

## Urs Willmann: Das Glück liegt gleich hinter den Schmerzen

Die Zeit REISEN, 17. August 2006

Nachts um drei ein Teller Spaghetti und zwanzig Minuten für den schnellen Schlaf. 36 Stunden lang führt Extrembergsteiger Hans Kammerlander Unentwegte durch seine Heimat Südtirol.

Fünf Minuten sind um, als Hans Kammerlander – der Mann, der auf allen Achttausendern gestanden hat außer einem – selbst den unvermeidlichen Witz macht: »Ist es noch weit?« Wer in Hörweite mitschreitet, lacht. Manch einer kramt nun einen Scherz oder einen Bluff hervor, der die Größe der bevorstehenden Aufgabe ins Lächerliche zieht. Die Sonne schickt die ersten warmen Strahlen dieses Morgens herab. Und ja, denkt jeder. Es ist noch weit. Es ist noch verdammte weit.

35 Stunden und 55 Minuten dauert die Wanderung noch. 80 Kilometer liegen vor uns. Kein einziger Höhenmeter hinter uns. Wir haben gerade mal die Mauer des Neveser Stausees in der Horizontalen bewältigt. Ich will jetzt nicht über die Frage Kammerlanders nachdenken. Herrlich, dieser Südtiroler Himmel! Was gibt es Schöneres als das, was ich vorhabe? In der Gruppe wandern, tagsüber, in den Abend hineinwandern, dann die Nacht durchwandern und den morgigen Tag mit Wandern verbringen.

Beim Aufstieg zum Eisbruggjoch wird viel gesprochen, ich lerne Namen kennen, Berufe, Wohnorte, bezungene Gipfel. Als es durch Grün und Fels geht, kommt der Schweiß, und die Murmeltiere beginnen ihr Pfeifkonzert. Wildbäche rauschen; Hummeln arbeiten sich von Blume zu Blume – die gut zwei Stunden vor dem Frühstück, die ersten 700 Höhenmeter, sind voll von Glücksmomenten.

Als Neuling lerne ich dazu. Die Bergprofis um mich herum diskutieren Ausrüstungsfragen. So erfahre ich, dass ich die falschen Schuhe trage. Sie seien schon gut, sagt Axel, Redakteur des Fachmagazins Berge, väterlich – nur leider viel zu schwer für einen Marsch dieser Länge. Mein Blick fällt auf das hippe Trekkingschuhwerk der Mitstreiter. Aber die Hoffnung, das Abenteuer trotzdem zu überleben, stirbt nicht. Ich bin Teilnehmer an einem Experiment. Einer von 48 Menschen, die versuchen, mit dem Extrembergsteiger Kammerlander 36 Stunden lang am Stück zu wandern. Das heißt, mit einem, der in seinem sonstigen Berufsleben Dinge tut wie diese: in 24 Stunden das Matterhorn von allen vier Seiten bezwingen oder mit Skiern vom Gipfel des Mount Everest runterfahren.

Schuld an allem ist Hans-Günter. Der Extremhobbysportler (»Ich bin süchtig«) hat den Extrembergsteiger auf die Idee zu dieser Tour gebracht. An Hans-Günters Funktions-T-Shirt ist ein Bordcomputer befestigt. Dieser wird aus dem Weltall mit Daten des Global Positioning System (GPS) versorgt und verrät stets den Zwischenstand. Wir sind bei Kilometer 7. Vor einem Jahr hatte Hans-Günter eine 24-Stunden-Wanderung gebucht. Solche Ausdauertrips (Motto: »So weit die Füße tragen«) bietet Kammerlander seit Jahren an. Und nach den 24 Stunden warf Hans-Günter einen unvorsichtigen Satz in den Raum: »Ich könnte noch weiter.« Kammerlander ließ es sich nicht zweimal sagen.

