

Wander-Reisen mit Andrea

[HOME](#)[WEITWANDERUNGEN ▾](#)[TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾](#)[DER PCT 2022 ▾](#)[WANDERUNGEN ▾](#)[PLANUNG 2025-2026](#)

Wander-Reisen mit Andrea

HOME WEITWANDERUNGEN ▾ TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾ DER PCT 2022 ▾ WANDERUNGEN ▾ PLANUNG 2025-2026



Mit 60 auf den 4265 Kilometer langen Pacific Crest Trail

[Wandertagebuch April](#)

[Wandertagebuch Mai](#)

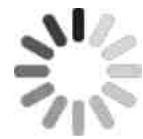
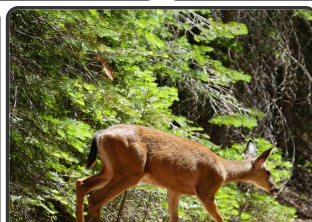
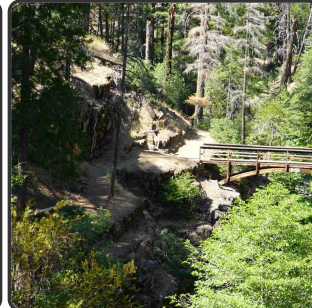
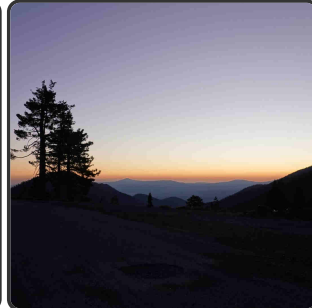
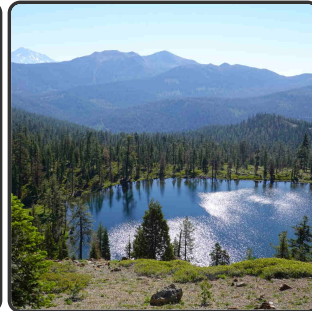
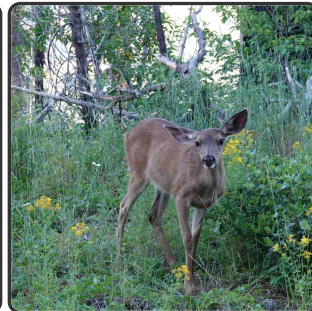
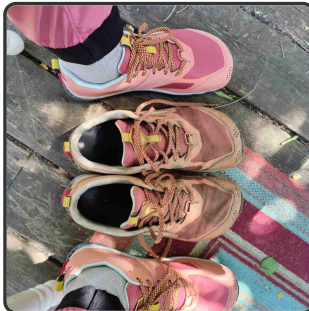
[Wandertagebuch Juni](#)

[Wandertagebuch August](#)

[Wandertagebuch September](#)

Wandertagebuch PCT - Juli 2022

Das Tagebuch zeigt immer oben den neueste Eintrag!



Ende Juli - Nach Corona wieder auf dem Weg



Auf dem Weg Richtung Asland - krank



Anfang Juli - vom Lassen Nationalpark nach Cassel



28. Juni bis 3. Juli; von Buck Lake über Belden bis Chester

[Kontakt per Mail](#)

[Auf Instagram](#)

Wander-Reisen mit Andrea

HOME WEITWANDERUNGEN ▾ TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾ DER PCT 2022 ▾ WANDERUNGEN ▾ PLANUNG 2025-2026

Genug ausgeruht? Ich fühle mich nicht genug, um wieder auf den Trail zu gehen. Ich bin mit dem Bus zum Trailhead bei "Fish Lake" an der 140 gefahren. Das sind etwa 60

km Luftlinie von Ashland und etwa 140 km seit meinem Zusammenbruch wegen der verfluchten Coronaerkrankung.

Diese Kilometer werden mir zwar fehlen, aber wie fast alle anderen auch bestätigen: so viele haben schon aus weniger zwingenden Gründen eine Passage übersprungen - weil sie vermeintlich zu langweilig ist oder zu anstrengend. Und was sind schon 140 km bei über 4000 km :-)



0 7 2 8 9 1

Man mag es kaum glauben, aber mir hat jetzt richtig die Trail-Routine gefehlt. Klar, man kann sich an das "Faulsein" gewöhnen. Aber dieser immer gleiche Rhythmus von Aufstehen, Loswandern, Kaffee machen, Mittagspause wenn möglich und abends dann Zelt aufbauen - trotz der vielen Ablenkungen am Tag durch die sich doch ständig ändernde Landschaft ist das eine Routine, die die Tage in feste Abschnitte einteilt.

