

## **Integration – auf die harte Tour**

1973 bin ich von Tirol nach Berlin gezogen und habe mich schnell um vollkommene Integration bemüht. Ein wichtiger Punkt dazu war für mich, die geographischen Abmessungen Deutschlands zu verinnerlichen. Ein 19-tägiger Lauf über ca. 1000 km vom nördlichsten Rathaus (Flensburg) zum südlichsten Rathaus (Garmisch-Partenkirchen) und ein weiterer 15-tägiger Lauf über 800 km vom westlichsten zum östlichsten Zipfel zeigten mir sehr deutlich die Grenzen unseres Staates auf. Aber auch in der „dritten Dimension“ wollte ich die Grenzen ausloten. So lief ich 2010 in 700 m Tiefe im ehemaligen Salzbergwerk von Sondershausen den tiefst gelegenen Marathon. Nun fehlte nach meiner Logik nur noch der höchste Punkt Deutschlands – denn bis dahin hatte ich immer noch nicht alle Voraussetzungen erfüllt, um als vollkommen integriert anerkannt zu werden.

Das wollte ich endlich ändern und habe mich deshalb am 19. Juli 2016 aufgemacht, Deutschlands höchsten Berg zu erklimmen. Allerdings – meinem sportlichen Werdegang entsprechend – nicht per Seilbahn, Zahnradbahn oder als schnöder Wanderer oder Kletterer. Ich wollte einen privaten Berglauf versuchen.

Da mein Interesse als Läufer besonders den langen Strecken gehört, wählte ich die längste mögliche Variante. Um Punkt sieben Uhr früh startete ich bei schönstem Sommerwetter am berühmtesten Olympiastadion von Garmisch-Partenkirchen auf 732 m Meereshöhe. Der weltbekannten Schisprungchanze sagte ich schnell ade, dann ging's erst mal 1,8 km auf einer Asphaltstraße bequem aufwärts bis an den Beginn der Partnachschlucht. Die hier üblicherweise in Kompaniestärke wandernden Japaner, Russen und übrigen Exoten schliefen alle noch, so dass ich mich ungestört am – um diese Zeit noch geschlossenen – Kassenhäuschen vorbeischummeln konnte. Nun hieß es den Kopf einziehen, denn die in den Felsen gesprengten Stollenabschnitte waren so niedrig, dass ein Körperkontakt sehr schnell meine Expedition per k.o. beendet hätte. Die Wegstrecke war auch fast eben, so dass ich trotz der völligen Dunkelheit in den Tunneln bei donnerndem Rauschen der Partnach mit ca. 10 km/h zügig laufen konnte. Eine Wanderin, die ich in einer der Tunnelröhren überholte, viel vor Schreck fast in den tosenden Bach. Ihr Mann jedoch kugelte sich darüber fast vor Lachen. Ziemlich unfair! Hinter der 1,5 km langen Partnachklamm ging es dann auf breitem, gut zu laufendem Schotterweg allmählich aufwärts, viele Kilometer lang, immer in Richtung SW auf dem Talboden des Reintales. Mehrere Wandergruppen überholte ich schnaufend und stöhnend – sie waren wahrscheinlich deutlich früher aufgebrochen. Nach weiteren ca. 5 km war es aber mit dem lockeren Laufen schlagartig vorbei. Aus dem breiten Schotterweg wurde ein schmaler Steig, gemeinerweise angefüllt mit faustgroßen Kalksteinen und es lief sich wie auf einer Eisenbahnstrecke. Hier passierte ich die erste Berghütte, genannt Bockhütte auf 1072 m Seehöhe. Benutzt wird sie als Zwischenlager für die Versorgung der weiter hinten im Tal befindlichen Alpenvereinshütten. Da zweigt auch ein kleines Steiglein ab, das steil nach oben zum feudal ausgeführten Schachenhaus führt, der Jagdhütte des Bayernkönigs Ludwig. Meine

