



Zwei Schweizer zu Fuss durch die USA

Der Trail zum Glück

Der Pacific Crest Trail führt von der mexikanischen Grenze quer durch die USA bis nach Kanada und ist damit der längste zusammenhängende Wanderweg der Welt. Philippe Ackermann und Wanda Buholzer machten sich auf, die über 4300 Kilometer innert fünf Monaten zu durchwandern.



Die Landschaft präsentiert sich auf dem über 4000 Kilometer langen Pacific Crest Trail in enormer Vielfalt.

TEXT UND FOTOS: PHILIPPE ACKERMANN

14

Es ist noch früh am Morgen, die ersten Sonnenstrahlen erscheinen auf den Hügelkuppen. Die Wüste zieht an uns vorbei. Die letzten Kilometer führen auf einer staubigen und holprigen Piste an die mexikanisch-amerikanische Grenze in der Nähe von San Diego, Kalifornien. Der Taxifahrer bringt uns zu unserem Ziel, Campo.

Es ist ein seltsames Gefühl, an dem Ort zu sein, für den wir so lange hingearbeitet haben. Die weissen Pfosten des PCT-Monuments stehen vor uns. Sie leuchten in der Morgensonne, direkt vor dem Stacheldrahtzaun, der die Grenze markiert. PCT steht für Pacific Crest Trail, den Fernwanderweg von der mexikanischen bis hin zur kanadischen Grenze. Nur wenige Buchstaben und eine magische Zahl sind im Monument eingraviert: Mexico-Canada, 2627 miles!

In den nächsten fünf Monaten wollen wir die USA durchqueren, zu Fuss. Über 4300 Kilometer und 160 000 Höhenmeter liegen

vor uns. Der PCT ist der längste zusammenhängende Wanderweg der Welt, ein ununterbrochenes Band von Mexiko bis nach Kanada. Seinen Namen verdankt er dem westlichsten Gebirgszug der USA, der sich parallel zur pazifischen Küste durch Kalifornien, Oregon und Washington zieht.

Von Sizilien bis zum Nordkap

In San Francisco treffen wir die letzten Vorbereitungen. Auf unserer Liste stehen 450 Kilogramm Lebensmittel. Das Essen verteilen wir in 27 Versorgungspakete. Unsere Bekannten in San Francisco senden die Pakete gestaffelt an Poststellen nahe dem Trail. Einige Poststellen liegen direkt am Trail, andere werden wir nur per Anhalter erreichen. Die Route ist klar, der Zeitplan straff, nur fünf Monate bleiben uns für die gesamte Durchquerung. Wenn der erste Schnee fällt, bevor wir in Kanada sind, können wir die Gesamtdurchquerung vergessen.

Im «Zeitraffer» sieht die Strecke so aus: Zuerst schlängelt sich der Weg durch die

Hügelketten des «Chaparral», eine Wüste aus Stein und Sand. Danach folgt die menschenverlassene Bergwelt der San Jacinto Mountains, und weiter geht der Trail durch Teile der Mojawewüste mit ihren haushohen Joshua Trees. Der Wüstenhitze folgt die High Sierra, eine atemberaubende Gebirgswelt, vorbei an den höchsten Gipfeln der USA. Der Weg führt durch die bekanntesten Nationalparks Kings Canyon und Yosemite Park. Hunderte Kilometer folgt der Trail den Hügelketten Nordkaliforniens. Er durchquert die endlosen Wälder Oregons und den Crater Lake National Park. Riesige Vulkane, die ganzjährig unter dicken Eispanzern liegen, weisen den Weg Richtung Norden. Nach Plan erreichen wir im Herbst den letzten Staat, Washington. Kalte Herbstnächte und eine stechende Sonne erschweren das Überqueren der vielen Pässe, bevor unser Ziel in Reichweite kommt, die magische Grenze – Kanada. Total eine Distanz von Sizilien zum Nordkap.

