

**Daniel Tschepe**

# **Von der Oststadt an den Weststrand**

**Ein Weg und einen Sommer lang durch Deutschland**



Danke Sonja,  
danke Maja,  
danke Nina,  
dass ich gehen durfte

## **Inhaltsverzeichnis**

Vorwort

Montag, 29.05.2017: Ludwigsburg

Dienstag 30.05.2017: Ludwigsburg bis Breitenauer See  
(42 km)

Mittwoch 31.05.2017: Breitenauer See bis  
Langenbrettach (18 km)

Donnerstag 01.06.2017: Langenbrettach bis  
Westernhausen (31 km)

Freitag 02.06.2017: Westernhausen bis Bad  
Mergentheim (30 km)

Samstag 03.06.2017: Waldcampingplatz Bad  
Mergentheim bis Campingplatz Forelle (51 km)

Sonntag 04.06.2017: Campingplatz Forelle bis Camping  
Mainspessart Park (20 km)

Montag 05.06.2017: Campingplatz Main-Spessart Park

Dienstag 06.06.2017: Campingplatz Main-Spessart Park  
bis Lohr (23 km)

Mittwoch 07.06.2017: Lohr bis Hammelburg (45 km)

Donnerstag 08.06.2017: Hammelburg bis Bad Kissingen  
(25 km)

Freitag 09.06.2017: Ruhetag in Bad Kissingen

Samstag 10.06.2017: Bad Kissingen bis Meiningen (35 km + Bahnfahrt)

Sonntag 11.06.2017: Meiningen bis Immelborn (37 km)

Montag 12.06.2017: Ruhetag Campingplatz Kiesgrube Immelborn

Dienstag 13.06.2017: Campingplatz Kiesgrube Immelborn bis Berka (52 km)

Mittwoch 14.06.2017: Berka bis Campingplatz Creuzburg (32 km)

Donnerstag 15.06.2017: Campingplatz Creuzburg bis Probstei Zella (20 km)

Freitag 16.06.2017: Probstei Zella bis Campingplatz Mainhardsee (31 km)

Samstag 17.06.2017: Campingplatz Mainhardsee bis Witzenhausen (38 km)

Sonntag 18.06.2017: Witzenhausen bis Campingplatz Grüne Tanzwerder (23 km)

Montag 19.06.2017: Ruhetag Campingplatz Grüne Tanzwerder (kurze Rundwanderung in Hann.Münden 10 km)

Dienstag 20.06.2017: Campingplatz Grüne Tanzwerder bis Schierke (Bahnfahrt + 20km)

Mittwoch 21.06.2017: Brocken und Rundwanderweg (30km)

Donnerstag 22.06.2017: Elbingerode bis Thale (34km)



Freitag 23.06.2017: Campingplatz „Schierker Stern“ bis Götting (35km)

Samstag 24.06.2017: Göttingerode bis Seesen (38km)

Sonntag 25.06.2017: Camping Brillteich bis Höxter (37km)

Montag 26.06.2017: Höxter und Rundwanderung bei den Externsteinen (15km)

Dienstag 27.06.2017: Höxter bis Hameln (68km)

Mittwoch 28.06.2017: Hameln bis Eisbergen (36km)

Donnerstag 29.06.2017: Eisbergen bis Lahde (34km)

Freitag 30.06.2017: Lahde bis Stolzenau (34km)

Samstag 01.07.2017: Stolzenau bis Steinhuder Meer (33km)

Sonntag 02.07.2017: Steinhuder Meer bis Didderse (Busfahrt, Zugfahrt und 15km Fußweg)

Montag 03.07. bis Mittwoch 05.07.2017: Didderse – Ludwigsburg – Didderse

Donnerstag, 06.07.2017 : Didderse bis Winsen (66 km)

Freitag 07.07.2017: Winsen bis Campingplatz Frankenfeld (47 km)

Samstag, 08.07.2017: Campingplatz Frankenfeld bis Eitzendorf (33 km)

Sonntag, 09.07.2017: Campingplatz „Seerose“ bis Leeste (32 km)

Montag, 10.07.2017: Leeste bis Campingplatz Juliusplate (28 km)

Dienstag, 11.07.2017: Campingplatz Juliusplate bis Nordenham (37 km)

Mittwoch, 12.07.2017: Nordenham bis Dorumer Neufeld (40 km)

Donnerstag, 13.07.2017: Dorumer-Neufeld bis Duhnen (28 km)

Freitag, 14.07.2017: Tagesausflug nach Helgoland, Ruhetag in Duhnen (14 km)

Samstag, 15.07.2017: Duhnen bis Campingplatz Hohencamp (29 km)

Sonntag, 16.07.2017: Campingplatz Hohencamp bis Stinteck „Campingplatz in Lee“ (43 km)

Montag, 17.07.2017: Campingplatz Stinteck bis St.-Peter-Ording (45 km)

Dienstag, 18.07.2017: Ruhetag in St.-Peter-Ording

Mittwoch, 19.07.2017: Campingplatz Tating bis „Nordseecamping zum Seehund“ (33 km)

Donnerstag, 20.07.2017: „Campingplatz zum Seehund“ bis Campingplatz „Elisabeth-Sophien-Koog

Freitag, 21.07.2017: Elisabeth-Sophien-Koog bis Dagebüll (33 km)

Samstag, 22.07.2017: Dagebüll bis Hörnum Nord (48 km)

Sonntag, 23.07.2017: Hörnum Nord bis Hörnum  
Weststrand (3 km)

## **Vorwort**

Dies ist die Geschichte eines kleinen Abenteuers. Es ist die Geschichte über einen Fußmarsch acht Wochen durch Deutschland. Und es ist meine Geschichte.