Deswegen werde ich bis morgen Abend ununterbrochen durchs Gebirge gehen, Zillertaler Alpen, Hohe Tauern, Riesenferner- und Durreckgruppe. Kein Schlaf unterwegs, nur Essen, Trinken und 5000 Höhenmeter. Danach Freibier am Start- und Zielort, Sand in Taufers. Kammerlander rechnet mit Verlusten: »Bestenfalls kommen zwei Drittel durch.«

Mit Frühstück im Magen geht es über den Neveser Höhenweg in Richtung Chemnitzer Hütte. Vor dreißig Jahren lagen hier noch dick die Gletscher; sie haben sich aus der Steinwüste zurückgezogen und hocken heute unterhalb der Kämme. Hellgrüne Flechten haben die Gesteinsbrocken erklommen. Wildes Wasser rauscht durch die graue Einöde und befördert Gletschermilch zu Tal. Ein schmaler Weg schlängelt sich zwischen den Platten kristallinen Schiefers hindurch, der hier wie ein Haufen zerbrochener Kekse durcheinander geworfen ist.

Ausgerechnet Hans-Günter, der vor einem Jahr nicht genug bekam, kann sich an der Schönheit dieser ungestümen Landschaft nicht erfreuen. Er schaut auf das Display seines Bordcomputers: 800 Höhenmeter geschafft. Obwohl der Zermübungskampf noch kaum begonnen hat, spürt Hans-Günter bereits eine große Schwere. Ein Knie klemmt, die Muskeln schmerzen, in seinem Gesicht straffen sich die Züge. »Ich bin übertrainiert«, klagt er. Einen Moment überlege ich, ob ich ihm ein Magnesiumbonbon anbieten soll. Aber ich glaube: Ausgerüstet ist der bestimmt genug.

Es sei »eine unglaubliche Kopfsache«, hat Kammerlander am Vorabend bei der Begrüßung im Bürgersaal von Sand in Taufers gesagt, »denn müde ist man schon nach zehn Stunden«. Während sich an meinem rechten Fuß die ersten Blasen bemerkbar machen, bewundere ich Lotta, den Terrier, der als einziger Vierbeiner mit dabei ist und unbeschwert seine Hundekräfte verpufft, indem er jedem Pfiff eines Murmeltiers hinterherjagt.

Da kommt die Mittagsrast gelegen. Ein Teller Penne. Lotta bellt, sie will weiter. Der Extremwanderhund gehört einem strammen Paar, Julia und Ralf aus Köln. Er ist ein ehemaliger Zehnkämpfer, sie Chiropraktikerin. Julia gibt auf den Höhenwegen leidenschaftlich Fachwissen preis, gelernt in Amerika. Ralf ist gut damit beschäftigt, Lotta lautstark zum Gehorchen aufzufordern. Auch jetzt, zwischen Rast und bevorstehendem Aufbruch, kommen die auffälligsten Töne aus der Richtung dieses Paares. »Klack, klack, klack«, klackt es durch die Alpenwelt. Beim geräuscherzeugenden Gerät handelt es sich um einen Aktivator. Julia erklärt: »Ein chiropraktisches Instrument.« Sie hat sich bäuchlings auf eine Bank gelegt. Ralf bohrt ihr den Aktivator wie eine Kaninchenpistole in diverse Rückenpartien, spannt beim Abdrücken eine Feder und bringt – so entnehme ich Julias Erläuterungen – mit der Entladung des Bolzens irgendwie die rucksackbedingten nervlich-muskulären Spannungen zurück ins Gleichgewicht.

Dann ist jeder wieder mit sich beschäftigt. Und mit Mathematik. Neun Stunden sind ein Viertel von 36. In meinen Klötzen mehren sich die Blasen. Aber weil das Grün so leuchtet, weil auf dem Kamm plötzlich sieben stolze Gämsen grüßen – ihre Silhouetten im Gegenlicht – und der Blick spektakulär 1500 Meter tief ins hinterste Ahrntal fällt, gelingt es mir, den aufkommenden Schmerz zu verdrängen. »Wann durch die schwüle Luft gedämpfte Winde streichen / Und ein begeistert Blut in jungen Adern glüht«, noch entfaltet Albrecht von Haller mit seinen Alpen von 1729 erfreuliche Resonanz in meinem Gemüt. Aber langsam wird's hart.