Seit gestern bin ich wieder unterwegs. Nicht gleich wieder eine volle Tagesstrecke - das wird heute bereits anders. Bin noch schwach in den Beinen, aber das wird schon merklich besser. Zum Glück sind auch die zum Teil heftigen Rückenschmerzen wieder weg. Und das trotz des schweren Rucksacks.

Demnächst noch mehr an Nachrichten und vor allem wieder neuen Eindrücken - nun in Oregon.

27. Juli - Hitzewelle und noch immer Stillstand

Es sind die kommenden Tage durchgehend Temperaturen über 40 Grad vorhergesagt. Sobald man aus dem klimatisierten Bereich hinaus geht erschlägt einen die Hitze.

Es ist seltsam, es fühlt sich an, als sei ich wochenlang schon außer Gefecht gesetzt. Dabei ist es nicht einmal eine Woche!

Mmmhhhhh der Kaffee duftet Der Himmel ist bedeckt. War es gestern am Nachmittag auch, aber deshalb nicht minder heiß.

Nachher fahre ich nach Medford zum Outdoor Laden. Gas und Mountainmeals besorgen. Zudem bekomme ich dort vielleicht einen COVID test. Ein paar Kleinigkeiten in Wandergröße, Zahnpasta und Bürste, Sonnencreme, Nivea Creme und Energie Riegel plus Trockenfrüchte und Nüsse.

Busfahren in Amerika, in der Fremde....aus so ein Abenteuer, das aber bisher immer geklappt hat....

25. Juli - Corona und Erholen

Hier in Oregon werden extreme Hitzewellen von bis zu 42 Grad am Nachmittag erwartet. Und es wird die ganze Woche so sein. Ich kann und darf mir das nicht zumuten. Das ist schon unter normalen Umständen bei dem vielen Auf- und Ab eine Herausforderung. Habe entschieden, der innere Kampf mit dem Wunsch auf den PCT zurückzukehren muss enden. Das geht nur mit klaren Entscheidungen.

Am Donnerstag kommt Spirit, mein Trailangel, wieder in die Stadt und dann bringt er mich zum Fish Lake. Dort gehe ich wieder auf den Trail. Die nächsten Tage will ich weiter mit Ruhe verbringen. Mich aber auch langsam zurück an Aktivitäten führen. Heute noch Bett und Zimmerruhe. Will ihn ja auch nicht anstecken, trage deshalb Maske und halte Abstand.

Es fällt nicht leicht, aber nun habe ich entschieden. COVID ist ein übler Dreck und ich will nix verschleppen. Meine Augen sehen immer noch nicht wieder scharf und die Konzentration wackelt.

Der Geschmack ist irritiert, alles schmeckt irgendwie metallisch 🤢.

Allerdings kann ich wieder normal essen. Und was jetzt noch seltsam schmeckt, esse ich dennoch, weil ich ja weiß, dass es gut für mich und meinen Körper ist.

Lydia geht es wieder besser und sie ist auf dem Trail. Vielleicht treffen wir uns später wieder auf dem PCT und können wieder gemeinsam weiter laufen. Jeder in seinem eigenen Rhythmus, doch spätestens abends trifft man sich dann wieder.

24. Juli - Inzwischen heim Trailangel Spirit in Ashland

Wander-Reisen mit Andrea

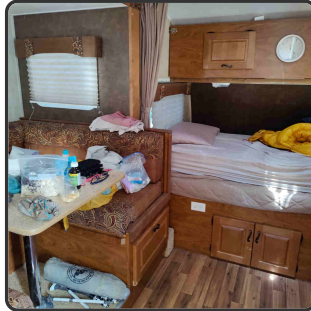
[HOME](#)[WEITWANDERUNGEN ▾](#)[TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾](#)[DER PCT 2022 ▾](#)[WANDERUNGEN ▾](#)[PLANUNG 2025-2026](#)

wenig verzweifelt und unglücklich bin ich schon!