Wassermangel und Klapperschlangen

Der erste Tag führt uns nach Lake Morena. Ein langer 32-Kilometer-Hike ohne Was-

serstelle. Nach der ersten Begegnung mit einer Klapperschlange erreichen wir entkräftet unser Camp. Am Abend sitzen wir vor unserem Zelt und schauen reglos in die Ferne. Unsere Gedanken kreisen nur um ein Thema: Ist es möglich, über 4300 Kilometer weit zu gehen? Wir sind schon nach den ersten flachen 32 Kilometer total am Ende. Wie kamen wir auf eine so verrückte Idee, eines der grössten Länder der Welt zu durchqueren – und das alles zu Fuss? Im Jahr 2003 sahen wir die Dia-Show eines Schweizer Paares, das den PCT-Trail begangen hat. Und schon nach den ersten Bildern war für uns klar: das machen wir auch. Nun liegen wir kaputt in unserem neuen Zuhause, einem kleinen grünen Zelt.

Nach einigen Tagen mit Blasen an den Füssen und schmerzenden Schultern haben wir uns eingelebt auf dem Trail. Die Wüste ist ein faszinierender Ort, voller Leben. Blühende Kakteen, harte Gräser, das Geheul der Kojoten in der Nacht und Sand soweit das Auge reicht. Die Hitze und die Trockenheit machen uns zu schaffen. Sturmwinde mit über 120 km/h holen uns

nachts aus dem Zelt, Abschnitte von bis zu 40 Kilometer ohne Wasser beanspruchen unseren Körper. Am einem Hitzetag mit 47 Grad Höchsttemperatur und einem Abschnitt von 40 Kilometer ohne Wasser kommen wir völlig dehydriert zur nächsten Wasserquelle. Wir trinken je sieben bis acht Liter Wasser. Unsere Körper saugen die Flüssigkeit auf wie ein Schwamm.

Nach sechs Wochen und 1075 Kilometer Wüste liegen die ersten Schneeberge der High Sierra vor uns. Bisher kreuzten 18 Klapperschlangen unseren Weg, sie sorgen immer wieder für Aufregung. Wir queren die grünen Wiesen. Seit Wochen hören und sehen wir den ersten grossen Gebirgsbach, und was für ein herrliches Gefühl, wieder Barfuss im Gras zu gehen.

2000 bis 3000 Höhenmeter täglich

Der Trail führt uns höher und höher hinauf in die raue und einsame Gebirgswelt der High Sierra. Immer wieder verschwindet der Weg unter riesigen Schneefeldern. Seit einer halben Stunde suchen wir den Weg, unser Höhenmeter zeigt schon 3900 Meter.

Wir sollten bald auf dem höchsten Punkt des PCT stehen, doch vor uns ist nur eine riesige Geröllhalde. Nach längerem Suchen erkenne ich links von uns den schmalen Pfad. Er führt in einen steilen Felseinschnitt hinein. Mit unseren schweren Rucksäcken balancieren wir über ein Felsband, um wieder auf den Trail zu gelangen. Unter uns geht es mehrere Hundert Meter steil nach unten. Vorsichtig tasten wir uns Meter um Meter nach vorne. Die Luft ist spürbar dünner in diesen Höhen. Nach langen Minuten stehen wir wieder auf dem Trail. In spitzen Kehren führt der Weg auf den Forrester Pass. Der höchste Punkt des PCT, 4017 Meter über Meer. Wir geniessen das herrliche Panorama und schauen zurück nach Mexiko, das schon weit hinter uns liegt.

Ein Lächeln liegt auf unseren Lippen, einen ersten harten Teil haben wir geschafft, doch immer noch weit weit vor uns liegt Kanada – ob wir es je schaffen? Auf der Nordseite des PASSES ist alles zugeschnitten. Wir müssen rund 1000 Meter absteigen, um einen Platz für unser Zelt zu finden. ➡

15



Eine seriöse Vorbereitung ist entscheidend

Tipps zur Planung des PCT

16

Allgemein: Der gesamte Weg ist als Abschnittskarten im offiziellen Trail-Buch von Jeffrey Schaffer abgedruckt. Der Trail führt fast immer durch die Wildnis und nur selten direkt durch Ortschaften. Diese erreicht man nur per Anhalter. In den meisten Ortschaften gibt es gute Einkaufsmöglichkeiten. Zu begehnen ist der Trail sowohl von Norden wie auch von Süden. Für eine Gesamtwanderung an einem Stück empfiehlt sich ein Start im Süden, denn der Schnee im Norden verhindert einen frühen Aufbruch.

