Editorial

Autor(en): **Rawer, Claudia**

Objekttyp: **Preface**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **70 (2013)**

Heft 7-8: **Resistente Erreger**

PDF erstellt am: **27.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

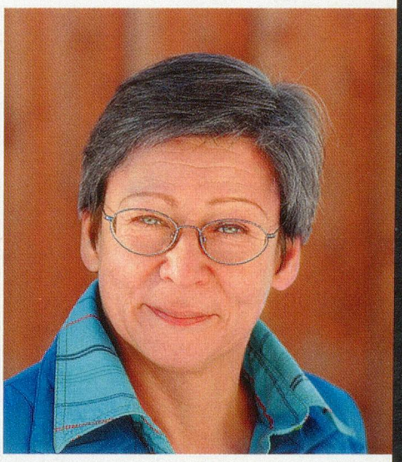
Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Ins Blaue wandern



Claudia Rawer
c.rawer@verlag-avogel.ch

Liebe Leserinnen und Leser

Obwohl eigentlich ein bewegungsfreudiger Mensch, hatte ich eine Zeit, in der ich mir aus dem Wandern, dem Laufen an sich, gar nichts machte. Irgendwo hin gehen – nur um gelaufen zu sein? Womöglich, um irgendwo hinunterzuschauen und den gleichen Weg wieder zurückzutraben? Nein, ohne mich!

Auf den Geschmack gebracht hat mich dann ausgerechnet ein ziemlich katastrophaler Trip. Drei atemberaubende Wasserfälle, die in blaugrüne Becken stürzen, eine zugleich wilde und idyllische Landschaft im einsamsten Canyon der USA – das war der Köder, den unser ortskundiger Freund auswarf. Leider, leider aber: nur zu Fuss zu erreichen.

Wasser konnte ich noch nie widerstehen, und die Bilder unseres Freundes zeigten ein geradezu paradiesisches Fleckchen. Also trafen wir uns auf einem isolierten Felsvorsprung mitten im Nirgendwo und begaben uns auf einen 16 Kilometer langen Marsch durch Hitze, knöcheltiefen Sand und loses Geröll. Jeden Liter Wasser, den man auf dem staubigen Weg braucht, muss man im Gepäck haben, Trinkwasser gibt es nicht.

Doch Durst, Müdigkeit und wehe Füsse waren sofort vergessen beim Anblick der üppigen grünen Vegetation zwischen steilen roten Canyonwänden und der weissen Gischt, die in die schimmernden Becken rauschte. Mit den Füssen im kühlen Wasser stellte sich sogar ein gewisser Stolz ein, die schwierige Strecke geschafft zu haben. Und nach drei Tagen im türkisblauen Wasserfall-Wunderland von Havasu hatte der Weg dorthin einen Sinn bekommen.

Über den Zustand der neugeborenen Wanderin und ihrer Füsse, nachdem wir die zehn Meilen und 800 Höhenmeter mit einem äusserst knappen Wasservorrat wieder hinaufgekraxelt waren, schweigt des Sängers Höflichkeit. Aber seitdem – lachen Sie nicht! – laufe ich gerne. Und freue mich immer noch über dieses Erlebnis, das mir bis heute wunderbare Touren beschert – kostenloses Training für Muskeln und Venen gleich inbegriffen.

Bleiben Sie gesund!
Herzlichst Ihre

Claudia Rawer

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
E-Mail:
info@verlag-avogel.ch
Internet:
www.gesundheits-nachrichten.ch