

Auf Schnusters Rappen

Alles, was Sie über den Volkssport Wandern wissen müssen



„Wahre
Werte“

S. 4, 5



Der Blick auf
den Tod

S. 6, 7



„Jeder kann bei uns mitwandern“

VOLKSSPORT WANDERN

Mit den Füßen durch buntes Herbstlaub rascheln, da werden Kindheitserinnerungen wach. Unsere Kollegin Anke Eisfeld über Wandern durch Wald und Wiesen in Luxemburg und das Angebot der „Fédération luxembourgeoise de marche populaire“ (FLMP).

Für einen leuchten den „Indian Summer“ muss man nicht unbedingt nach Nordamerika reisen, auch die heimischen Wälder bieten viele bunte Blätter und frische Luft zum Durchatmen. Mit etwas Glück lässt sich sogar die Sonne blicken, um ein paar wärmende Strahlen zu schicken. Aber auch im Nebel hat eine Herbstwanderung ihren besonderen Reiz: schön gruselig.

Gerade im Herbst gibt es nichts Besseres als eine lange Wanderung durch Wälder und Wiesen. Das gilt auch in Luxemburg, denn hier liegen die schönsten Touren meist direkt vor der Haustür. Wandern ist im Großherzogtum schon längst ein Volkssport, und das wissen nicht nur die mitunter mehr als 1.000 Teilnehmer der wöchentlich stattfindenden Touren der „Fédération luxembourgeoise marche populaire“ (FLMP).

Wer gern in Gesellschaft und unter fachkundiger Führung die Region per pedes erkundet, der ist bei den mindestens einmal wöchentlich stattfindenden „Tréppeltouren“ des luxemburgischen Wanderverbands richtig. Auch wenn die FLMP dem internationalen Volkssportverband (IVV) angegliedert ist und es unter ihrem Dach etwa 50 Wandervereine in Luxemburg gibt, kann man auch ohne Mitgliedschaft an den Touren teilnehmen. „Jeder kann bei uns mitwandern, man kann einfach zu einer Wanderung vorbeikommen“, erklärt Pia Kintziger von der FLMP. Eine Startkarte kostet pro Wanderung 1,50 Euro, Kinder bis 14 Jahre wandern gratis. Meist werden verschiedene Streckenlängen angeboten, damit jeder entsprechend der eigenen Kondition wandern kann.

Die Startzeit kann individuell gewählt werden, nur gibt es meist einen zeitlichen Rahmen, damit alle Wanderer rechtzeitig am Ziel

ankommen können. Für Sicherheit ist gesorgt, denn unterwegs gibt es Kontroll- und Raststellen. Auch Familien mit Kindern sowie Nordic Walker und Läufer sind willkommen.

Wem jedoch „so ein bisschen wandern“ zu unambitioniert ist, der kann auf Stempeljagd gehen: Bei jeder Wanderung gibt es Stempelposten, die mit einem Stempel in einem Teilnahmeft die erreichten Kilometer bestätigen. Fleißige Kilometer-Sammler werden alle zwei Jahre von der FLMP mit Abzeichen geehrt. Ganzjährig bietet der luxemburger Wanderverband individuelle Touren im ganzen Land an.

Mehr Individualität bietet die in diesem Jahr erschienene Neuaufgabe des beliebten „Guide autopédestre“. Bei 201 Rundwanderwegen mit insgesamt rund 1.700 km Strecke fällt die Auswahl schwer, doch hier wird jeder fündig – egal, ob Spaziergänger oder Wanderer. Kilometerangaben und Höhenprofil machen die Touren für ambitionierte Wanderer und Trail-Läufer interessant, kurze Ortsbeschreibungen mit Fotos zeigen touristische Ziele auf. Quasi alle Wege sind beschildert, für Technikbegeisterte stehen GPS-Daten und ein QR-Code bereit. Die momentane Lieblingsstour der Autorin dieses Texts ist übrigens eine rund 11 Kilometer lange Runde zwischen Canach und Lenningen, bei der man sehr idyllisch und abwechslungsreich zwischen Weinbergterrassen und alten Trockenmauern läuft.

Wer nicht nur die Natur erwandern will, sondern auch verstecken sei der „Wanderführer durch die Naturschutzgebiete Luxemburgs“ empfohlen. In dem von der Naturverwaltung herausgegebenen Guide werden die Lebensräume verschiedener regional spezifischer Pflanzen und Tiere beschrieben, die man dann in kleineren Wanderungen mit maximal drei Stunden Gehzeit erkunden kann.

NÜTZLICHE TIPPS

Wenn Farbenpracht und frische Luft zu einer Wandertour nach draußen locken, sollte dennoch einiges beachtet werden.

Vorbereitung ist alles

Wenn es draußen kalt und nass ist, ist warme, vor Regen schützende Kleidung unersetzlich. Am besten kleidet man sich im allseits bekannten „Zwiebel-Look“, also mehrere Schichten übereinander. Gerade im Herbst kann das Wetter schnell wechseln. Ist es im Wald noch trocken und windgeschützt, kann es auf Wiesen und Feldern stürmisch und kalt sein. Mütze und Schal, aber auch eine Sonnenbrille gehören genauso in den Wanderrucksack wie ein kleines Picknick. Eine Thermoskanne mit heißem Tee oder Kaffee sowie ein Sitzkissen machen eine Pause in der freien Natur möglich.

Rutschpartie

Nasse Wurzeln und Steine werden von herunterfallendem Laub bedeckt, es herrscht Rutschgefahr. Feste Wanderschuhe mit griffigen Sohlen oder spezielle Trailsschuhe geben den nötigen Halt.

Halali

Seit 14. Oktober ist Jagdsaison in Luxemburg. Wanderer sollten daher Waldgebiete meiden, in denen Treibjagden stattfinden. Außerdem sollten sie auf Hinweisschilder achten, da solche Jagden angekündigt werden müssen.

Mehr Infos

Wandertermine und ausführliche Informationen gibt es online unter www.flmp.lu und über Facebook, „Lëtzebuenger Wanderersportfederatioun“.