Laufstrecke führte jedoch weiter hinein in das Tal. Der Weg wurde zum Glück wieder besser und ich konnte flott laufen. Dieser Teil war die schönste Strecke. Links über mir strebten die grauen Kalksteinwände der Wettersteinberge gegen den Himmel, neben mir plätscherte die immer schmalere Partnach. Am Ende des flachen Talbodens nach knapp 15 km liegt dann die stattliche Reintalangerhütte (1369 m hoch gelegen) an einem der malerischsten Plätze des Wettersteingebirges, ein wichtiger Übernachtungspunkt für die meisten Zugspitzbesteiger. Bis hierher hatte ich gerade einmal 2 Stunden benötigt, Wanderer sind bis hierher ca. 6 Stunden unterwegs. Aber nun war's vorbei mit dem lockeren Laufen. Ein steiler Steig führte die Bergflanke in vielen Zick-Zack-Spuren hinan, zum Laufen zu steil, aber mit meinem schnellsten Gehtempo konnte ich locker alle Wanderer abhängen. Ganz überrascht war ich, als bereits nach 45 Minuten die Knorrhütte (auf 2051 m Seehöhe) in ihrer exponierten Lage auf einem Felssockel auftauchte. Hier machte ich meine zweite Pause und stopfte ganz schnell einen Powerbar in mich hinein, als „Nachspülung“ kam ein Fläschchen Wasser aus meinem Trinkgürtel hinterher. Nach fünf Minuten ging's weiter im Geschwindsschritt, weiterhin supersteil aufwärts. Eine Gruppe junger Bergsteiger heftete sich an meine Fersen, aber nach einigen „Zwischen-



spurts“ war ich sie schnell los. Die ersten nicht sehr steilen Schneefelder mussten überquert werden, was mit meinen Laufschuhen gar nicht so einfach war und mir einige Stolperer und Stürze bescherte, ehe ich mich an den neuen Untergrund gewöhnt hatte. Bald stand ich vor dem Bahnhof „Zugspitzblatt“ bzw. Sonnalpin. 21 km waren es bis hierher und hier hatte ich mit Annemarie verabredet, die unter Nutzung von Bus und Zahnradbahn mit Hunderten anderer Sonnenhungrigen aus Garmisch heraufgebaggert wurde. Ich nahm die von ihr mitgebrachten Wanderstöcke in Empfang, füllte meine leeren Energiespeicher noch einmal mit Powerbar und Wasser auf und dann ging's an das letzte, schwerste Stück der Strecke. Erst einfach quer über das Zugspitzblatt, dann auf einem „sausteilen“ Geröll – oft 3 Schritte hoch und 2 Schritte wieder zurückrutschend – an den Beginn des mit Stahlseilen versicherten Klettersteiges. Auch hier mehr spurtend als kletternd sauste ich die Felsen zum SW-Grat der Zugspitze hoch (Angst vor Steinschlag) und auf diesem schließlich zum

Gipfel der Zugspitze (2962 m hoch). Nach 4 Stunden und 30 Minuten und 22,5 km Wegstrecke war ich oben – und plötzlich inmitten hunderter Menschen aus allen Erdteilen. Japaner, Chinesen, vereinzelte Bayern, Turbanträger aus Pakistan und komplett verummte Frauen. Ein Graus! Annemarie war inzwischen auch mit der Seilbahn angekommen, so dass einem gepflegten bayerischen Weißbier plus obligater Brezel nichts mehr im Wege stand.

Üblich schnelle Wanderer/Bergsteiger hätten auf der von mir gewählten Route knapp 11 Stunden vertrödelt, ich konnte also getrost die ganze Aktion als gelungen abhaken. Die Rücktour verlief dann weniger spektakulär mit Seilbahn, Zahnradbahn und schließlich per Bus zurück zum Olympiastadion in Garmisch.

Frage zum Abschluss: bin ich nun integriert?

Karl Mascher