Malte, Timo, ThomasM, DieterL	44b	- Main-Werra-Rad-Wanderweg - SCHWEINFURTH, Hbf	6,0			Großes Flusstal	Wasserstraße , Stadt	z.T. herbe Stadtstrecke
Ines, AnneS, AnjaR, RichardG	45	Main-Rad-Wanderweg - Grafenheinfeld - Röthlein	11,0	1:12		Weites Flusstal	Atomkraftwerk (vgl G. Pausewang, "Die Wolke")	Nebenan vom "Ding" die Idylle
AnneS, Ines, AnjaR, RichardG	46	- Heidenfeld - Hirschfeld - Kloster St. Ludwig - Wipfeld - Stammheim	10,0	1:13		Flusstal	Wasserstraße mit Staustufen Weinberge	Im Kloster kriegen wir Kühlwasser
Anja, Ines, AnneS, DieterL	47a	- Fahr - Main-Rad-Wanderweg - vor Volkach -	10,0	1:10		Flusstal mit Talmäandern und fast Umlaufberg	Fahr = idyllische Stadt; intensiver Weinbau.	
AnneS, Ines, AnjaR, DieterL	47b	- Volkach - GERLACHSHAUSEN Ortseingang (MEET)	8,0	0:55			s.o.; Kanal, der Main- schleife abschneidet.	
UliB - Jens, Alex	48	- Münster - Schwarzach Stadt - Mainsontheim	10,0	0:49		Flusstal mit Talmäandern	s.o.	
Jens, Alex, UliB	49	- Main-Rad-Wanderweg - Albertshofen - Kitzingen (Ortsanf.)	6,5	0:30		Flusstal	Wasserstraße, Kiesteiche	elend heiß
Alex, UliB, Jens	50	- Main-Rad-Wanderweg - MARKTSTEFF (Straße Ortsende)	9,0	0:46		s.o.	s.o.	
Jan, Torsten, David, SusanneH	51	- Main-Rad-Wanderweg - Markt- breit - BAB-Brücke - Zeubelried - Frickenhausen - Ochsenfurt (Mainbrücke) (+100 mH)	13,8	1:24		s.o.	s.o., Weinberge auf südseitigen Talhängen	dicke Fleißauf- gabe-Schleife weit hinauf in die Weinberge
Torsten, David, Jan, SusanneH	52	- Gaubahn-Radweg - Gaukönigs- hofen - Rittershausen (200 mH)	9,0	0:52		Fläche im Schichtstufenland	Ackersteppe; Radweg auf ehem. Bahntrasse	
David, Torsten, Jan, SusanneH	53	- Bolzhausen - Gelchsheim - Baldersheim - BURGERROTH	16,0	1:14		s.o.		
AnjaP, AnneO, Florian, BjörnM	54	- Bieberehren - Taubertal (Romant. Str. ROSTR) - Creglingen	10,0	0:56		Kl. Flusstal mit Aue		Romantische Abendstimmung
AnjaP, AnneO, Florian, BjörnM	55	- Archshofen - Tauberzell - Tauberschreckenbach	9,6	0:50	Ca	s.o.		Toll - viele Sterne!
AnjaP, AnneO, Florian, BjörnM	56	- Bettwar - Steinbach - Detwang	9,0	0:50	Ca	s.o.		Toll - im Düstern mit vielen Sternen!
							606,2	

Camping "Idyll" in 91541 Detwang (im Taubertal kurz vor Rothenburg o.d.T.) T. 09861-3177

5. Etappe: Detwang/Rothenburg o.d.T.- Dinkelsbühl - Nördlingen - Mörslingen, 122,8 km

Di, 04.07.2000, Start 06.08 Uhr - letzter Läufer im Ziel 19.25 Uhr (also 13h 17') danach die ersten 3 Strecken der 6. Etappe bis 21.45 , s.u.