Highlights: Die Wüste mit den Kakteenblüten im Frühsommer, die Begegnung mit unzähligen Wildtieren wie Klapperschlangen, Bären, Kojoten, Wölfen und Hirschen. Besonders reizvoll ist die Durchquerung der sechs Nationalparks. Man lernt sie von ihrer unbekannteren und kaum erschlossenen Seite kennen. Es sind dies die Nationalparks Sequoia, Kings Canyon, Yosemite, Lassen Volcanic, Crater Lake, Mount Rainier.

Anreise: Erfolgt von San Diego, Kalifornien. Mit dem Taxi oder Bus nach Campo. In Kanada zuerst nach Manning Park und von da fahren täglich Busse nach Vancouver.

Proviand: Nüsse, Reis, Linsen, Pasta, Olivenöl und Schokolade, alles, was kompakt ist und dennoch sehr viele Kohlenhydrate, Eiweiss und vor allem viel Fett hat.

Bewilligungen/Permits: Für die Nonstopwanderer reicht ein Permit (Bewilligung) für alle Staaten. Wer jedoch nur Teile des Trails wandern will, braucht für alle Abschnitte separate Bewilligungen, die man in gewissen Gegenden schon lange im Voraus beantragen muss. Die genaue Anschrift entnimmt man dem Trail-Buch von Jeffrey Schaffer.

Gesundheit: Unsere Apotheke war sehr bescheiden: Starke Sonnencreme, Blasenpflaster für die Füße und eine Verbandsbinde für Notfälle. Ein Wasserfilter oder Wasserentkeimungstabletten sind ein Muss, wir haben nie ungefiltertes Wasser aus Bächen getrunken, denn Giardia, ein Parasit, ist ein weitverbreitetes Problem.

Ausrüstung: Das A und O ist eine leichte Ausrüstung. Die Hälfte von dem, was wir in der Schweiz als erforderlich betrachteten, genügt. Es ist möglich, mit 7,5 Kilogramm (inkl. Rucksack, ohne Essen) den Trail zu gehen. Leichte Schuhe, etwa zwei Nummern grösser als gewohnt, denn die Füsse dehnen sich aus. Schlafsack, Zelt und eine gute bequeme Matte, das Mehrgewicht zahlt sich in der Nacht aus, denn die Erholung ist sehr wichtig. Ein kleiner Spritkocher mit einer 2-l-Pfanne. Kleider von +45 bis -10 Grad. Die Kleider können gestaffelt zu den Poststellen vorausgeschickt werden. Die Ausrüstung kauft man am einfachsten gleich in den USA. Adressen von Anbietern: www.rie.com, www.golite.com, www.globetrotter.de, www.eiselinsport.ch

Kosten: Der Trail ist sehr günstig. Die meiste Zeit schläft man im Zelt. Wir haben für Essen und Übernachtungen in den Motels rund 6000 bis 7000 Franken pro Person gebraucht für fünf Monate in den USA. Der grösste Kostenpunkt ist die Anreise und die Ausrüstung. Je leichter und funktioneller das Material, desto teurer wird es.

Organisation/Vorbereitung: Nur für Individualreisende, es gibt keine geführten Touren. Die Vorbereitung nimmt enorm viel Zeit in Anspruch. Die Bücher von Jeffrey Schaffer (nur in Englisch erhältlich) bieten die genauesten Informationen über den gesamten Wegverlauf. In den Büchern sind sämtliche Informationen aufgeführt wie Wasserstellen, Wegkreuzungen und Camp-Möglichkeiten.