Ich habe mich in meinem Leben schon immer gerne bewegt, und Sport war und ist immer ein Teil meines Lebens. Zu mehr als zum ambitionierten Freizeitsportler hat es nie gereicht, aber körperliche Betätigungen empfinde ich auch auf diesem Niveau befreiend und befriedigend und sie helfen mir, den Kopf frei zu bekommen. So sollte diese Reise, zwar lang und langsam, aber auch anstrengend genug werden, um die Gedanken weg vom Alltag zu bekommen.

Ich bin auch ein Abenteurer. Aber leider nur im Geiste. Gerne und mit großem Respekt lese ich Bücher und verfolge Berichte von Abenteuern und Abenteurern, von Menschen, die den Mut und den Drang haben, verrückte oder außergewöhnliche Dinge nicht nur zu denken, sondern zu tun. Ungeachtet der Motivation, die hinter großen Reisen auf ungewöhnlichen Wegen, auf einmaligen Expeditionen, auf Erstbegehungen aus früheren Jahrhunderten in unbekannte Regionen oder experimentierfreudigen Lebensabschnitten dieser Menschen steht, kann ich mich fast ausnahmslos dafür begeistern.

Mein Weg in diesem Sommer 2017 war nur ein kleiner Weg, bei dem ich mich kaum unvorhergesehenen Herausforderungen stellen musste, nicht wirklich über körperliche Grenzen gegangen bin und auch nicht mit irgendwelchen Gefahren für Leib und Leben konfrontiert wurde.

Joey Kelly ist meines Wissens ohne Geld und Proviant durch Deutschland gelaufen und hat dabei nur das



gegessen, was er in der Natur aufsammeln konnte und hat teilweise aus Pfützen getrunken, wenn er nichts anderes gefunden hat. Das ist schon ein etwas größeres Abenteuer. Wenngleich ein normal denkender Mensch durchaus berechtigterweise nach dem Sinn dieser auferlegten Einschränkungen fragen darf. Aber normal ist eben auch nicht immer spannend.

Rüdiger Nehberg hat sich ohne jegliche Ausrüstung meilenweit weg von jeder Zivilisation mit einem Hubschrauber im brasilianischen Urwald absetzen lassen, um in sechs Wochen den Weg aus dem Dschungel-Labyrinth alleine wieder heraus zu finden. Das ist definitiv ein Abenteuer.

Janice Jakait ist bestimmt über ihre körperlichen Grenzen hinausgegangen und war mit Gefahren für Leib und Leben konfrontiert, als sie in 90 Tagen 6500 Kilometer alleine in einem Ruderboot über den Atlantik gepaddelt ist.

Man kann sich fragen, was diese Leute dazu treibt, solche waghalsigen Experimente einzugehen, ihre Komfortzone zu verlassen und ihr Dasein so immens auf die Natur zu reduzieren. Reine Abenteuerlust? Oder haben diese extremen Menschen, neben der großen Aufgabe, die Aufmerksamkeit von möglichst vielen auf die Notwendigkeit des respektvollen Umgangs mit der Natur zu lenken, vielleicht einfach nur für sich entschieden, dass der Sinn des Lebens das Leben ist? Ich kann diese Frage nicht beantworten, aber bewundern kann und darf ich diese Leistungen.

Und jetzt hatte ich entschieden, dass es auch für mich an der Zeit war, meine Komfortzone zu verlassen, den Alltagstrott für einen überschaubaren Zeitraum hinter mir zu lassen und mich im Rahmen meiner Möglichkeiten zu reduzieren. Hinter meiner Geschichte steht keine große Aufgabe. Aber dafür ist es eine Geschichte, von der ich nicht gelesen oder gehört habe, sondern es ist mein kleines

Abenteuer. Es ist die Geschichte eines ganz besonderen Sommers.





## **Montag, 29.05.2017: Ludwigsburg**

Das war mal eine Party. Und was für ein Wochenende ist das gewesen, in vielerlei Hinsicht. Eine 18 + 50 Mehrgenerationenfeier hatten wir organisiert, mit etwas mehr als 120 Gästen. Ich bin schon im April 50 Jahre alt geworden, und vorgestern war der 18. Geburtstag unserer großen Tochter Maja. Die meisten Menschen, die uns in unserem augenblicklichen Lebensabschnitt wichtig sind, waren gekommen. Das Wetter war fast schon zu gut zu uns. Wir haben groß gefeiert, viel getrunken, noch mehr gelacht und ich habe mit Maja mit Tränen in den Augen auf das Ende ihrer Kindheit getanzt.

Meiner Frau Sonja habe ich mal wieder viel zu wenig Danke gesagt für ihre unglaubliche, nicht enden wollende Unterstützung bei der Feier und für alles andere. Vielleicht war die Zeit dafür mal wieder zu knapp. Aber wahrscheinlich ist das nur eine angenehme Ausrede.

Volljährig ist die Große jetzt also, aber sie rennt zum Glück nicht gleich aus dem Haus. Also haben wir nicht alles falsch gemacht. Und die Kleine dürfen wir ja Gott sei Dank auch noch eine schöne Zeit auf ihrem Weg begleiten.