Wahrscheinlich haben Lydia und dann ich uns in Etna angesteckt. An den Knotenpunkten für die Versorgung oder einen Zeroday treffen viele verschiedene Menschen eng zusammen - da muß es geschehen sein.

So ein Mist! Das wirft die Planung der nächsten Wochen ganz schön durcheinander. Und hoffentlich kann ich überhaupt weiter wandern. Aber daran will ich gar nicht denken. Es wird gelingen!

23. Juli 2022 - Tiefpunkt und Erholung



Die letzten drei Tage habe ich mit großer Dankbarkeit die Möglichkeit angenommen, mich in einem Wohnwagen bei einem Trailangle zurückziehen zu können. Zwei Tage konnte ich fast nichts essen und es ging mir sehr elend. Dabei muß ich essen, denn an mir ist nichts mehr dran, das als Reserve dienen könnte.

Das Telefonat mit meinen Söhnen half mir über dem moralischen Tiefpunkt hinweg, denn man bekommt schon Zweifel, was denn wäre, wenn das nun nicht nur....wir wollen nicht dran denken.

Vorhin brachte mir mein Angle Rührer, Speck und Toast und - was soll ich sagen - ich habe den Teller leer gegessen. Ich werte das mal als Zeichen, dass es wieder aufwärts geht. Ist auch Zeit, denn man baut so schnell ab und nur sehr langsam wieder auf.

Lustig ist immer wieder, wenn andere PCT`ler vorbei kommen und rufen "Hi Happy, nice to see you!" und ich denke so bei mir: Wer war das denn noch einmal. Ich habe wohl eine gewissen Bekanntheitsgrad erreicht, der über meine "abgespeicherten" Kontakte hinaus geht. Sie bedrängen mich einheitlich, die nächsten Kilometer zu überspringen und in Ashland wieder einzusteigen. Es mache doch keinen Sinn, sich womöglich die Chance ganz zu verderben, wenn man sich krank diese Strecke entlang quält.

Ich muß es nochmals betonen, diese Selbstlosigkeit meines Trailangles ist nicht selbstverständlich. Und dass er mich anderthalb Stunden nach Ashland fährt ist so hilfreich.

Und jetzt muß ich erst einmal wieder mit wundem Hals heiser husten und Hustensaft nehmen. Denn von "gut" bin ich noch weit entfernt.

21. Juli 2022 - Update: Fieber

Nein, ich hatte kein Glück. Erst hatte Lydia die Erkältung



Wander-Reisen mit Andrea

[HOME](#) [WEITWANDERUNGEN ▾](#) [TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾](#) [DER PCT 2022 ▾](#) [WANDERUNGEN ▾](#) [PLANUNG 2025-2026](#)

Bin in Seiad Valley und hoffe, dass ich hier Medizin bekomme gegen das Fieber - in dieser winzigen Ansiedlung braucht es Glück dafür. Drückt mir die Daumen!

20. Juli 2022 - Wieder auf dem Trail

Nach drei Tagen in Etna zum Ausruhen und Erholen - ich fürchte fast, dass Sylvias Erkältung nun übergesprungen ist auf mich - hat uns ein Trailangle wieder zum Trailhead gefahren. Sylvia hat uns gestern Abend noch etwa Leckerer gebacken und wie waren zu Viert in einer schönen Runde. So trifft man vor allem an solchen Ruhetagen immer wieder mal auf Weggefährten, die einen vor Wochen schon mal begleitet haben.

Mir geht es zwar nicht so sonderlich gut, aber es tut gut, heute noch 15, 16 Meilen zu laufen und wieder in den Rhythmus zu kommen. Mehr dann wieder aus Ashland, dann in Ontario. Da bekomme ich dann auch neue Schuhe (meine fallen echt auseinander) und ein Inlet als Alternative zum Schlafsack. Es ist seit zwei Wochen tagsüber, aber auch nachts abartig warm und so ein leichtes, dünnes Inlet reicht völlig aus.

Bin auch heilfroh über mein Innenzelt, das ich auch alleine für sich aufstellen kann. Dann bleibt es luftig - ganz im Gegensatz zu einwandigen Ultraleichtzelten, in denen man dann morgens das gesamte Kondenswasser gesammelt hat, weil sie natürlich dicht sein müssen gegenüber Regen.

