

Tour de Ruhr

Etappe 2: Von Bigge- Olsberg nach Meschede- Freienohl

Dieser Weg wird kein leichter sein, dieser Weg wird wellig und lang(weilig)

Der Tag der zweiten Etappe ist gekommen und ein Blick aus dem Fenster verrät, dass wir mit demselben Wetter wie auf der ersten Etappe zu rechnen haben. Angenehmen 0° Grad bei der Abfahrt und strahlendem Sonnenschein mit 4° am Ausgangspunkt unserer Etappe in Bigge- Olsberg. Pünktlich um 8.20 Uhr brechen wir nach Meschede- Freienohl, unserem heutigen Zielort, auf. Die Stimmung an Bord ist gut. Erfreulicherweise ist die Anzahl der Teilnehmer um 25 % angestiegen. Als weiteres Mitglied unserer Laufgruppe konnten wir Günter begeistern.



Bild: Vor der Abfahrt in Meschede- Freienohl

Das Lösen des Fahrscheines stellt uns vor die Frage: „Lösen wir ein 4- Ticket und ein Einzelticket oder ist die Gruppenkarte für fünf Personen und Blindenhund 😊 billiger“? Erstaunlicherweise kostet das Gruppenticket nur einen Euro mehr als das Viererticket. Wir erwerben das Ticket und entwerten es. Entwerten? Nun ja wir versuchen es, aber der Automat ist defekt. Der Zug aus Dortmund fährt pünktlich um 9.20 Uhr ein und uns erwarten diesmal weder Ballermann-touristen, ein Catering noch ein gut gelaunter Zugbegleiter um unser Ticket zu entwerten. Ich entschieße mich dazu eine erste Wegbeschreibung hinsichtlich des welligen Profils abzugeben. Nun gibt es ja kein Zurück mehr. Wir werden heute bis zum Ortseingang von Meschede fünf leichte Steigungen zu absolvieren haben und die Hälfte der Strecke an der B7 entlanglaufen. Auf den letzten acht Kilometern werden wir ein welliges Profil vorfinden. Ich hoffe, dass meine Warnung ernstgenommen wird und die Kräfte dementsprechend eingeteilt werden. Am Bahnhof Bigge angekommen startet die zweite Etappe unseres Unternehmens gegen 9.45 Uhr. Nachdem letzter Ballast abgeworfen und die Ausrüstung auf ordnungsgemäßen Sitz überprüft worden ist geht es los Richtung Bestwig. Doch wir kommen bis Kilometer 1 als sich die ersten

Probleme mit der Laufausrüstung zeigen. (Wer möchte schon gerne mit zusätzlichem Socken laufen, bitte? Ach, Einlage verrutscht...).



Bild: Pitstopp in Olsberg, Kilometer 1



Bild: Impressionen am Wegesrand, Kilometer 1

Nach dem Korrigieren der Laufausrüstung erwartet die Laufgruppe der erste Anstieg bei Kilometer 2. Die B7 wird gekreuzt und wird der Begleiter für die nächsten vier Kilometer bis Bestwig sein. Die Spitze der Laufgruppe erhöht zeitweilig das Tempo auf 5.50 min/ km und ich frage mich ob meine Hinweise bzgl. Anstiegen und welligem Profil nicht wahrgenommen worden sind. Aber vielleicht beflügelt das herrliche Wetter die Frontläufer. Wir durchlaufen Nuttlar und die Ortsmitte von Bestwig, begleitet vom Duft frischer Brötchen. Das Leben als Läufer kann so grausam sein. Bei Laufkilometer 6, am Ortsausgang von Bestwig, verlassen wir endlich die B7. Das Tempo wird gemächlicher und wir pendeln uns so langsam auf unser Wohlfühltempo

von 6.10 min/ km ein. Links plätschert die Ruhr vor sich hin und oberhalb der Laufstrecke begleitet uns die Baustelle der A46. Bei Kilometer 11 ereilt einen Teil der Laufgruppe das Schicksal einer fehlenden Markierung. Die Kopfgruppe entschließt sich kurzerhand einen kleinen Anstieg von 200 m Länge und 25 m Höhenunterschied in die Laufstrecke zu integrieren, während dem Verfasser dieses Berichtes dieser Anstieg bei der Vorbereitung wohl entgangen sein muss. Kurzerhand wird die griffbereite Fahrradkarte gezückt und zum Ausräumen letzter Zweifel die Dorfbevölkerung befragt. Der Anstieg gehört nicht zur Route und ein Teil der Gruppe muss wohl oder übel den Abstieg antreten. Ja, ja, was man nicht im Kopf hat muss man in den Beinen haben.



Bild: Die Ruhr bei Wehrstapel, Kilometer 12

Wir laufen weiter oberhalb des Ruhrtales und erreichen bei Kilometer 13 Wehrstapel.



Bild: Ja wo laufen Sie denn, Kilometer 13



Bild: „Wo bleibt Ihr denn“?, Kilometer 13,5 in Meschede- Wehrstapel

Wir nähern uns Kilometer 14,5 und Kordula beschließt, zwecks Fotoshooting, Kontakt mit der hiesigen Dorfbevölkerung aufzunehmen.



Bild: Ingo, Gabi, Arno, Kordi, Günter, Kilometer 14,5

Wir traben gemütlich Richtung Meschede und der Erkenntnis entgegen, dass sich der landschaftlich schöne Teil der Strecke seinem Ende nähert.

Bei Kilometer 17 treffen wir im Bereich des Bahnhofes von Meschede wieder auf unsere „geliebte“ B7. Nun beginnt der wellige Schlussabschnitt unseres Laufes. Die letzten Kilometer sind ein ständiges Auf und Ab entlang der Bundesstrasse – auch ein inneres Auf- und Ab eines weiblichen Läufergemütes. Der Lärmpegel steigt und man sehnt das Ende der Strecke herbei. Es zeichnet sich aber jetzt schon ab, dass die in der Fahrradkarte angegebene Kilometrierung nicht ganz stimmen kann. Statt der zu erwartenden 23 km werden es am Ende 25 km sein. Es bleibt uns aber nichts

anderes übrig als dieses hinzunehmen. Wir erreichen letztendlich alle, manche mehr andere weniger erschöpft, unser Ziel in Meschede- Freienohl (Anmerkung Gabi: „Hallo? Nur weil ich anschließend auf Arnos Luxus-Kunststoff-Autohocker gesessen und die Sonne genossen hab? Ich hab nicht mal Muskelkater, jawoll!!!“) und machen uns gegen 12.50 Uhr auf den Rückweg nach Dortmund, wo wir gegen 13.35 Uhr wieder eintreffen.



Bild: Am Ziel in Meschede- Freienohl

Die Bilanz der zweiten Etappe:

- Streckenlänge: 25,1 km
- Gesamtzeit: 2:37 h, Schnitt 6:15 min
- Höchster Punkt: 346 m ü. NN, tiefster Punkt: 225 m ü. NN
- Verbrauchte Verpflegung: 500 ml Wasser, 5 Müsliriegel
- Verletzungen: keine
- Durchschnittlicher Puls des Verfassers: 121 Schläge/ min

Die nächste Etappe von Meschede- Freienohl nach Arnsberg findet voraussichtlich am 10.12.2011 statt. Die Streckenlänge beträgt ca. 23 km (so, so!!!).