Die Party ist vorbei. Wir haben alles aufgeräumt und fast alles wieder in den Normalzustand zurückversetzt. Aber lange wird dieser Zustand nicht halten. Fünfzig bin ich schon vor einigen Wochen geworden, mein Geschenk an mich selbst beginnt aber jetzt. Zeit mal für was anderes als den Normalzustand zu haben habe ich mir geschenkt. In einem Leben, bei dem man wirklich nur auf sehr hohem Niveau jammern kann, ist Zeit vielleicht das wirklich Einzige von dem man nicht genug hat. So schenke ich mir also ein viertel Jahr Zeit. Wenn ich ehrlich bin ein sehr egoistisches Geschenk, denn es wird viel an meiner Frau hängen bleiben,

und auch meine Kinder, so glaube ich zumindest, brauchen mich ab und zu schon noch.

„Der Tschepe will mal ein bisschen entschleunigen“ lacht mein Namensvetter Daniel an seinem 40. Geburtstag im Frühjahr 2014 in Richtung unserer anderen Kumpels. Dass der Tschepe schon immer ein wenig einen an der Waffel hat ist allen Anwesenden sowieso klar.

Nun habe ich mich geoutet und erzählt, dass ich mir zu meinem 50. Geburtstag in drei Jahren eine Auszeit schenken möchte und zu unserem alljährlichen Sommerurlaubsort nach Hörnum auf Sylt laufen möchte.

„Gehst Du jetzt unter die Pilger“ und „ist denn dein Auto kaputt“ bekomme ich als abwinkende Kommentare, die nicht wirklich als ernst zu nehmende Fragen gemeint sind.

„Nein, ich glaube, ich könnte einfach mal etwas Ruhe gebrauchen und möchte schauen, ob ich mit mir alleine klar komme“.

Vor ungefähr fünf Jahren habe ich das erste Mal mit dem Gedanken gespielt, mal wieder was „Großes“ zu machen. Und ziemlich bald ist dann auch die Idee zur Entscheidung gereift, zu Fuß durch Deutschland von Ludwigsburg nach Sylt laufen zu wollen. Nicht rennen, nicht hetzen, sondern „entschleunigen“ habe ich es sehr schnell genannt.

Ich bin angestellter Architekt, die Baubranche boomt seit Jahren und im Büro ist immer viel los. Es muss eigentlich immer alles ziemlich schnell gehen und Überstunden sind eher die Regel als die Ausnahme.

Seit einiger Zeit glaube ich warnende Zeichen in und an mir zu erkennen, die ich auf das Arbeitsleben schieben könnte. In meinem rechten Ohr pfeift es permanent und 2013 habe ich mich zum ersten Mal über deutlich spürbare Extrasystolen erschrocken. Diese unregelmäßigen zusätzlichen Herzschläge sind in der Art, wie sie bei mir vorkommen, nach Aussage des Arztes zwar unbedenklich, aber trotzdem unangenehm. Und dass der Tinnitus schon fast eine Volkskrankheit ist und ich damit nicht alleine bin,



ist zwar etwas beruhigend, macht die Sache aber trotzdem nicht leiser.

Meine mir selbst verordnete Therapie soll also eine Auszeit sein. Ein Sabbatjahr ist wirtschaftlich und familiär nicht realistisch und wäre sicher auch über das Ziel hinaus geschossen gewesen. Und auch für ein halbes Jahr glaube ich nicht gut genug argumentieren zu können. Aber drei Monate, das muss möglich sein. Drei Monate sind ja eher ein langer Urlaub als eine wirkliche Auszeit. Das kann ich vielleicht allen Entscheidungsträgern verkaufen.

Nach der Zusage meiner Frau, dass sie das für mich tut, nämlich mich gehen zu lassen, - „geh mit Gott, aber geh“ hatte sie sinngemäß gesagt - hatte ich also angefangen, in meinem Freundeskreis damit anzugeben, was ich vorhabe.

„Du findest doch nicht mal aus dem nächsten Wald wieder heraus“.

„Ruf mich dann an. Ich sammle dich mit dem Auto ein kurz bevor du verhungerst“.

Ich glaube meine Kumpels haben nicht so sehr viel Vertrauen in meine Outdoor-Qualitäten. Verdanken kann ich es ihnen nicht, denn meine Wandererfahrungen beschränken sich bisher, abgesehen von einem einmaligen Wanderwochenende im Bregenzer Wald, das ich nicht selbst organisiert habe, sondern nur mitgenommen wurde, auf 1. Mai-Wanderungen mit Bier und Bollerwagen.

„Laufen und wandern muss man nicht lernen“, widerspreche ich. Das macht man einfach und mit Google-Maps auf dem Handy, einem ausgeliehenen GPS-Gerät und ausreichend Kartenmaterial werde ich das schon hinbekommen.

Eine ehemalige Schulfreundin hat die Frage in den Raum geworfen, ob es ein besonderes Tschepe-Gen gebe, mit dem irgendwas nicht in Ordnung sei, in Anspielung darauf, dass mein Bruder vor zwei Jahren den ganzen Neckar, über 350 Kilometer lang, herunter geschwommen ist. Aber neben

Spott und Hohn gab es auch einige bewundernde und aufmunternde Reaktionen.