Beste Hilfe bieten auch die Bücher von Wilderness Press: *Data Book: 0-89997-369-8*, *Town Guide: 0-96664161-6-3*, *Jeffrey Schaffer, Buch 1-3: 0-89997-316-6*

Infos zum Trail: www.pcta.org. Auf der Homepage hat es auch immer wieder sehr hilfreiche Tipps in den «Trail-Journals» von Hikern, die den Trail schon gegangen sind. www.pcta.org/planning/after_trip/journals.asp Weitere Bilder, Geschichten und Infos zur Reise auf der Homepage des Autors unter: www.pct-wanda-philippe.ch. Bei Fragen und für Beratungen stehen Philippe und Wanda gerne zur Verfügung

Heute wird es spät am Abend, wir laufen bis um 21.30 Uhr. In der High Sierra müssen wir die Tagesdistanz auf 20 bis 25 Kilometer reduzieren. Kilometer lange Schneefelder kosten uns enorm Kraft, immer wieder sinken wir bis zu den Hüften ein. Der Trail führt uns von einem Pass auf den nächsten, 1000 bis 1200 Höhenmeter hinauf und auf der anderen Seite wieder herunter. Über drei Wochen laufen wir auf einer Höhe zwischen 3000 und 4000 Meter, rund 2000 bis 3000 Höhenmeter jeden Tag.

In den meisten Fällen ist der Trail ein Wanderweg von rund einem halben Meter Breite, leicht zu finden und gut zu gehen. Auch in den Höhen der High Sierra sind keine Kletterkenntnisse nötig. Schwindelfrei hingegen sollte man schon sein. Der Trail ist in sehr gutem Zustand in Anbetracht der enormen Länge. Dafür sorgen hunderte freiwillige Helfer, die verschüttete Abschnitte wieder freilegen und den Trail instand halten.

Die Schneeschmelze hat schon begonnen, die Flüsse sind randvoll mit Wasser. Brücken gibt es hier nur selten. Wir balancieren über Baumstämme, springen von Stein zu Stein. Vielfach müssen wir durch die Flüsse hindurch waten. Nach wenigen Schritten verlieren wir durch das eiskalte Wasser das Gefühl in den Beinen. Wir stützen uns mit den Laufstöcken gegen die starke Strömung. Das Wasser reicht teilweise bis zu den Hüften. Wenn Hiker verunfallen, ist es meistens in den Flüssen oder beim queren der steilen Schneefelder.

Die Zeit in der High Sierra gehört zu den Höhepunkten unseres Abenteuers. Immer wieder finden wir herrliche Camp-Plätze an einsamen Bergseen. Nach dem feuerroten Sonnenuntergang sitzen wir vor dem Zelt, schauen in den grandiosen klaren Sternenhimmel und geniessen die Stille.

Mit Pilzen oder ohne?

Die Landschaft wird flacher, wir kommen von der High Sierra herunter. Gestärkt von unserem Höhenttraining, können wir das Tempo und die Kilometerzahl wieder steigern. Einige Wochen laufen wir jeden Tag einen Marathon oder noch weiter. Unser Rekord: 56 Kilometer mit über 2000 Höhenmetern.

Der Wecker klingelt jeweils um 5.15 Uhr. Wir stehen auf, kochen heisses Wasser für einen Tee, bereiten uns ein Schweizer Müesli zu, räumen das Zelt ab, packen alles in die Rucksäcke. Um sieben Uhr laufen wir los, um zehn machen wir die erste Pause,

Der Start des Trails ist im Süden der USA an der mexikanischen Grenze, das Ende befindet sich im Norden an der Grenze zu Mexiko.

um zwölf suchen wir uns einen Platz für das Mittagessen. Wir können unser Menü wählen zwischen Reis, Linsen, Polenta und Pasta, mit Pilzen oder ohne, fünf Monate lang! Die ersten Tage und Wochen sind wir froh um jedes Essen, das wir unserem Körper zuführen können. Nach über zwei Monaten verziehen wir nur schon das Gesicht, wenn wir Polenta und Linsen hören. Und die letzten Wochen ernähren wir uns nur noch von Pasta und Reis. Wir versuchen das Essen mit allen möglichen Zutaten zu ergänzen, die wir zukaufen können und die sehr leicht zu tragen sind. Dörrengemüse, Saucenpulver. An einem Ruhetag gehen wir als Erstes in ein «Restaurant» und verdrücken als Vorspeise eine grosse Familien-Pizza, zwei bis drei Liter Cola und etwa zwei Kilogramm M & Ms! Nach dem Essen suchen wir uns ein Motel, geniessen die Dusche und gehen auf Gross-einkauf: Orangen, riesige Wassermelonen, Äpfel, Salat, Brot, Käse und zwei bis drei Kilogramm Glace. In einem Park, im Schatten unter den Bäumen, füllen wir unsere leeren Energiespeicher wieder auf.