"Romantische Straße" (ROSTR) bis Ungetshausen und wieder ab Larrieden bis Reimlingen

Heiko, Christopher, ThomasO, UliB	57	- Rothenburg - Gepsattel (100 mH)	6,0	0:40		Schichtstufenvorland mit tonigem Boden	Mittelalterl Stadtbild von Rothenburg als internat. Touristenziel	Gleich so früh heftige Steigung
Heiko, Christopher, ThomasO, UliB	58	- Rödersdorf - Faulenberg - Wohnbach (100 mH)	11,0	0:54		Schichtstufe in festerem Gestein	Wald	
Heiko, UliB Christopher, ThomasO	59	- Schillingsfürst - Wittlun - Wörnitz - Ulrichshausen - WALDBAUSEN (40 mH)	11,0	1:08		Wasserscheide Tauber (Main) - Wörnitz (Donau)	"Romantische Straße"	Im leichten, aber stetigen Regen - angenehm kühl
Nicolas, Simon, ThomasM, RichardG	60	- Zumhaus - Ungetshausen - Bergnerzell - Reichenbach - Mosbach - Tribur - Larrieden	11,0	0:52		Flaches Tal (Oberlauf)	Ackerland und Wiesen	Schöne Feldwege in der Aue, Regen lässt nach
Nicolas, Simon, ThomasM, RichardG	61	- Dinkelsbühl (Straßengabelung am Ortsausgang, weiter Richtung Mönchsroth)	10,3	1:02		Flaches Tal	Altes Stadtbild	Idylle - Stadt ohne Werbeschilder!!
Nicolas, Simon, ThomasM, RichardG	62a	- Diederstetten - Mönchsroth - Wittenbach (30 mH)	8,7	0:46				
Nicolas, Simon,	62b	- GREISELBACH (50 mH)				Flussaue und Talhänge	Feuchtwiesen und	

ThomasM, RichardG			2,6	0:10		Wald		
Marcel, AnjaP, AnneS, DieterL	63	Fischteiche - Rühlingstetten - Raustetten - Enslingen (50 mH)	13,0	1:03	Rand des Meteorokraters Nördlinger Ries	Wald		
Marcel, AnjaP, AnneS, DieterL	64	- Minderoffingen - Marktöffingen - Birkhausen	7,0	0:39	Kraterböschung und Rand des Kraterbodens	Ackerland		
Marcel, AnjaP, AnneS, DieterL	65	- WALLERSTEIN (MEET)	3,0	0:23	Kraterboden, früher zT. Sec. der verlandete zu Sumpf	Ackerland auf trocken- gelegtem Sumpfgelände		
AnneO, Jens BjörnM, Rolf,	66	- Nördlingen - Reimlingen	9,0	0:49	Kraterboden	Gutes Ackerland und idyllische Stadt		
AnneO, BjörnM, Rolf, Jens	67	- Niederaltheim - Hohenaltheim - Bollstadt (200 mH)	12,0	1:11	Kraterrand	Wald		
AnneO, BjörnM, Rolf, Jens	68	- Amerdingen - Finningen - Mörslingen	18,2	1:40	Hochfläche und Tal zur Donauaue	in der Aue Kiesabbau (mit Entstehung von für Sport/Erholung und für Naturschutz wertvollen Sekundärbiotopen)	729,0	Die längste Einzelstrecke des gesamten Laufes

Camping Mörslingen, östlich des Ortes, T. 09074-4024

6. Etappe: Mörslingen - Donautal - Augsburg - Lechauen - Diessen/Ammersee, 148,2 km
 Strecken 69 - 71 noch am 04.07.00 von 19.25 - 21.45, Strecken 72 - 84 Mi, 05.07.2000 Start 6.30 Uhr - 20.40 Uhr (also insgesamt 16h 30')