Es ist der treue Axel, der in die Rolle des Seelsorgers schlüpft. Bei einer Kurzrast zeigt er mir das Kohlröschen, ein colafarbenes Blümchen, das Schokoladenduft versprüht. »Das gibt einen

schönen Kick«, sagt er. Ich schnuppere, bis die Naschpflanze nichts mehr hergibt. Andere bauen sich mit isotonischen Getränken auf. »Klack, klack, klack«, klackt der Aktivator.

Schon wieder Aufbruch. Nach ersten steifen Schritten finde ich zurück in den unendlichen Trott. Aber hellhörig geworden, lausche ich tief hinein in meinen Körper. Da! Ein Stich im Knöchel! Verstaucht? Ein leichtes Ziehen im Muskel – Zerrung, Faserriss, Krampf? Ein Zwicken im Knie – die alte Verletzung aus Handballertagen? Was den glücklichen Abschluss der Wanderung gefährden könnte, schießt nun als Schreckgespenst durch meinen Kopf. Der Extremwanderer verlernt, die Zeichen des Körpers entspannt zu deuten. Schritt für Schritt steigert sich die Hypochondrie zur Paranoia. Jede Regung des Körpers rechne ich zu einem Szenario des Scheiterns hoch. Noch 25 Stunden bis Sand in Taufers.

Zeit, meinen Joker auszuspielen. Ich krame meine Laufschuhe aus dem Rucksack, entledige mich der quälenden Hochgebirgsklötze und schäle die feucht geschwitzten Socken von den Füßen. Mitleidig beäugen die Profis meine Prozeduren. Der kommt nicht mehr weit, sagen ihre Blicke. Mit Blasenpflaster umwickle ich die angeschlagenen Zehen, ziehe trockene dünne Strümpfe darüber und schnüre sanft meine leichtgewichtigen kanariengelben Latschen. Die sind auch nicht fürs Gebirgstrekking konstruiert, aber meine letzte Hoffnung.

Sie befreien mich von jeglicher Qual. Glückshormone fluten durch meinen Körper. Nun kann ich meinerseits den mitleidigen Blick üben, als Frauke, die Mutter aus München, den steilen Abstieg zum Speikboden im Rückwärtsgang hinter sich bringt, um zu verhindern, dass die schmerzenden Zehenspitzen hartes Schuhleder touchieren.

Dann setzt der Regen ein. Hund Lotta wird nach dem Abendessen abgeholt. Weil ihm Niederschläge beim Wandern keinen Spaß machen, lässt auch Herrchen Ralf das Abenteuer hier enden. Sonst sind noch alle dabei. Der Abstieg ins Tal erfolgt unter Schirmen, bei Blitz und Donner und Dunkelheit. Ich kann nicht verhindern, dass die Innereien meines Rucksacks sich auflösen. Wieder ist es Axel, der mich auf eine logistische Schwäche aufmerksam macht: »Den Hersteller deines Rucksacks gibt es seit zehn Jahren nicht mehr.«

Um Mitternacht räumt Hans Kammerlander ein, dass dieser Regen »ein Superscheiß« sei, und kündigt das »härteste Stück« an: 1000 Höhenmeter hoch zur Lenkjöchlhütte. Der Himmel hat Erbarmen und lässt den Regen versiegen. Die Stirnlampen werfen wackelnde Lichtkegel ins stille nächtliche Windtal – wie Glühwürmchen auf Betriebsausflug. Wir scheuchen Nachtfalter Schwärme auf, und immer wieder begegnen wir emsig kauenden Kühen, was die Frage aufwirft, wann Rindviecher eigentlich schlafen.