Vor zirka eineinhalb Jahren habe ich dann mit meinem Arbeitgeber geklärt, ob und wie drei Monate Auszeit vom Büro gehen können. Den Geschäftsführern bin ich dankbar, dass sie mir keine Steine in den Weg gelegt haben und meinem einfachen und unbürokratischen Vorschlag zugestimmt haben. Ich habe mir die anfallenden Überstunden nicht mehr ausbezahlen lassen und feiere diese nun in den nächsten drei Monaten wieder ab.

Seit dem Trip von allen wichtigen Seiten, meine Kinder haben etwas mürrisch zugestimmt, nichts mehr im Wege stand, liefen die Planungen. Wobei Planung etwas zu professionell klingt, es waren eher Überlegungen. Welchen Weg laufe ich - sicher nicht den Standstreifen an der A7 entlang -, wie laufe ich, wie weit werde ich laufen können?

Zunächst ging ich sehr pragmatisch an die Routenfindung heran. „Die 100 schönsten Orte Deutschlands“ war meine Suchanfrage bei Google um mir einen Überblick zu verschaffen, was es alles Sehenswertes gibt in Deutschland. Schließlich wollte ich nicht blind durch die Gegend marschieren und mich hinterher ärgern, weil ich an irgendetwas Schöнем vorbei gelaufen war.

Erschreckend, wie erbärmlich meine geographischen Kenntnisse doch sind. Bei einigen der genannten Orte oder Regionen musste ich erstmal suchen, wo in Deutschland sich diese überhaupt befinden. Erst mit dieser Erkenntnis meiner Unwissenheit ging mir ein Licht auf, wie gut und richtig meine Idee doch war durch Deutschland laufen zu wollen und meine Auszeit nicht irgendwo sonst auf der Welt zu verbringen.

Meine Frau hat viel später, im Rahmen eines Zeitungsinterviews zu meiner Wanderung, gesagt: „Ich weiß nicht warum er gerade durch Deutschland gelaufen ist. Ich hätte es viel eher verstanden, wenn er drei Monate ins Ausland gewollt hätte“.

Viele Menschen kennen vermutlich viel zu wenig von ihrem eigenen Land und mir ging es genauso. Ohne groß darüber nachzudenken und aus einer Laune heraus hatte ich eine Wanderung durch Deutschland im Kopf. Aber dann, im Zuge der Suche nach dem Weg wurde mir klar, was es hier alles Schönes zu sehen geben wird, was Deutschland zu bieten hat und dass dies keineswegs ein Weg immer schnurgerade nach Norden werden würde.

Alle südlich von Ludwigsburg liegenden Punkte und alle ganz im Osten, in Mecklenburg-Vorpommern, Berlin und Brandenburg und alle ganz im Westen von Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz und Saarland liegenden Attraktionen siebte ich trotzdem aus. Das Ganze musste schließlich in der mir zur Verfügung stehenden Zeit machbar sein. Zudem fiel mein Augenmerk eher auf die aufgeführten Natursehenswürdigkeiten als auf kulturelle oder geschichtsträchtige Orte.

So blieben als erste Anhaltspunkte für eine mögliche Route Kreuze auf einer kopierten DIN A3-Landkarte an den Stellen: Naturpark Schwäbisch Fränkischer Wald, Bayrischer Spessart, die Rhön, die Wartburg, die Kassler Wilhelmshöhe, das Bodetal und der Brocken im Harz, die Externsteine im Teutoburger Wald, das Steinhuder Meer, die Lüneburger Heide und Helgoland. Durch ein mehr oder weniger willkürliches Verbinden von einigen dieser Punkte kam ich zu einer zittrigen, mal nach links, mal nach rechts schwenkenden Linie quer durch Deutschland. Auf der großmaßstäblichen Karte konnte ich eine Strecke von ungefähr 1.200 bis 1.500 Kilometer zusammenzählen. Die drei Monate hatte ich gedanklich schon in zwei Monate wandern und einen Monat Urlaub auf meiner Lieblingsinsel aufgeteilt. 1.500 Kilometer durch 60 Tage, also im Schnitt 25 Kilometer am Tag. Geht klar, das traute ich mir zu.

Damit standen also die Zeit und der Weg ansatzweise fest. Bleibt noch das „wie“ zu präzisieren, denn außer der

Festlegung, dass ich zu Fuß gehen würde, steckte dahinter noch kein guter Plan.

Wo werde ich schlafen? Gut acht Wochen in Pensionen oder Fremdenzimmern abzusteigen, selbst wenn ich versuche, möglichst günstige Unterkünfte zu finden, das kann ich mir nicht leisten. Es muss preiswerter gehen. Also irgendwo in der freien Natur bleiben oder auf Campingplätzen übernachten. Vielleicht kann ich ab und zu auf irgendeinem Bauernhof in einer Scheune oder so etwas ähnlichem unterkommen. Das heißt dann aber auf jeden Fall, dass ich ein Zelt, einen Schlafsack und eine Isomatte mitnehmen muss. Zusammen mit Proviant, Wasser und Klamotten, selbst wenn ich diese auf ein Minimalgewicht reduziere, kamen mir Zweifel, ob ich das alles über viele Stunden am Tag und mehrere Wochen lang tragen kann und möchte.