17. Juli 2022 - Ruhetage in Etna

Wir sind in Etna angekommen. Lydia ist erkältet und auch ich nehme gerne die zwei erholsamen Nächte in einem urigen und vor allem bezahlbaren Hotel, um einen kleinen Urlaub vom PCT zu machen. Denn eigentlich wandere ich nun seit drei Monaten von früh morgens bis spät abends. Zelt auf- und abbauen, leidliche Essen kochen beziehungsweise eigentlich immer nur etwas Fertiges warm machen. Jeden Tag viele Kilometer wandern, Wasser filtern, ab und zu eine Pause und vor allem viel schlafen....nun sitze ich auf der Veranda, es ist etwas abgekühlt am späten Abend und neben mir steht ein Glas Rotwein.

Wann hatte ich diesen Luxus das letzte Mal? Die Zeit vor dem PCT ist natürlich nicht vergessen, aber sie ist so weit in den Hintergrund gerückt, dass die Zeit eher in Erinnerungsbruchstücken eingeteilt wird anstatt in Tage, Wochen oder Monate. Bei dieser Flut an Eindrücken gibt es dennoch ein paar wenige, die herausragen. Ausserdem ist irgendwann der Speicher für Landschaftswechsel und auch kleine Wunder am Wegrand voll. Ein Glas Wein und herrliche tiefe Entspannung nach einem faulen Tag ist da wirklich „Urlaub vom PCT-Wandern“.

Im Hotel können wir selbst kochen....ja, endlich mal nicht nur aufwärmen, sondern wirklich kochen. Ich glaube, wir werden noch eine Nacht dranhängen, denn so viel Erholung wird es auf dem Rest des PCT nicht mehr geben. Die Versorgung in Oregon und Washington soll deutlich spärlicher sein.

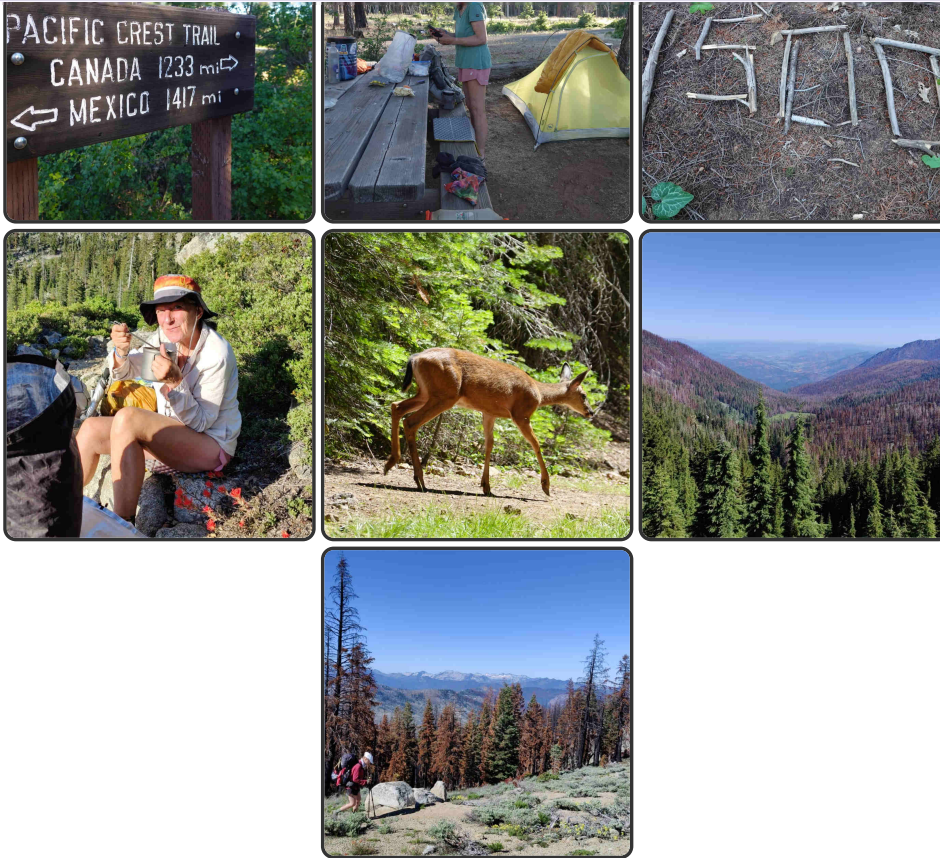
Dachte ich schon, dass ich mit möglichst wenig Gepäck unterwegs bin - sozusagen als Ultralight-Wanderer, sieht man bei manchen, wo deren Sicherheitsbedürfnis angesiedelt ist. Denn manche haben nur die Socken dabei, die sie anhaben. Nur die Hose und nur die Jacke, die sie am Leid tragen. Es ginge also noch leichter, wobei die meisten, die bis hierher durchgehalten haben, sowieso schon weniger wie so mancher Dayhiker tragen.