Eine Stunde nach dem Mittagessen sind wir wieder am Laufen. Am Nachmittag gibt es meistens zwei kleine Pausen. Und ab 17.30 Uhr oder auch später suchen wir uns den nächsten Camp-Platz. Das wichtigste Kriterium: Wasser. Wir schlagen das Zelt auf, kochen das Abendessen und geniessen die Abendruhe. Neun bis zwölf Stunden sind wir jeden Tag unterwegs, laufen eine Marathon-Distanz nach der anderen mit einem Rucksackgewicht von rund 15 Kilogramm für Wanda bzw. 26 Kilogramm für mich. Alle vier bis sieben Tage legen wir einen Ruhetag ein. Wir fühlen uns gut, laufen im «Runners High» und fliegen über den Trail.

Eine sorgsame Bärenmutter und verheerende Waldbrände

Immer wieder hören wir die Geschichten von Bären. In weiten Teilen Kaliforniens müssen wir jeden Abend das Essen auf die Bäume binden, sonst kriegen wir in der Nacht Besuch von den Bären. Die dünne Zeltwand eignet sich kaum zum Schutz vor den faszinierenden Tieren.

An einem Tag läuft Wanda einige Minuten voraus. Als sie hinter einem Busch hervorkommt, hört sie ein Geräusch und bleibt erschrocken stehen. Eine ausgewachsene Schwarzbärin steht nur wenige Meter vor ihr. Etwas weiter vorn trottet ein junger Schwarzbär aus dem Gebüsch und blickt interessiert zu Wanda. Die Bärenmutter geht sofort in Angriffsstellung. Wanda



fühlt den Blick der Mutter auf ihr ruhen. «Es fühlt sich an, als würde die Bärin mich durchleuchten. Ich höre ihren Atem. Langsam senke ich meinen Blick zu Boden, nur nicht in die Augen schauen. Ich gehe ganz langsam zurück, Schritt für Schritt. Meine Knie werden weich. Sie schaut mich noch immer an. Das Jungtier ist in den Büschen verschwunden. Ich spüre die Kraft dieses mächtigen Tieres. Die Bärenmutter schaut nach ihrem Jungen. Dann dreht sie sich um und läuft davon. Nach einigen Metern dreht sie sich erneut zu mir um, noch einmal fühle ich diesen durchdringenden



18

Blick. Dann wendet sie sich ab und verschwindet im Gebüsch.» Als ich zu Wanda komme, sind nur noch die Spuren in der Erde zu erkennen. Es ist einer der intensivsten Momente auf dem Trail.

Wir erreichen den zweiten Staat, Oregon. 100 Tage und 2718 Kilometer waren wir in Kalifornien unterwegs. Mehrere Hundert Brände wüteten, weite Teile des Trails waren ausgebrannt. Immer wieder durchquerten wir verbrannte Waldstücke oder mussten wir grosse Umwege machen, um den Feuern auszuweichen. In den ersten Hundert Tagen hatten wir nur einen Tag Regen.

In verlassenen Gegenden treffen wir tagelang keinen Menschen. Wenn wir in die Nähe eines Touristen-Parks kommen, begegnen uns viele Wanderer. Die meisten von ihnen sind Tageswanderer oder «Section-Hiker.» Diese sind für einige Tage auf dem Trail unterwegs wie Karen und Fred aus Portland. Nahe dem Trail haben sie ein Ferienhaus und laden uns zu sich ein. Wir können duschen und uns zwei Tage bei ihnen ausruhen.

