

Tour de Ruhr

Etappe 4: Von Arnsberg nach Wickede (Ruhr)

Celine und die sieben Nassen

Nachdem uns das Tiefdruckgebiet Andrea verschont hatte erwartete uns auf unserer vierten Etappe zum ersten Mal eine Luftfeuchtigkeit von 100 % bei angenehmen Temperaturen um 8° mit gelegentlichen Windböen um 50 km/h, also optimale Trailrunbedingungen. Diesem Wetter hatte auch das uns sonst so wohl gesonnene Hoch „Ulla“ nichts entgegenzusetzen. Immerhin setzten sich trotz des bescheidenen Wetters sieben unerschütterliche Läufer um 8.00 Uhr nach Wickede (Ruhr) in Bewegung.

Als „Erstläufer“ konnten wir diesmal Kalla und Udo in unserer Runde begrüßen. Da wir nur zehn Minuten vor der Einfahrt des Zuges am Bahnhof eintrafen, musste das obligatorische Teilnehmerfoto erst einmal entfallen.

Nach zehn minütiger Bahnfahrt erreichten wir unseren Startort in Arnsberg. Pünktlich zum Start setzte der angekündigte Regen ein. Um die Strecke nicht allzu lang werden zu lassen liefen wir die uns von der dritten Etappe bekannte Abkürzung durch die Arnsberger Altstadt um nach zwei Kilometern auf den Ruhrtalradweg zu treffen.

Bei einem ersten Fotostopp verlor ich kurzfristig den Anschluss an die Gruppe und konnte diese gerade noch auf den richtigen Weg zurücklotsen.



Foto: Hauptsache die Füße sind warm (Kilometer 4)

Bei Kilometer 6 tritt ein Ereignis ein, welches mir auf Grund der Niederschläge der letzten Tage einige Kopfschmerzen bereitet hatte. „Hochwasser“. Nicht ohne Grund wurden für den heutigen Streckenabschnitt vier Umleitungen ausgewiesen. Aber wie das bei kleinen Kindern und Läufern so ist, erst mal ausprobieren und dann vielleicht umkehren. Unter Missachtung der Warnschilder wurde der Abschnitt in Obereimer auf der Originalstrecke zurückgelegt. Überflutete Wiesen deuteten aber darauf hin, dass der Radweg im Laufe der Nacht unter Wasser gestanden haben musste. Zurückgeblieben war aber ein zentimeterdicker Schlammfilm.



Foto: Wird schon nicht so schlimm sein (Kilometer 6)



Foto: Hochwasser in Arnsberg- Obereimer (Kilometer 6)

Mittlerweile hat sich die Gruppe mit dem Regen abgefunden und gleitet auf einem leichten Film aus Wasser und Schlamm Richtung Niedereimer. Langsam steigt der Wasserpegel in den Schuhen und jeder scheint sich zu fragen: „Was mache ich bei diesem Sch...wetter eigentlich hier?“. So etwas nennt man wohl Gruppenzwang. Bei Kilometer 11 erreichen wir das Surfgebiet von Niedereimer.



Foto: Das ist die perfekte Welle, das ist der nasseste Tag (Kilometer 11)

Langsam lässt der Regen nach und wir treffen auf Spuren der alten Römer.



Foto: Das Kolosseum von Hüsten (Kilometer 12)

Zum Beweis das Laufen bildet stehen entlang des Ruhrtalradweges einige Kunstwerke. Ich möchte doch einmal wissen, ob diese auch von den übrigen Läufern wahrgenommen worden sind.



Foto: Gasstation am Marktplatz in Neheim (Kilometer 13)

Wir erreichen Neheim und der naheliegende Bahnhof ruft: „Kommt steigt ein und fahrt nach Wickede“. Doch der Ruf erreicht die Läufer nicht und zur Strafe ereilt uns ein heftiger Regenschauer.

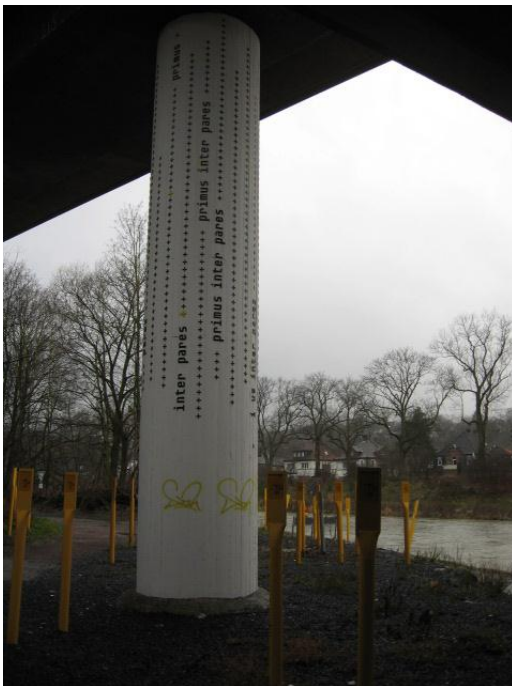


Foto: „Primus inter pares“, (Kilometer 15), Neheim, Möhнемündung

Wird Überqueren die Möhne und werden auf freier Strecke geduscht. Die Nässe kriecht langsam in die Muskulatur und erste Anzeichen von Krämpfen treten auf. Bei Kilometer 20 passieren wir Haus Füchten und für manchen Läufer beginnt die Zeit des Durchbeißen. Ein unverkennbares Zeichen das der Winter noch fern ist sind die Scharen von Wildgänsen auf die wir in Echthausen treffen.



Foto: Wildgänse bei Echthausen (Kilometer 21)

Vorbei an Gut Echthausen überqueren wir ein letztes Mal die Bahnstrecke nach Arnsberg, um danach auf die Zielgerade einzuschwenken. Im Bereich des Gutes Echthausen passieren wir den nördlichsten Punkt der Ruhr auf der gesamten Strecke bis zur Mündung in Duisburg.

Bei Kilometer 24 queren wir zum Abschluss noch einmal die Ruhr. Kordi sammelt kurz vorm Ziel noch ein wenig Gestrüpp ein. Für Manche ist es Gestrüpp, für Andere die schönste Deko der Welt.

Nach 25 Kilometern haben wir durchnässt, aber gut gelaunt, unser Ziel in Wickede (Ruhr) erreicht.

Schnell noch ein Teilnehmerfoto gemacht und nichts wie ab nach Hause unter die Dusche.



Foto: Am Bahnhof in Wickede (Ruhr): Arno, Kalla, Gabi, Udo, Ingo, Günter, Kordi

Die Bilanz der vierten Etappe:

- Streckenlänge: 25,2 km
- Gesamtzeit: 2:46 h, Schnitt 6:36 min (inklusive Pausen)
- Höchster Punkt: 186 m ü. NN, tiefster Punkt: 146 m ü. NN
- Verletzungen: keine

Die nächste Etappe von Wickede (Ruhr) nach Schwerte findet voraussichtlich am 28.01.2012 statt. Die Streckenlänge beträgt ca. 29 km. Ein Abbrechen nach ca. 20 km (Verpflegungsstelle) ist möglich. Der Rücktransport zum Bahnhof in Schwerte ist gegeben.