UliB, RichardG, JanN	69	- Oelsenhofen - Steinheim - Kicklingen	11,0	0:58	Donauauen	Feuchtgrünland, Rohstoffgewinnung Kiesteiche		Herrliche Abend-stimmung mit Riesenwolken
UliB, RichardG, Jan	70	- Binswangen - Bergkamm vor Roggden (70 mH)	7,5	0:37	Riedel zwischen Haupt- und Nebental			Vorzeitig Wechsel wegen Muskelzerrung
UliB, RichardG, JanN	71	- Zusamaltheim - Sontheim - Rischgau - Hegnenbach - ZUSAMZELL (30 mH)	10,0	0:45	Tal des Nebenflusses der Donau, Mäander	Feuchtwiesen in der Aue, Hänge Ackerland und Wald		Schönes Laufen in der Dämmerung
Nicolas, David, Torsten,DieterL	72	- Altenmünster - Unterschöneberg - Wollbach	8,0	0:35		Wiesentäler		
Nicolas, David, Torsten,DieterL	73	- Zusmarshausen - Bieselbach - Horgau - Querung Autostraße Horgauergraut	13,7	1:08	Oberlauf Bach			
Nicolas, David, Torsten,Dieter	74	- Ottmarshausen - Querstraße vor Neusass - HAMMEL (Kirche)	12,5	1:08				
ThomasM, Alex, Timo, DL	75	- Neusass Bhf	11,5	1:13	Lechauen	Verkehrlandschaft, Großstadt		
ThomasM, Alex, Timo, DL	76	Augsburg bis Tiergarten	6,0	0:30	Lechauen-Rand	Großstadt		
ThomasM, Alex, Timo, DieterL	77	- Radweg NSG Lechauen bis QUERSTRASSE KÖNIGSBRUNN - MERING	7,0	0:33	Lechauen	Naturnahes Schutzgebiet (NSG) mit Erholungsnutzung		Orientierungspro- bleme im Labyrinth NSG!
Ines, AnjaR, SusanneH	78	- Radweg ROS Lech Ostufer bis gegenüber Ortsende Prittriching	9,5	0:58	Lechauen	Feuchtwiesen		
Ines, AnjaR, SusanneH	79	- Radweg - Scheuring - Lichtenberg	9,0	0:59	Lechauen	s.o.		Reifenpanne (be-hoben mit Hilfe eines 67jährigen Fahrradfreaks!)
Ines, AnjaR, Susanne	80	Radweg - KAUFERING	7,5	0:45	Lechauen	s.o.		
Marcel, Malte, ThomasO, UliB	81	- Radweg ROS - Ecke Gewerbegebiet Penzing - BAB- Brücke - Landsberg - Schwiffling	10,0	0:50	Moränenland	Gewerbegebiet auf billigem Bauland (vgl Bodenpreise in Stadt)		
Marcel, Malte, ThomasO, UliB	82	- Unterfinning (50 mH)	7,0	0:39	Moränenland			
Marcel, Malte, ThomasO, UliB	83	- Achselchwang - Schondorf - Ammersee-Uferweg bis CAMPINGPLATZ ÜTTING	9,0	0:50	Moränenkranz des eiszeit- lich entstandenen Sees	Tourismusattraktion im ländlichen Raum		Die Alpen in Sicht!
Florian, AnneO, Rolf UliB, AnjaP,	84	- Ammersee-Uferweg - Utting - Camping St.Alban	7,0	0:35	Seichter Moränensee	s.o.	875,7	Munteres Baden im Sec - in der Ferne die Berge!

Camping St. Alban, 86911 Dießen/Ammersee, T. 08807-7305

7. Etappe: Dießen/Ammersee - Murnau - Grainau bei Garmisch/Partenkirchen, 87,8 km
 Do, 06.07.2000 Start 07.03 Uhr, letzter Läufer im Ziel Campingplatz ca 15.00 Uhr, Gruppenlauf zum Stadion später (insgesamt 8 Std 35')

Nico, Jan, Chris, UliB	85	- Sölb	6,0	0:26	Verlandungszone	Feuchtwiesen		
Nico, Jan, Chris, UliB	86	- Radweg Ammersee bis Brücke westl. Ortsrand von Weilheim	10,5	0:49	Ehemaliger Sumpf der Ammerniederung	Weitgehend drainiertes Feuchtgrünland		
Nico, Jan, Chris, UliB	87a	- Oderding	8,0	0:40	Niederung und Moränenland	Grünland		
Nico, Jan, Chris, UliB	87b	- BERG	4,0	0:20	Moräne	Grünland		Steil rauf zur Kapelle Berg!
AnneS, Timo, ThomasM, DL	88	- Huglfing - Untereglfing - Uffing Bhf.	9,6	0:58	s.o.	s.o.		
AnneS, Timo, ThomasM, DL	89	- Staffelsee Ostuferstraße - Kirche Riedhausen	7,0	0:31	Moränensee	Grünland		Die Berge rücken näher
AnneS, Timo,	90	- Murnau - Hechendorf -			Murnauer Moos (Moor),	Verkehrslinie		