„Ich wandere nicht mit dem Rucksack“ ist die Erkenntnis. Da habe ich zu viel Angst, dass mir ein schmerzender Rücken die Zeit und den Weg vermiest. Also brauche ich irgendein Transportmittel für das Gepäck. Einen Bollerwagen, eine Karre oder irgendwas, das ich vernünftig hinter mir herziehen kann.

Reinhold Messner und Arved Fuchs hatten auf ihrem Fußweg durch das ewige Eis des Südpols Schlitten hinter sich hergezogen. Dieses Bild habe ich vor Augen, denn ich habe auch von dieser Expedition ein Buch gelesen. So etwas, nur auf Rädern, könnte ich gebrauchen. Vielleicht könnte ich auf so einem ziehbaren Vehikel, mit einer übergespannten Plane sogar schlafen und tatsächlich überwiegend in der freien Natur nächtigen. Ich habe noch keinen Schritt getan, fange aber an, mich schon ein bisschen wie diese Abenteurer zu fühlen. Die Zeit bis zu meinem Start war noch lang genug, um sie mit solchen abwegigen Gedanken zu füllen.

Die Suche nach einer rollbaren Bett-Kleiderschrank-Kombination, in der ich mich wochenlang aufhalten könnte,

habe ich dann doch recht klein gehalten. Im Internet war ich nicht fündig geworden, und meine handwerklichen Fähigkeiten beschränken sich mehr auf das Grobe wie Abriss und Betonieren und sind nicht so sehr in Sachen Schweißen und Schrauben zu finden, als dass ich mir irgendwas Brauchbares zusammenbauen könnte. In klaren Momenten mit einer realistischen Einschätzung für das Machbare musste ich also meine Abenteurerphantasien immer mal wieder ein wenig zurechtstutzen.

So ist mein Begleitfahrzeug ein dreirädriger Babyjogger geworden, mit einer breiten Griffstange, um diesen bequem vor mir herschieben zu können. Für weniger als 100 Euro habe ich mir den roten, umbaubaren Fahrradanhänger, in dem zwei Kinder mit jeweils maximal zwanzig Kilogramm Körpergewicht Platz finden könnten, über das Internet bestellt. Fernostqualität macht den günstigen Preis möglich, was sich nicht lange nach dem Start noch als Problem herausstellen sollte.

Ein bisschen daran herumgebastelt habe ich dann aber trotzdem noch. Mit ein paar Schrauben und Blechlaschen bekam die Griffstange der Chinakarre auf der rechten Seite ein Metallklemmbrett als Landkartenhalterung. Von meinem Fahrrad habe ich die Trinkflaschenhalterung abgeschraubt und an der linken Seite der Griffstange auf halber Höhe angebracht. Auch links habe ich neben dem Hinterrad eine kleine Konsole aus einem Kloben eines Torscharniers angebracht, als Fußpunkt für eine Befestigung eines mittelgroßen Sonnenschirms, der, wie sich im Laufe der Tour herausstellen sollte, ausschließlich als Regenschirm zum Einsatz kam. An den verbliebenen Stellen der Griffstange, die ich nicht zum Festhalten und Schieben benötigen würde, fand noch das GPS-Gerät, sowie eine Halterung für ein Schloss Platz. Zu guter Letzt und mehr aus Spaß als in der Erwartung eines großen Nutzens, habe ich dann noch eine kleine Fahrradklingel montiert.

Mit jedem weiteren kleinen Utensil, das ich an die Karre hinzu fummelte, habe ich mich mehr und mehr wie ein kleines Kind im Spielzeugladen gefreut, denn am Ende hatte ich mir doch irgendwie ein Unikat zusammengebastelt. Allerdings hatte ich auch so viel Gewicht an die etwas nach hinten heraus ragende Haltestange angebracht, dass die Karre nun im Leerzustand nach hinten umkippte. Ich bin also doch nur ein mittelmäßiger Schrauber, wenngleich das Ergebnis filigraner geworden ist als Betonieren und Abriss hätten vermuten lassen.

In den letzten Wochen vor meinem 50. Geburtstag und in den Wochen danach stieg die Vorfreude, dass es bald soweit ist.

In den letzten Tagen kamen dann die Unsicherheit und die Angst. Ich werde mein Wohnumfeld für die nächsten acht Wochen auf ungefähr drei Quadratmeter beschränken, Zelt und Babyjogger zusammen genommen. Kann ich das? Werden meine Knochen eine geplante 1.500 Kilometer lange Route mitmachen? Wann tut die immer mal wieder zwickende Ferse oder die nicht ganz schmerzfreie linke Seite, Knie und Hüfte, so sehr weh, dass es keinen Spaß mehr macht? Habe ich den Mund zu voll genommen, mein Vorhaben allen und jedem zu erzählen, ob sie es hören wollten oder nicht? Ich werde es schon bald sehen. Erstmal gilt: tu es jetzt, sonst tust du es nie!



## **Dienstag 30.05.2017: Ludwigsburg bis Breitenauer See (42 km)**

Mein Gepäck hatte ich gestern den ganzen Tag über, so konzentriert wie möglich, zusammengetragen und in die einzelnen Taschen und Dry-Bags verpackt. Die Landkarten, die Reiseapotheke, alle elektronischen Kleingeräte und der Essensvorrat, gedacht für immer drei oder vier Tage, sind in Plastikboxen verpackt. Zelt, Schlafsack, die selbstaufblasende Isomatte, ein 10-Liter Wassersack und ein Skateboard liegen bereit.

