

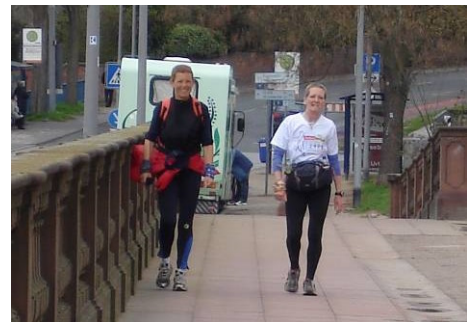
1. Rheinsteig Erlebnislauf - Ja, wer läuft denn da?

Man kann sich sicherlich die Frage stellen, wer sich einen Etappenlauf in acht Tagen über den gesamten Rheinsteig von Bonn nach Wiesbaden freiwillig antut. Von vielen werden solche Leute kopfschüttelnd als ausgeflippte Extremsportler oder einfach als Spinner gesehen, die nicht wissen, dass man diese Strecke ebenso in einer Stunde im ICE absolvieren kann. Ich will hier nur einige derjenigen erwähnen, die sich gegen den Zug entschieden haben.



Da war der spendenhungrige Kopf des Laufes, der allzeit seine Schäfchen mal zu motivieren, mal zu bändigen versuchte und mit nahezu perfekter Organisation einen tollen Rahmen für diesen Lauf schuf.

Die starke Frau an seiner Seite war der viel zitierte Hals des Kopfes, der zwar einiges zu schlucken hatte, aber den Kopf letztlich immer zur richtigen Seite drehen konnte.



Neben ihr war meist noch eine weitere, stets gut gelaunte Gesprächspartnerin zu finden, die sozusagen als Teil der Zweierkette das Feld nach hinten absicherte.



Der notorische Abkürzer, der stets die rheinsteigeigene Streckenführung zu optimieren versuchte.

Der laufende Botaniker, der wohl nie seinen Wetteinsatz bei der Pflanzenbestimmungs-1€-Frage verloren hat und der sich immer wieder auch als begabter



Rezitator von Gedichten und spontane Quelle von Ansprachen herausstellte.

Der abwärts rasende holländische Mitesser, der den Rheinsteig zwischen den Mahlzeiten quasi als langen Verdauungslauf nutzte.



Der Erfahrene mit dem transeuropäischen Laufstil, den die täglichen Distanzen wohl gerade mal warm werden ließen.

Der potentielle Deutschlandlauf-Teilnehmer, der wie ein Vampir die Erfahrungen der Deutschlandlauf-Veteranen aufsaugte und dabei unschuldige Mitläufer fast auch für eine Teilnahme am großen Lauf motivierte.



Der lustige Laufälteste mit den schnellen Beinen und dem jungen Kopf, der am Trinkrucksack nuckelnd die Berge hoch rannte.

Der erstaunlich schnell rennende Kameramann, der mal vorne, mal hinten Läufer und Umgebung filmte

und zwischendurch – scheinbar ganz nebenbei - wie ein junger Hund für hohes Tempo sorgte.



Der Mountainbiker, der für acht Tage ein Ultraläufer sein wollte und sich dann auf einer neu definierten, verkürzten Rheinsteig-Flachstreckenführung allein unterhalten musste.



Die Etappenläuferin, die so nebenbei zur Ultraläuferin mutierte und bereits die nächsten lauftechnischen Schandtaten plant.

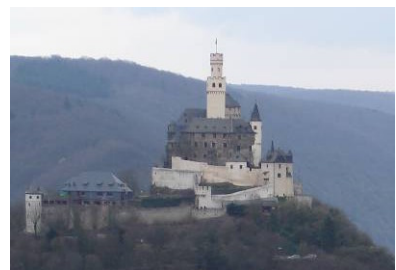
Der junge Hüpfher, der die Berge hoch rannte und nach einer Komplettentleerung am letzten Tag auch noch ruhiger wurde.

Ach so, und da war natürlich noch der Rheinsteig selbst, hoch und runter im direkten Wechsel, Stock und Stein, gerade Wege für kontinuierlichen Laufrhythmus waren selten gesehen.



Die Strecke war sehr gut markiert, wurde aber dennoch an einigen Stellen sicherheitshalber von uns nachgebessert.

Burgen Katz und Maus, viel Aussicht und Natur, tolles Wetter trotz April. Man hat allerhand gesehen, vieles über Mythen und Hintergründe gehört, einiges bleibt hängen, manches wird man wieder vergessen.



Was die ganze Sache vor allem rund gemacht hat, waren die unterschiedlichen Charaktere, die acht Tage lang ein Band von Läufern gebildet haben, das sich teils lang gezogen, aber immer wieder zusammen gefunden hat. Alle waren am Schluss froh, dass der Rheinsteig ein Ende genommen hat, sind aber nun um eine schöne Erfahrung reicher und konnten hoffentlich auch etwas für diejenigen tun, denen krankheitsbedingt ein solches Erlebnis verwehrt bleiben wird.

Es war mir eine Freude, euch alle kennen gelernt zu haben und ich kann mir keine bessere Kulisse als den Rheinsteig dafür vorstellen.