Wir freuen uns auf jeden Ruhetag. Legen uns ins weiche Bett, waschen die Kleider

und stehen lange unter der Dusche. Doch wenn wir dann in den Ortschaften unterwegs sind und alles in Unmengen vorhanden ist, Wasser und Essen, dann fühlen wir uns seltsam. Der Trail zeigt uns jeden Tag, mit wie wenig es möglich ist, glücklich zu sein. Obwohl die Belastung sehr gross ist, ist es jedes Mal wie ein «nach Hause kommen», wenn wir von einem Ruhetag zurück auf den Trail gehen und die nächsten paar Hundert Kilometer unter die Füsse nehmen. Das Laufen ist unser Zuhause geworden.

Immer wieder treffen wir andere PCT-Hiker. Einige sehen wir nur einmal, andere immer wieder. Mit einigen Hikern sind echte Freundschaften entstanden, die bis heute anhalten. Die meisten kommen aus den USA, wenige aus Europa: Italien, Belgien, Deutschland. Einen Schweizer haben wir natürlich auch getroffen – kurioserweise aber erst in der Schweiz. Daniel ist Biologe aus Zürich. Auf dem Trail haben wir uns nie getroffen, wir hörten nur immer wieder durch andere Hiker voneinander. Das «Busch-Telefon» unter den Hikern funktioniert sehr gut. Immer sind wir informiert, wer in etwa mit wem wo ist und wie es ihnen geht. Und sehr wichtig sind die Informationen über den Zustand des Trails.

Gefährliche «Brücke»

Die nächsten Wochen führen durch die unendlichen Wälder Oregons. Tannen, so weit das Auge reicht. Inmitten der Wälder finden wir immer wieder Seen mit Millionen Moskitos. Die grösste Plage auf dem Trail! In Oregon kippt das Wetter. Es beginnt zu regnen. Nach dem Withe Chuck River stehen uns die schwierigsten zehn Kilometer bevor. Über 400 Bäume liegen kreuz und quer auf dem Weg. Ein Unwetter hat vor Jahren den Abschnitt heimgesucht. Die Stämme sind rutschig. Einige haben einen Durchmesser von zwei Metern und mehr. Wir klettern über die Stämme, kriechen unten durch oder suchen uns eine Weg durch das dichte Unterholz. Für die zehn Kilometer brauchen wir Stunden. Endlich erreichen wir den Suiattle Creek. Schon seit Wochen hören wir von diesem Fluss und von der Brücke über den Fluss.

Der Ausdruck «Brücke» ist masslos übertrieben. Nur ein schmaler Stamm führt über den reissenden Fluss, 40 cm breit, fast 20 Meter lang, drei Meter über dem schäumenden Wasser und glitschig vom vielen Regen. Laut poltern die Steine im Fluss, die von den grauen Wassermassen mitgerissen werden. Wer da hineinfällt, der kommt nicht mehr raus. Langsam balancieren wir

über den Stamm, nur nicht ausrutschen, das Wasser zischt und spritzt unter uns. Wir gehen Schritt für Schritt, nach langen Sekunden erreichen wir das Ende des Stammes. Erschöpft machen wir eine Pause. Die Wälder von Oregon sind kaum zu überschauen. Sie sind schön, doch irgendwann sieht man den Wald nicht mehr vor lauter Bäumen. Wir bestaunen jeden Ausblick mit Rundsicht. Langsam wird es Herbst. Noch liegt ein Staat vor uns.

Wann kommt der Schnee?

Unsere Moral ist mit dem schlechten Wetter tief gesunken. Tagelang hat es geregnet, etliche Nächte haben wir im nassen Zelt verbracht, immer wieder mussten wir Pausen einlegen und ein Motel aufsuchen, um die Ausrüstung zu trocknen. Es ist kalt geworden, die ersten Hiker reden schon von Schnee. Wenn der Schnee zu früh kommt, dann ist alles vorbei. Je weiter wir kommen, desto sehnlischer wird der Wunsch, bis zum Ende zu gehen. Wir sind müde, die Füsse schmerzen, doch jeden Morgen stehen wir auf, trotz der Kälte und den Strapazen.