Ab halb sieben Uhr heute Morgen packe ich alles zusammen in den Babyjogger, wie schon mal sicherheitshalber vorher geübt.

Die Idee ein Skateboard mitzunehmen kam mir erst in den letzten Tagen, und gekauft habe ich mir das Ding tatsächlich erst gestern. So richtig will ich es nicht zugeben, nicht einmal mir selbst gegenüber, aber der Grund für das Skateboard ist eindeutig die Angst, ausschließlich fußläufig nicht klar zu kommen. Vielleicht kann ein Skateboard etwas Abwechslung verschaffen und einige Kilometer Weg ohne Anstrengung ermöglichen.

Ausprobiert habe ich eine Fortbewegungsmethode mit Babyjogger und Skateboard natürlich nicht, das Brett gibt es ja erst seit gestern. Der Gedanke ist, mich an der Griffstange des Babyjoggers festzuhalten und es, auf dem Skateboard stehend, einfach rollenzulassen, falls meine Beine nicht mehr laufen wollen. Ob das klappt und eine gute Idee ist wird sich erst zeigen, wenn ich mich damit nicht sofort auf die Klappe lege. Als Kind konnte ich immerhin sehr gut Skateboard fahren und das ist ja gerade erst 40

Jahre her. Falls es nicht funktioniert kommt das Ding eben gleich in den Müll.

In diesem Moment fängt es an zu regnen. Meine Frau, die wie immer um 6:00 Uhr aufgestanden ist und ganz normal zur Arbeit muss, sagt zu mir „der Himmel weint“, und bei unserer Verabschiedung kurz danach, glaube ich auch bei ihr in den Augen ein paar Tränen zu sehen.

Unsere kleine Tochter Nina muss kurz danach aus dem Haus zur Schule. Sie drückt mich herzlich und länger als für ihre Pubertät üblich.

„Viel Spaß. Wobei ich nicht weiß, wie das Spaß machen kann“ ist ihr trockener Kommentar.

Maja, die eigentlich ausschlafen könnte, da sie gerade die Abiturprüfungen hinter sich gebracht hat und nur noch sporadisch in die Schule muss oder geht, wollte auf jeden Fall von mir zum Abschied geweckt werden. Etwas verschlafen drückt auch sie mich kräftig und küsst mich.

7:45 Uhr. Ich bin tatsächlich losgelaufen. Ich hatte die Karre vorher nie voll beladen zur Probe geschoben und so ist mein erster Gedanke beim Start „Scheiße, das Ding ist schwer“. Augenblicklich schießt mir sofort wieder der Gedanke durch den Kopf, dass das Ganze vielleicht gar keinen Spaß machen wird und ich mich zu etwas zwingen muss, weil es jetzt kein Zurück mehr gibt, ohne dass ich mich lächerlich mache. Als ich zum Carport-Tor raus auf den Gehweg vor unserem Haus komme, merke ich auch, dass meine Karre relativ breit ist mit dem quer über der Griffstange eingefädelten Oberteil meiner Sonnen- und Regenschirmkonstruktion. Immerhin hat es aufgehört zu regnen. Es sind sogar eigentlich fast ideale Wanderbedingungen: etwas bedeckt, leichter Wind und am frühen Morgen angenehme 20°C. In dem Wind flattert sogar die selbstgebastelte Fahne, die ich von meinen Kindern bekommen habe und die an der linken Seite der Karre in einer für eine dünne Fahnenstange vorgesehenen Tasche steckt. Die Bewegung der Fahne reicht aus, dass man den

Schriftzug auf der einen Seite „von der Oststadt ...“ und auf der anderen Seite „ ... an den Weststrand“ erahnen kann.

Nach zwanzig Minuten fängt es wieder an zu regnen. Kaum eineinhalb Kilometer unterwegs werde ich zum ersten Mal aufgrund meines kuriosen Erscheinungsbildes angesprochen. Auf einem relativ steilen kurzen Fußweg unterhalb des Ludwigsburger Krankenhauses steht ein kleiner Arbeitswagen von den Stadtwerken so im Weg, dass ich nur rückwärts - die Karre schiebt jetzt mich - und halb durch den Grünstreifen fahrend vorbei komme. Der zugehörige Bauarbeiter von den Stadtwerken spricht mich an.

„Haben Sie Ihr Haus dabei?“

„Das kann man so sagen“, entgegne ich. „Zumindest für die nächsten acht Wochen“.

Es entwickelt sich ein Gespräch über mein Vorhaben und mein Ziel. Aber ich halte das Gespräch absichtlich kurz, schließlich bin ich ja gerade erst losgelaufen, selbst wenn das etwas schade ist, denn der Mann scheint sehr nett zu sein.

Kurz danach, neben der Hauptstraße aus Ludwigsburg heraus, Richtung Norden an den Neckar herunter, kommt mir ein Typ breitbeinig wie John Wayne entgegen. Der Weg ist ähnlich schmal wie der vorherige Fußweg und der Typ macht keinen Millimeter Platz und rumpelt mit seiner rechten, geballten Faust gegen meine etwas auskragende Regenschirmkonstruktion. In Ordnung, es gibt also solche und solche auf meiner Reise zu treffen.