Es klart auf. Nach und nach setzen sich alle Sterne auf ihre Plätze. Aber der Weg hört nicht auf. »Wir sollten längst das Licht der Hütte sehen können«, sagt einer, der die Strecke kennt. Eine weitere Stunde vergeht. Plötzlich der ersehnte Schein. Aber nicht vor uns. Fast senkrecht über uns. In himmlischer Ferne. Frauke spürt, dass jetzt kommt, was sie machen wollte: »eine Grenzerfahrung«. Sie ist fix und fertig. Sie weint. Aber sie macht einfach weiter. Und als sie eine zähe halbe Stunde später vor der Lenkjöchlhütte steht, diesem Adlerhorst am höchsten Punkt der Wanderung auf 2603 Metern, sagt sie drei Wörter, die tropfen vor Glück: »Selten so gefreut.«

Es ist Viertel nach drei. Die Scheiben der Hütte beschlagen, die Tische sind nass vom Dampf der transpirierenden Körper. Es ist eine ungewohnte Zeit für Spaghetti Bolognese. Aber: »Wat mutt, dat mutt«, sagt einer. Danach bleiben zwanzig Minuten für schnellen Schlaf. Ich dämmere ein und schwebe weg. Dann, viel zu früh, ein Rufen. Weiter geht's. Schon wieder Wandern mit Kammerlander.

Beim stummen Marsch in den Morgen hinein durch das grüne Röttal ertappe ich mich dabei, wie ich seit zwanzig Minuten das sich mit jeder Berührung eines nassen Grashalms verändernde Feuchtigkeitsmuster auf den Wildlederschuhen meines Vordermanns beobachte. Oder, etwas später, den in der Mitte geknickten Strohalm an Fraukes Schuh; er schwingt hin und her und hin und her wie ein Dreschflegel. Nicht nur ich scheine in die meditative Phase dieser Wanderung eingetreten zu sein. Axel wird mir später verraten: »Ich habe zwischen den Steinen ständig Gesichter gesehen.«

Das kollektive Schweigen deute ich als stilles gemeinschaftliches Leiden. Ich kann mir nicht vorstellen, dass in diesem Moment ein Einziger von uns Lust auf Wandern hat. Walter hat Blut in den Schuhen. Trotzdem will er nach dem Tee auf der Alprechtalm mit uns weiter aufsteigen, einen halben Höhenkilometer noch und dann 1650 Höhenmeter in die Tiefe. Die Bergführer raten ab. Walter sagt, er sei »im Prinzip in Topform«. Ich mische mich ein. Auf so langen Wanderungen freundet man sich an. »Überleg mal, Walter, wie lange es dauern wird, bis deine kaputten Füße gesund sind, wenn du jetzt noch weitergehst.«

Wir machen ohne Walter weiter. Frauke hat sich gefangen, auch der übertrainierte Hans-Günter ist noch immer dabei. Die stramme Julia sowieso, wenn auch ohne Hund und Ehemann. Nebelfetzen steigen auf, und aus den höher gelegenen Wolken am Himmel rinnen wieder Schauer herab. Dieser letzte große Aufstieg hoch zum Hasental, danach durch die Weiße Wand ist der finale Hätetest.

Ich werde Zeuge gruppenspezifischer Unruhe. Das Tempo wird schärfer. Das Feld zieht sich in die Länge, wie eine Walze stürmt die Spitzengruppe hinein in den Berg, ein Dutzend hungriger Kämpfer. Ich hefte mich an die Fersen von Susi aus Kreuzwertheim, noch einmal beschleunigt sie. Und dann, als der Weg breiter wird, gehe ich neben ihr her, die Muskeln fast im anaeroben Bereich. Als wir die Spitze erobert haben, lassen ihre Augen die Spannung entweichen, und sie lacht mich anerkennend an: »Hätte nicht gedacht, dass du meine Tempoverschärfung mitmachst.«

So hätte es lustvoll weitergehen können. Endlich Wettstreit. Schwächeln andere, mindert das bekanntlich nicht die eigene Motivation. Im Gegenteil. Ich blicke gierig in die Weiße Wand, als Toni, der Bergführer, die Ausreißertruppe zur Pause zwingt. Schließlich erscheint Hans Kammerlander und begründet, warum der freie Wettbewerb nicht ins Konzept der Veranstaltung passt: »Sonst zerreißt es die Hinteren.« Der Chef übernimmt die Führung mit moderatem Schritt.

