

# RHEINLAND-PFALZ

## 24 Stunden wandern: Ein Selbstversuch

**EXTREM-BENEFIZ** 72 Kilometer bezaubernder Hunsrück zugunsten Human Help Network und der Soonwaldstiftung

Von Friedrich Roeingh

**HENNWEILER.** Was treibt Menschen an, 24 Stunden lang zu wandern über 72 exakt vermessene Kilometer? Ist es die Suche nach der sportlichen Grenzerfahrung, in einer Zeit, in der kaum noch ein Mensch in den befreundeten Genuss körperlich harter Arbeit kommt? Ist es eine Art Übermut, sicheres Terrain zu verlassen und mit der Möglichkeit des Scheiterns zu spielen?

Das Scheitern kann ich bei diesem Selbstversuch nicht ausschließen. Ich habe es einkalkuliert – um ihm doch möglichst aus dem Weg zu gehen. Aber wer kann schon sagen, ob die Beine, ob der Körper noch mitspielen, wenn es nach 50 gewanderten Kilometern um 24 Uhr auf eine

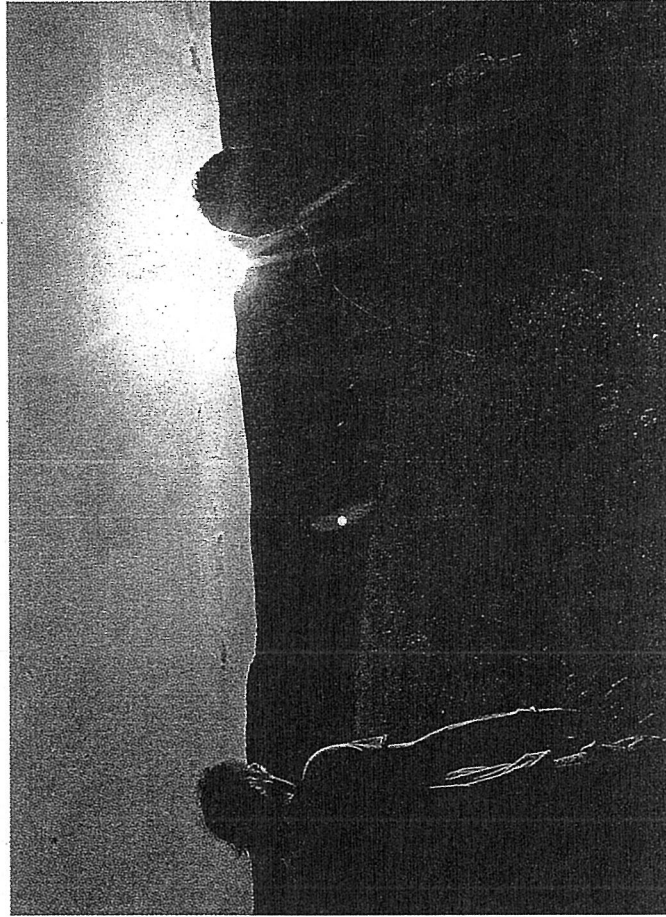
22. Kilometer lange Nachtetappe geht? Die Müdigkeit macht mir am meisten Sorge. Vorzuschlafen hat erwartungsgemäß nicht geklappt.

„24 Stunden von Rheinland-Pfalz“ nennt sich dieser sehr gut organisierte Extrem-Benefiz-Lauf, den der Chef des Mainzer Unterhauses, Ewald Dietrich, aus der Taufe gehoben hat. Die 265 Teilnehmer an dieser Premiere stützen einen oder mehrere Euro für jeden erlaufenen Kilometer – unseren späteren kleinen Irrweg müssen wir aber nicht nachzahlen. Nutznießer sind die Soonwaldstiftung und Dietrichs Afrika-Hilfe Human Help Network.

### Bezaubernde Strecken

Die Lützelsohnhalle in Hennweiler im Herzen des Hunsrücks ist der Ausgangspunkt für drei anspruchsvolle, aber bezaubernde Wanderstrecken. Auf dem „Wandermarktplatz“ vor der Halle können wir uns nach jeder Etappe stärken und Kraft tanken, während RPR1 eine willkommene Dorfdisco für die Hunsrückjugend aufführt: Volksfeststimmung, die Städter sind da!

Die kommt zum Start morgens um 8 Uhr noch nicht auf 33 Kilometer stehen bei dieser Tages-schleife an. Ein Bachlaufweg nach dem anderen, durch Hah-



**Sonnenuntergang gegen 22.30 Uhr auf den Hunsrückhöhen zwischen Karlshof und Hennweiler. So langsam werden die Füße platt. 46 Kilometer sind absolviert, 26 sind noch zu leisten.** Foto: Friedrich Roeingh

ins Gespräch, die von Beginn an so etwas wie eine Schicksalsgemeinschaft „verbindet. Unabgesprochen treffe ich unter anderem auf einen Sportkollegen vom Wiesbadener Kurier, den Wirtschaftsprüfer der Verlagsgruppe Rhein Main, einen ehemaligen Mitläufer aus dem AZ-(Halb)Marathonteam und Isabell, 35, bei der sich später während der

Nachtwanderung herausstellt, dass sie bei der Verlagsgruppe Rhein Main vor gut zehn Jahren eine Ausbildung absolviert hat. Viele Teilnehmer haben sich allerdings überschätzt. Die ersten Wochenendwanderer werden schon bei Kilometer 27 schwach. Sie lassen sich vom Forellenhof nach Hennweiler zurückfahren. In die Nachtwanderung steigen

herausstellt, dass sie bei der Verlagsgruppe Rhein Main vor gut zehn Jahren eine Ausbildung absolviert hat. Viele Teilnehmer haben sich allerdings überschätzt. Die ersten Wochenendwanderer werden schon bei Kilometer 27 schwach. Sie lassen sich vom Forellenhof nach Hennweiler zurückfahren. In die Nachtwanderung steigen

später nur noch gut 100 Wanderer ein, die dann allerdings alle durchhalten. Der Shuttlebus am Lagerfeuer nachts um 3.30 Uhr kann unverrichteter Dinge wieder zurückfahren. Wer es bis hierher geschafft hat, der steigt nicht mehr aus.

Mir haben die beiden Halbstundenschlafs auf den Sportmatten in der neonbeleuchteten Lützelsohnhalle die Kraft zum Durchhalten gegeben. Die erste Viertelstunde der Nachtetappe ist allerdings grausam. Die Wanderstöße verhindern später, dass die Beine weiterlaufen; der Oberkörper aber einschlafen könnte. Der spektakuläre Sonnenaufgang beim Teufelsfels entschädigt für alle Strapazen, wogegen die letzten Kilometer einfach nur grau-sam sind. Geschafft im doppelten Wortsinn. Dieses Glücksgefühl, sich selbst besiegt zu haben – das weiß ich jetzt schon – wird für mehrere Tage vorhalten.

### DREI ETAPPEN

- **Tages-schleife mit Wasser-erlebnispfaden**, ca. 33 km, 8 Uhr bis 16.45 Uhr.
- **Dämmerungsschleife über Schloss Dhaun**, ca. 17 km, 18 Uhr bis 22.45 Uhr.
- **Nachtschleife mit Sonnen-aufgang am Teufelsfels**, ca. 22 km, 24 Uhr bis 6.45 Uhr.



**Frisch und zuversichtlich am Start: Chefredakteur Friedrich Roeingh.**