Unten am Neckar angekommen, auf jetzt sehr ebenem Gelände und einem breiteren Radweg den Fluss entlang, stelle ich fest, dass meine Karre zwar schwer ist, aber sehr gut rollt. Ich kann sie problemlos immer ein paar Meter vor schieben und in kurzem Abstand hinterher laufen. Leider muss ich jedoch auch feststellen, dass die Karre dabei immer etwas nach rechts abdriftet, sodass ich alle paar Meter auf die Griffstange drücken muss, um das Vorderrad

leicht anzuheben und den Fahrweg somit wieder nach links zu korrigieren. Hoffentlich ist das kein politisches Statement von der Karre, immerhin wird sie für die nächsten Wochen mein einziger, permanenter Begleiter bleiben.

Das Wetter ist inzwischen wieder sehr angenehm, langsam wird es deutlich wärmer. Zwischendurch schaue ich immer mal wieder kurz auf das Handy und beantworte auch die erste Whats-App der Familiengruppe. Um Viertel nach zwölf Uhr, keine viereinhalb Stunden nach meinem Start, kommt die erste geschäftliche Anfrage über mein Handy. Na klasse, denke ich mir. Ich bin gerade einmal einen halben Arbeitstag nicht im Büro und schon kommt das Büro zu mir.

In zwei Monaten werde ich rückblickend und wohlwollend alle Kontakte zu meiner Arbeitswelt zusammenzählen und auf die Zahl eins kommen. Diese Nachricht wird tatsächlich in der ganzen Zeit die einzige Verbindung zu meinem Job bleiben.

So gegen 15:00 Uhr stelle ich fest: es läuft echt super. Die Befürchtungen wegen der Ferse, des linken Knies und der linken Hüfte sind bisher unbegründet. Es tut noch nichts weh. Etwas unangenehm fühlt sich der linke Fußballen an. Am linken Fuß habe ich auch schon die Socke ausgezogen, da ich das Gefühl hatte, dass diese etwas scheuert.

Ich bin gut vorangekommen und nach meiner Wanderkarte müsste es noch gut eine Stunde bis zum Ziel, dem Breitenauer See sein. Eine gewisse Anstrengung kann ich zwar nicht verleugnen, aber das war auch nicht anders zu erwarten.

Dann das erste Malheur. Irgendwo verpasse ich eine Abzweigung im Wald, und als ich das zirka drei Kilometer weiter an einem Schild bemerke, das mir sagt: „Breitenauer See: 9,6 km“ anstatt der erwarteten drei bis vier Kilometer, ist es auch schon zu spät umzudrehen.

Vorhin stand am Wegesrand ein dicker Mann und war gerade dabei gegen einen Baum zu pinkeln. Ich wollte diskret sein und war selbstverständlich ohne anzuhalten an

ihm vorbei gelaufen, obwohl der Platz ein ganz bisschen wie eine Waldwegekreuzung aussah. Jetzt fällt mir auch ein, dass ich etwas abseits im Augenwinkel einen Range Rover oder so ein ähnliches Fahrzeug wahrgenommen habe. Wahrscheinlich hat der Pinkler seinen beschissenen Wagen genau an dem Abzweig geparkt. Ich habe, um nicht aufdringlich zu wirken, nicht hingeschaut und vermutlich genau an dieser Stelle den richtigen Weg verfehlt, fluche ich vor mich hin.

Ich laufe also weiter. Inzwischen bin ich in den Löwensteiner Bergen unterwegs, und so fühlt es sich auch an. Es ist bergig und steil. Nach einer guten Stunde komme ich an der nächsten Wegekreuzung vorbei, diesmal unübersehbar und sogar beschildert. Links geht es nach Löwenstein herunter. Durch meinen Umweg muss ich da erstmal hin, um dann, an der Straße entlang nach Norden, zum Breitenauer See zu kommen. Der Waldweg ist ein Mountainbike-Trail und alles andere als gut geeignet für meine inzwischen schmerzenden Füße und die schwere Karre. Mehrfach komme ich fast ins Rutschen und das Bergab ist nicht weniger anstrengend als der vorherige Anstieg. Mit fröhlichem Wandern hat dieser Weg nichts mehr zu tun. Langsam wollte ich unterwegs sein, aber das hier ist eine elend lange und langsame Quälerei. Und das gleich am ersten Tag. Dass meine Tour körperlich anspruchsvoll werden würde, war klar, aber dass ich gleich zu Beginn an meine Grenzen komme, darauf war ich nicht vorbereitet.

Am Campingplatz angekommen, laufe ich, zu allem Überfluss, auch noch falsch herum um den sehr großen, eingezäunten Platz und umründe diesen dabei fast komplett, bis ich an der Rezeption herauskomme. Es ist inzwischen 18:00 Uhr geworden. Vor drei Stunden war ich noch bester Dinge. Jetzt bin ich gehörig platt. Ich habe mir durch eigene Blödheit gleich am ersten Tag 42 Kilometer angetan. Ab dem Nachmittag ist es schwülheiß geworden, und ich konnte gar nicht so viel trinken, wie die Flüssigkeit

wieder aus mir herausgelaufen ist. Durch die enorme Anstrengung habe ich wenigstens den ganzen Tag über meine Zweifel von gestern ausgeblendet. Aber so kann es nicht weitergehen. Ich war ohne besondere Vorbereitung über zehn Stunden unterwegs. Noch so ein Tag und ich kann gleich wieder umdrehen.