Ich stelle fest, dass Susi, meine Herausforderin von eben, trotzdem zurückfällt. Sie hat versäumt, Kohlenhydrate nachzuladen. Mir ist das nicht passiert. Ich fühle mich sehr gut, beschwingt, im Rausch körpereigener Drogen. Auf den letzten Metern bergan zwingt mich mein Gesicht zu einer provozierend entspannten Miene. Denn ganz oben wartet der Filmemacher in Kammerlanders Auftrag. Die Kamera empfängt uns Helden.

Nach letzten zermürenden Stunden bergabwärts, 1650 Höhenmeter tiefer, um 18 Uhr, spielt die Musik in Sand in Taufers. Die Bevölkerung klatscht, als wir ins Ziel einlaufen. Festredner aus Politik und Fremdenverkehr gratulieren. Auffälligstes Ereignis aber ist Julia, die Chiropraktikerin. Sie gibt uns allen ein letztes Rätsel auf. Mit Mogelei, bestimmt!, hat sie es geschafft, Minuten nach der Ankunft frisch geduscht im Minikleid zur Urkunden-überreichung zu erscheinen, selbstbewusst und körperpräsent. Wir dagegen hocken rustikal odoriert und glücklich und schlapp auf den Festbänken und halten uns am ersten von vielen Bechern Freibier fest.

Neun Ausfälle, darunter nur eine der 16 Frauen. Kammerlander ist begeistert. Er hat vier Fünftel seiner Wandergruppe ins Ziel gebracht. Wir werden alle gefeiert, und einer ein bisschen mehr. Eine Hans-Kammerlander-Fleeceweste habe ich schon, ein Hans-Kammerlander-T-Shirt, Hans-Kammerlander-Lutschbonbons, einen Hans-Kammerlander-Filzhut. Als mein Name gerufen wird, gehe ich nach vorn. Ich nehme die »Tourkunde« entgegen und die Magnumflasche Hans-Kammerlander-Wein. Beim Loseziehen erwische ich nicht, wie erhofft, das Hans-Kammerlander-Buch, aber immerhin ein weiteres Hans-Kammerlander-T-Shirt.

Nun darf jeder etwas sagen. Plötzlich ist der Satz im Raum: »Ich hoffe, nächstes Jahr geht es über 48 Stunden.« Euphorisiert bis zur Unvernunft, pflichte ich bei. Kammerlander hat es gehört.

## INFORMATION

**Hans Kammerlander:** Der Südtiroler stand auf 13 Achttausendern. Für Aufsehen sorgte er auch durch spektakuläre Rekorde: Zusammen mit Reinhold Messner kletterte und wanderte er 1991 rund um Südtirol; dabei legten sie in sechs Wochen 1200 Kilometer zurück, überwand 100.000 Höhenmeter und bezwangen 300 Gipfel

**Wanderungen:** Erstmals wurde in diesem Jahr eine 36-Stunden-Wanderung angeboten, Preis 590 Euro. Der Extrembergsteiger nimmt seine wandernde Kundschaft aber auch auf Ausflüge mit, die eine Nacht und einen Tag dauern (das nächste Mal am 1./2. September, Preis 395 Euro). Information: Büro Hans Kammerlander, Jungmannstraße 8, I-39032 Sand in Taufers, Tel./Fax: 0039-0474/690012, [www.kammerlander.com](http://www.kammerlander.com)

**Auskunft:** Tourismusverein Sand in Taufers, Tel. 0039-0474/678076, [www.taufers.com](http://www.taufers.com)

Mehr Fotos zur 36-Stunden-Wanderung unter [www.zeit.de/extremwandern](http://www.zeit.de/extremwandern)