

Nordic Walking Gruppe stürmt die Wolfswarte

Von Sylvia Bertram

Am 23. August trafen sich die Nordic Walker des LAV 07 in Altenau, um sich der Herausforderung des Walkens auf die Wolfswarte zu stellen. Der Parkplatz Rose im kleinen Altenau war durch Umleitungen und Baustellen schwierig zu finden, dann ging es los.



Wir starteten bei herbstlich kühlen Temperaturen, aber strahlendem Sonnenschein. Zu Beginn folgten wir einem Abschnitt des Hexenstiegs, ein schmaler Weg an einem Wassergraben ohne Steigung.

Wir bogen auf einem breiten gekiesten Weg Richtung Wolfswarte ab. Erst war die Steigung spürbar, aber noch mäßig. Schließlich kam die „Sprungschanze“. Hier überwandern wir etliche der insgesamt 450 Höhenmeter auf nur wenigen hundert Meter. Oder kam mir das nur so vor? Steil war es schon und ich musste meiner

mangelnden Übung Tribut zollen und öfters mal kleine Stehpausen einlegen.

Dank des Sonnenscheins kamen wir auch mächtig ins Schwitzen und die vorsorglich wärmeren Regenjacken wurden erst geöffnet und schließlich ausgezogen.

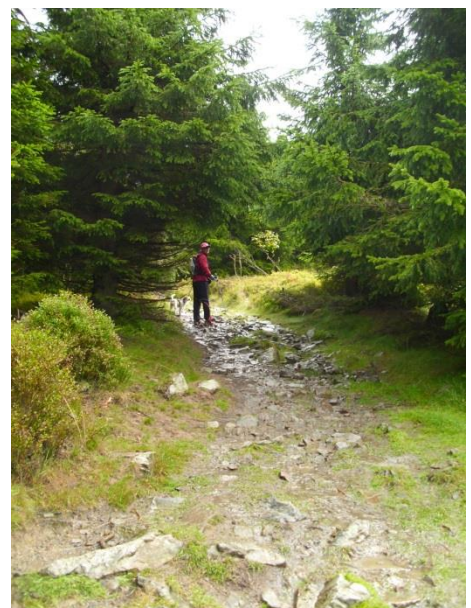


Der Weg führte stetig bergan, teilweise im Wald, aber auch durch eher offene Stellen mit Bergwiesen. Der Himmel zeigte interessante Wolkenbilder und natürlich kam auch die Zeit der Jacken: Wir waren gerade an der „Wilde Sau Hütte“ vorbei, als aus dem leichten Nieseln sehr schnell ein ausgewachsener Schauer wurde!

Hier kapitulierten wir und stellten uns unter!

Nachdem es aber wieder aufgehört hatte, konnten wir den Rest des Weges in Trockenheit zurücklegen.

Die letzten 400 Meter waren die größte Herausforderung. Weniger weil sie steil waren, sondern der Stein- und Wurzelweg war aufgrund des nur Minuten zurückliegenden Schauers ausgesprochen glitschig.



Schließlich um die letzte Ecke gebogen, und über ein kleines Stück Stein geklettert – und die herrliche Aussicht belohnte für die Anstrengung!



Auf dem Gipfel gab es schließlich als Überraschung unserer Trainerin den HUGO-POKAL für GIPFELSTÜRMER.

Schließlich müssen wir einem Ruf gerecht werden und Motivation für die nächsten Ziele aufbauen! Aber so auf dem Gipfel schmeckt der Hugo schon ganz anders, nämlich besonders gut.

Auf dem Rückweg konnten wir nicht nur noch einmal den wunderschönen Harz genießen, sondern auch die Grundlage für das Abendessen legen: Die Nässe dieses Jahres hatte die Pilze sprießen lassen und Dieter konnte eine ganze Tüte mit nach Hause nehmen. Guten Appetit!

Die Beine sind müde, aber die Herausforderung von 11,5 km mit ca. 450 Höhenmetern hat sich gelohnt.

Danke, Sabine.

<<Fotos>>