Von Westen her nähern sich am Himmel dicke Gewitterwolken. Ich bin körperlich im Eimer und das herannahende Gewitter kommt mir als Ausrede ganz gelegen, nicht gleich die erste Nacht in meinem Minizelt zu verbringen. Der Campingplatz am Breitenauer See bietet unter anderem Holzhütten als Übernachtungsmöglichkeiten an und eine solche, in Weinfassform, gönne ich mir als Schutz für die erste Nacht, anstelle meines kleinen Wurfzeltes.

Das Gewitter lässt sich noch Zeit und diese nutze ich für ein schnelles Bad im See zur Abkühlung meiner dampfenden Beine und heiß gelaufenen Füße.

Frisch geduscht versuche ich mich anschließend in der noblen Chillout-Longe der Campingplatzgaststätte durch ein oder zwei Feierabendbiere wieder aufzupäppeln und mich sowohl körperlich als auch mental auf den zweiten Tag einzustimmen.

„Noch hast du nichts geleistet“, sage ich zu mir selbst und „stell dich nicht an wie eine Sissi“.

Gegessen wird der mitgeführte Proviant. Irgendwo muss ich ja sparen, wenn ich gleich für die erste Nobelübernachtung Geld im Unverstand ausgabe.



## **Mittwoch 31.05.2017: Breitenauer See bis Langenbrettach (18 km)**

Ich bin auf meiner lange entgegengefieberten Sommertour unterwegs. Ich muss mich um nichts kümmern, außer vielleicht ein bisschen um mich selbst. Ich habe alle Zeit der Welt. Eigentlich könnte alles perfekt sein. Ich hatte mir mit dem Holzfass gleich mal wirklich Luxus gegönnt und habe sehr gut geschlafen. Dem Campingplatz würde ich mindestens vier von fünf Sternen geben, das Wetter ist wieder spitze und gravierende verbleibende Blessuren vom gestrigen anstrengenden Tag kann ich nicht feststellen. In der Nacht hatte ich zwar leichte Schmerzen in der Leiste, aber das gibt es zu Hause im normalen Leben nach einer Stunde joggen auch immer mal wieder. Die zwei Blasen an den Füßen, jeweils unter den Fußballen, kann ich ignorieren, solange sie nicht schlimmer werden.

Aber leider ist nicht alles perfekt. Ich bin fahrig, nervös und habe ein mulmiges Gefühl im Bauch. Ich kenne dieses Gefühl. Vor 26 Jahren hatte ich mein Studium, nach dem sechsten Semester, für ein Jahr unterbrochen, um für ein gutes halbes Jahr zu arbeiten und Geld zu verdienen und dieses, in einem knappen halben Jahr, auf einer Weltreise wieder auszugeben. Ein Around-the-World-Ticket sollte mich in sieben Stationen einmal um den Globus bringen, und außer den Flügen hatte ich nichts weiter gebucht oder geplant. Zu Beginn kam dieses unguete Gefühl auch in mir auf und blieb ein paar Tage, soweit ich mich erinnern kann. Die große Reise ist dann damals irgendwann in ein unvergessliches Erlebnis umgeschlagen. Also erstmal Augen zu und durch. Aufgeben nach nur einem Tag kommt wirklich

nicht in Frage, wenngleich der Gedanke irgendwo ganz hinten im Kopf schlummert.

Ich wollte „entschleunigen“, genießen, ausspannen. Noch trifft das nicht zu. Ich wollte ganz egoistisch mich nur mit mir selber beschäftigen. Das trifft zu, und ich bin mehr mit mir beschäftigt als mir lieb ist.

Vom Breitenauer See aus geht es über einen zirka zwei Kilometer langen Feldweg ziemlich schnell nach Obersulm-Affaltrach hinein. Nach dem Dilemma von gestern mit dem ungewollten, zusätzlichen neun Kilometer langen Umweg habe ich mich entschlossen, mich heute von Anfang an von dem GPS-Gerät unterstützen zu lassen. Und gleich zu Beginn des Tages hätte ich ohne GPS nicht mal den richtigen Weg weg vom See gefunden. Der Nachteil der GPS-Anzeige ist, dass man durch die farblich unterlegte Route zum vorgegebenen Ziel, die Darstellung der Art des Weges nicht mehr erkennt. Ohne ausgewählte Route unterscheidet die Legende zwischen Straße, Feldweg, Schotterweg und unbefestigtem Weg und so weiter. Diesen Nachteil werde ich auf der zweiten Hälfte der heutigen Etappe zu spüren bekommen, als das GPS-Gerät mich ungefähr sechs Kilometer an einer viel befahrenen Landstraße ohne separaten Fußweg entlang führt. Zunächst geht es aber nach Affaltrach erstmal sehr schön über einen mehrere Kilometer langen Waldweg und dann über Feldwege bis Rappach. Beim Versuch, danach kleine Ackerwege abseits der Landstraße zu benutzen, lande ich in einer Sackgasse in eben diesem Acker. Eine Entschuldigung an den bäuerlichen Eigentümer des Ackers ist an dieser Stelle angebracht, denn mit der Sackgasse will ich mich nicht zufrieden geben. Auf dem weiteren Weg über den Acker fahre ich die äußere Reihe Rüben platt, bis ich nach einigen hundert Metern, wieder auf der Landstraße angelangt, dieser für den restlichen Weg bis Langenbeutungen den Vorzug gebe. Von Langenbeutungen bis Langenbrettach führt dann ein asphaltierter Radweg