Dennoch, entlang des PCT erkennt man die Plätze, wo die Wanderer einen blanken Fels oder einen waagrecht gewachsenen Baumstamm als Ruheplatz nutzen. Die Pflanzen auf dem Boden drumherum sind nur noch kärglich vorhanden. Auch sind schattige Buschecken oft deutlich zu erkennen, wo man sich in den willkommenen Schatten quetschen kann, um der gnadenlosen Sonne für ein paar Minuten zu entkommen.

Nein, die Rucksäcke sind alle nicht schwer. Dafür die Wegstrecken so lange, das Überklettern der vielen umgestürzten Bäume so mühsam und oft die Steigungen so, dass jeder bequeme Platz zum Rasten gerne genutzt wird. Beine ausstrecken, Rücken gerade richten und ein paar Momente entspannen. Herrlich!

Wander-Reisen mit Andrea

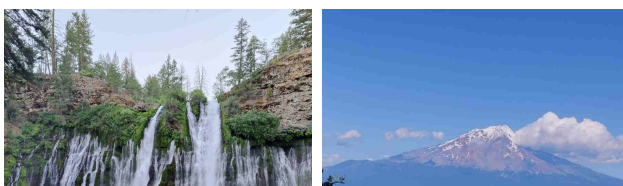
HOME WEITWANDERUNGEN ▾ TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾ DER PCT 2022 ▾ WANDERUNGEN ▾ PLANUNG 2025-2026



Die Erholung in Mt Shasta war nötig. Ausserdem wird es immer wieder mal Zeit, dass Wäsche und "Kerl" gewaschen werden. Die Ersatzteilbeschaffung gelang nicht so richtig - die Auswahl im Outdoorshop war nicht berühmt. So muß mein T-Shirt noch ein wenig länger durchhalten. Aber ein stärkeres Ladegerät für die Powerbank ist nun im Gepäck (was es nicht leichter macht, aber ohne geht halt auch nicht).

Eigentlich waren wir dann aber froh, wieder auf dem Trail zu sein, weg von der erdrückenden Hitze im Tal. Ein freundlicher Mensch brachte uns aus der großen Stadt über die 5 wieder zurück zum Trailhead. Frisch geduscht und mit vollgefrissenen Bäuchen, aber auch mit wieder schweren Rucksäcken ging es gleich wieder hinauf. Rund um den Castle Dome blieb der PCT wieder weit oberhalb der Talstrasse auf etwa 2000 m. Dagegen ragt der Mt Eddy fast 3000 m in die Höhe. Unterhalb des South China Mountain (!) ging es durch einen beeindruckenden Gebirgskessel weiter Richtung Russian Peak (!). In zwei Tagen werden Lydia und ich in Etna sein und wieder neuen Proviant aufnehmen. In Ashland sind dann zwei volle Zerodays geplant. Die 30 Meilen-Tage (48 km) sind zwar inzwischen fast schon Routine, aber sie verlangen auch Rücksichtnahme auf den Körper. Und mental braucht man auch mal eine Auszeit, denn diese Dauerbelastung lässt auch die Seele gelegentlich wankelmütig werden und die Frage taucht auf: Wofür?!

Doch inzwischen ist weit mehr als die Hälfte geschafft - aufgeben ist keine Option mehr. War es eigentlich nie!!