ThomasM, DL		OHLSTADT	11,0	0:55	Rand der Vorberge (Kalk)	Loisachtal		
Alex, Marcel, AnjaR, SusH	91	- Eschenlöhe	5,0	0:22	Rand der Vorberge	s.o.		
Alex, Marcel, AnjaR, SusH	92	- Oberau	7,0	0:33	Mündung des von eiszeitl. Gletschern ausgeweiteten U-Tals	s.o.; neue BAB-Bauten (Brücken, Tunnel)		Radweg schön verkehrsfertig!
Alex, Marcel, AnjaR, SusanneH	93	- Farchant/Mühdorff - Straßendreieck vor Garmisch	7,0	0:43	Von eiszeitlichen Gletschern erweitertes U-Tal	Brunnen für die Fernwasserleitung nach München; BAB neu		
Alex, Marcel, AnjaR, SusanneH	94	- GRAINAU CAMPING	6,5	0:27	Eiszeitlich ausgeweiteter Talboden in in ihrer Richtung tektonisch bestimmten Tälern	Siedlungsbrei auf dem ursprünglich als Grünland genutzten Talboden		Organisationspanne: Ablösung vergessen - Alex läuft nochmal!
Ganze Gruppe	95	Camping - Olympiastadion	6,2	0:35	s.o.		963,5	Stimmungsvolles Finish

Camping Grainau, 82491 Garmisch-Partenkirchen, Griesenauer Straße 4, T. 08821-3180

8. Etappe: Partenkirchen - Partnachklamm - Reintal - Knorr-Hütte, 20 km

(normale Gehzeit ab Olympiastadion: 7 Std)

Fr, 07.07.2000 , 7.00 Uhr - 14.00 Uhr , alle Rasten und Stops inklusive (7h)

Alle 26 Teilnehmer /innen	96	Wildenau - Partnachklamm - Reintal - Hoher Weg - Bock-Hütte (1052 m, 10 km) - Blaue Gump - Reintalanger-Hütte (1370 m, 15 km) - Knorr-Hütte (2051 m)	(1300 mH)	20	Klamm, V-Tal, im oberen Teil des Tales auch U-Tal mit Spuren nacheiszeitlicher Bergstürze; oben südseitig gegenüber die 1600 m hohe Hochwanner-Nordwand (= zweithöchste Felswand der Ostalpen), Höhenstufen der Vegetation von Laubwald über Nadelwald und Latschen zu den alpinen Matten und Frostschutzone	Naturmah belassene Landschaft, lediglich mit Wanderwegen und z.T. Forststraßen erschlossen und mit einigen Berghütten		Heranziehen einer Gewitterfront beim Aufbruch, dann Regen und Sonne im Wechsel, mit schwüler Luft, am Nachmittag an der Hütte Gewitter mit starken Windböen und Hagelschauern
---------------------------	----	--	-----------	----	--	---	--	---

9. Etappe: Knorr-Hütte - Zugspitze (2964 m)

(normale Gehzeit 3 Std.)

Sa, 08.07.2000 , Aufstieg 7.20 - 9.50 Uhr, alle Rasten und Stops inklusive (2h 30')

Alle 26 Teilnehmer /innen	97	- Zugspitzplatt - Schneeferner-Bahnstation (2650 m) - Zugspitze-Gipfel (Westgipfel, Münchener Haus 2964 m)	(900 mH)	5	Aufstieg in der Frostschutzone, Restgletscherchen im ehemaligen Firnggebiet eines großen Gletschers, Blick auf Grate und Kare	Wetterwarte und Observatorium, intensiv erschlossenes Skilaufgebiet, am Gipfel Musterbeispiel eines touristisch extrem erschlossenen Bereiches mit aus den Felsen gesprengtem Steig, Drahtseilen, Gebäuden, Sendern, Seilbahn usw.		Aufstieg in leichtem Dauereggen, am Gipfel aufbau im Nebel, zuletzt am Grat bei Temperaturen um Null Grad und heftigem Wind.
---------------------------	----	--	----------	---	---	--	--	--

Und dann per Zugspitzbahn zurück zum Campingplatz Grainau und Rückfahrt nach Braunschweig (15.30 - 22.45 Uhr)

Gesamt-Laufzeit 96 Std 56 Min

(einschließlich Wechselferien, Wegsuche und sonstigen technischen Halts, aber ohne Nachtruhe),

dazu Aufstieg zur Zugspitze in insgesamt 9 Std 30 Min

(durch das Reintal und über das Zugspitzplatt, mit Rasten, aber ohne Aufenthalt in der Knorrhütte), also

Gesamtzeit für die gesamte Strecke 106 Std 26 Min.