

„Es wird für uns gekocht, das Obst ist frisch“

Wanderevent „Extrem, Extrem“: An den Verpflegungsstationen tanken die Wanderer neue Kraft

Diemelsee-Schweinsbühl – „Extrem, Extrem“, das große Wanderevent am Diemelsee, fordert von den Teilnehmern neben der körperlichen Fitness mentale Stärke, eine optimale Ausrüstung und vor allem Durchhaltevermögen. Um vom Start in Heringhausen nach 153 Kilometern quer durchs Land wieder, wenn auch müde, aber doch gesund und fit dort anzukommen, sorgen neun Verpflegungsstationen für Getränke, Obst, kleine und große Mahlzeiten, um die Energietanks der Wanderer wieder aufzufüllen. Möchte sich jemand etwas intensiver ausruhen, kann er sogar ein Feldbett benutzen.

Nach 88 Kilometern, mehr als 24 Stunden und der ersten durchwanderten Nacht im Gelände, fühlt sich Ralf Jahn aus Soest noch sehr frisch. „Ich bin schon siebenmal 100 Kilometer gelaufen, gerade erst am vergangenen Wochenende. Das ist meine zweite Extremwanderung, da lernt man, mit den Kräften umzugehen. Nach den ersten Stunden denke ich ohnehin nur noch von einer Pausenstation zur nächsten, um ein kleineres Ziel vor Augen zu haben“, sagt er. Die Organisation am Start, an der Strecke und vor allem hier, wenn man sich ausruhen möchte, sei einmalig. „Es wird für uns gekocht, die Brote und Brötchen sind, wie das Obst, frisch.“



Freiwillige Helfer, Wanderer und das Organisationsteam finden sich, wie hier in Schweinsbühl, für das große Wanderevent am Diemelsee zu einem perfekten Team zusammen.

Für die Zufriedenheit der Wanderer und einen reibungslosen Ablauf sind an den drei Eventtagen 210 freiwillige Helfer aus allen beteiligten Orten im Einsatz. Sie garantieren, dass jeder Teilnehmer sich nach dem Start am Donnerstag ab 19 Uhr bis Samstag 12 Uhr mittags immer auf eine Versorgung verlassen kann.

Heike Henning ist zum vierten Mal dabei, wir treffen sie in Schweinsbühl. „Wir sind, wie al-

le auf den Stationen, ein gut eingespieltes Team. Wir schlafen alle wenig, aber haben viel Spaß miteinander und mit den Gästen. Die Wanderer sind ein eigenes, nettes Völkchen. Ich habe schon viele schöne Gespräche mit spannenden Geschichten führen können.

Klaus Hamel, der mit Andrew Kasper das Organisationsteam stellt, freut sich, wenn er solche Rückmeldungen bekommt.

„Wir haben hier etwas geschaffen, was wir vor sieben Jahren nicht geahnt haben – und das liegt vorwiegend an den Stationen. Hier gibt es keine Routine, keine langweilige Abfertigung, keinen Kommerz, hier sind alle mit Herzblut dabei“, sagt Hamel. Er selbst hat, wie beinahe alle, die hinter den Kulissen arbeiten, seit dem Start gerade mal drei Stunden geschlafen. Er geht gut gelaunt davon aus, dass bis zur Ziel-



Olaf Nalik und Ralf Jahn haben sich auf der Strecke kennengelernt und gehen gemeinsam weiter. FOTOS: BARBARA LIESE

feier nicht viel mehr werden. Wanderer sind, das lernt man schnell, Individualisten mit viel Gemeinsinn. Jeder hat eigene Strategien, Techniken und praktische Methoden, den langen Marsch zum Ende zu bringen. Sie starten als Einzelpersonen und finden sich wie selbstverständlich zu verschiedenen Gemeinschaften zusammen. Der Willinger Olaf Nalik hat erst vor zwei Jahren mit dem Sportwandern

begonnen und schätzt die Hilfsbereitschaft untereinander sehr. „Ich bin zweimal den Uplandsteig-Marathon gelaufen und immer mit guten Tipps und Ideen nach Hause gekommen. Ich habe mein Equipment verbessert. Man lernt, was guttut und was man benötigt. Man muss einfach gut gerüstet sein, denn was auf der Strecke passiert, kann man nicht beeinflussen. Und das Wetter ist, wie es ist.“ **BARBARA LIESE**