Der Trail ist hart und jeder Mensch verändert sich grundlegend. Es gibt nur zwei Wege, wenn man als Paar auf den Trail geht: Man trennt sich oder die Beziehung

wird noch enger. Die enormen Belastungen zeigen andere, manchmal fremde Gesichter im Partner, das wahre Gesicht eines Menschen wird in solchen extremen Situationen sichtbar. Die Einstellung verändert sich, wichtiges verliert an Bedeutung, persönliche Werte werden neu geschaffen. Es ist eine grosse Herausforderung für eine Beziehung und fordert viel Verständnis und Vertrauen. Manchmal passt dann die Beziehung nicht mehr. Wir haben Paare getroffen, die sich auf dem Trail getrennt haben. Doch die, die zusammen in Kanada angekommen sind, wurden auf den tausenden Kilometern zusammengeschweisst, so wie wir.

Ein Aufhören kommt nicht mehr in Frage, wir laufen weiter. Der Schnee wird zum grössten Gegner. Im Vorjahr musste der Trail wegen starkem Schnee bereits Mitte September gesperrt werden. In Skykomish treffen wir auf Sonja und Sascha, unsere moralische Unterstützung aus der Schweiz. Sie werden uns auf den letzten 290 Kilometern begleiten. Bei jeder längeren Rast machen wir ein Feuer, um uns warm zu halten. Am Abend verbringen wir einige Zeit am Feuer, bevor wir uns im kalten Zelt in die Schlafsäcke legen, und am Morgen wärmen wir unsere eisigen Schuhe am

Feuer, dann haben wir wenigstens für die ersten Kilometer warme Füsse.

Gegen Ende September haben wir Glück. In den letzten Tagen gibt es einen Wetterumschwung. Der Herbst zeigt sich von seiner sonnigsten Seite, in einer herrlichen Farbenpracht. Wir laufen die letzten Kilometer bei strahlendem Sonnenschein. Die Weitsicht auf den letzten Pässen ist wundervoll, wir geniessen die letzten Tage auf dem Trail.

Ein kühler Morgen, der Weg führt bergab. Es ist still im Wald, kein Geräusch ist zu hören. Wir laufen schweigend hintereinander, jeder in seinen Gedanken versunken. Der Trail macht einen Bogen. Weit oberhalb stehen die Bäume schon in der Sonne. Es wird ein schöner Tag. Der Pfad macht einen weiteren Bogen und plötzlich stehen wir da, vor dem Monument. Wie lange haben wir auf diesen Moment gewartet. Die letzten Schritte gehen wir gemeinsam und berühren das Monument.

Beim gleichen Monument sind wir vor 156 Tagen an der mexikanischen Grenze gestartet. Über 4300 Kilometer sind wir gelaufen und jetzt machen wir den ersten lang erwarteten Schritt auf kanadischem Boden. Wir haben es geschafft!

Wir fühlen eine Leere, die Batterien sind ausgebrannt. Und zugleich fühlen wir diese unerschöpfliche Kraft in uns, dass alles möglich ist. Wir haben in den letzten Monaten unsere Grenzen erweitert. Wir sind müde und dennoch strotzen wir vor Lebenskraft und Tatendrang. Nie werden wir das Leben auf dem Trail, in der Natur vergessen. Wir haben erfahren, wie wenig es braucht, jeden Tag dem Glück zu begegnen.

F

WANDA BUHOLZER

1976 (aus Rothenburg, LU), arbeitet 50 Prozent als Therapeutin und 50 Prozent als Kunstmalerin. Ihre Hobbys sind Laufen und Rennvelo fahren. Die Bilder und Infos zu laufenden Ausstellungen unter: www.wanda-farbenwelt.ch

PHILIPPE ACKERMANN

1973 (aus Döttingen, AG) ist von Beruf technischer Kaufmann und im Verkauf tätig. Seine Hobbys sind Laufen, am liebsten sehr lange Läufe. Er lebt zusammen mit Wanda Buholzer in Neuenkirch LU. Ab September 2010 bieten die beiden ein Seminar an für aussergewöhnliche Leistungen im Sport und Beruf. www.redenundleben.ch