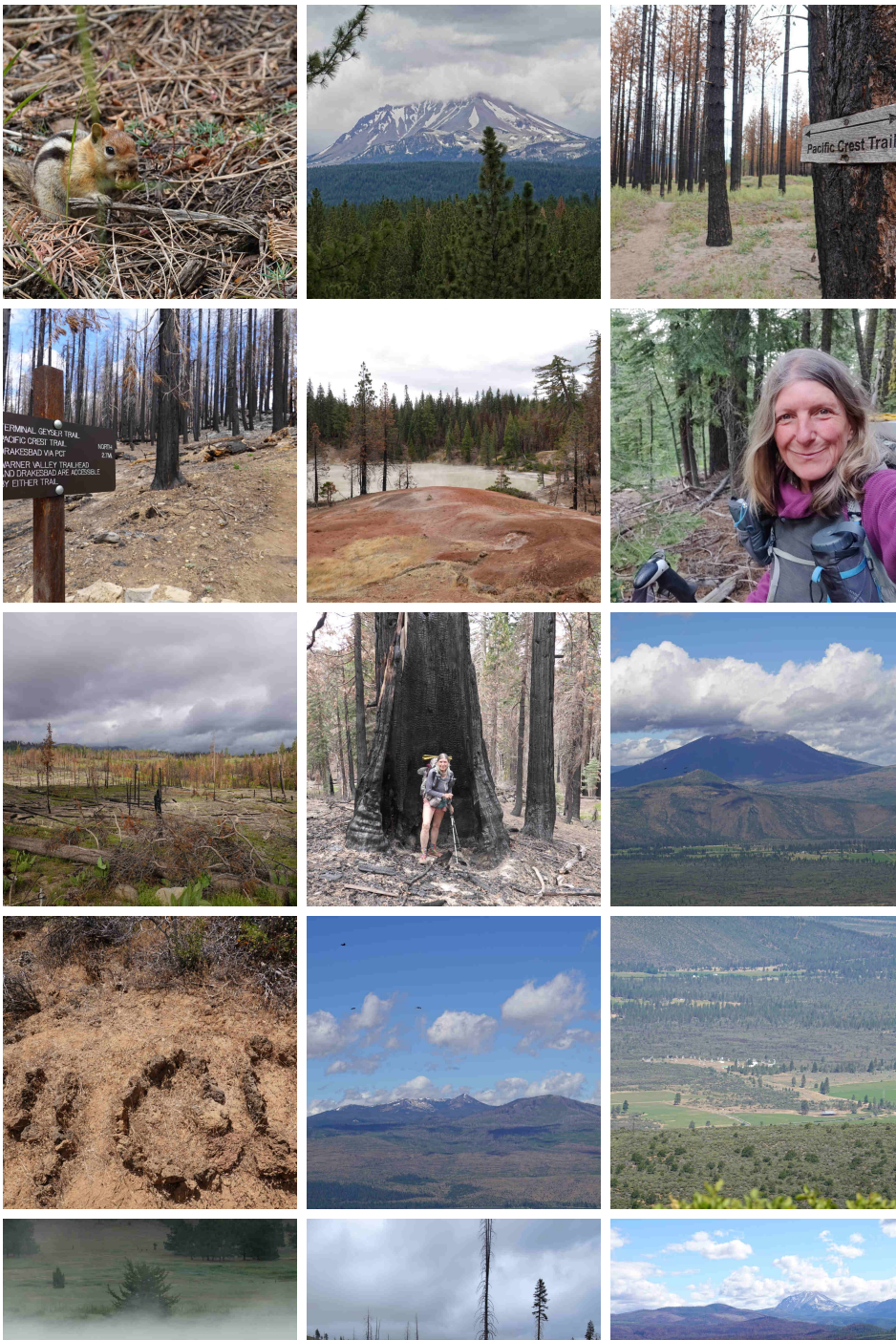


Wander-Reisen mit Andrea

[HOME](#) [WEITWANDERUNGEN ▾](#) [TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾](#) [DER PCT 2022 ▾](#) [WANDERUNGEN ▾](#) [PLANUNG 2025-2026](#)

Die Schuhe fallen schon wieder auseinander. Das scharfkantige Lavagestein belastet die Schuhe mehr als sonst. Ausserdem brauchen auch die Beine mal wieder etwas Ruhe. Jeden Tag an die 40, 45 km ist nicht gerade materialschonend. Noch eine Tageswanderung, dann sind wir in Mt. Shasta und gönnen uns einen Zeroday. Der Misery Hill über der Stadt ist bereits seit Tagen der beherrschende Berg im Blau des Himmels.

Von Lake Tahoe zur Staatsgrenz nach Oregon - Juli 2022



Wander-Reisen mit Andrea

HOME WEITWANDERUNGEN ▾ TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾ DER PCT 2022 ▾ WANDERUNGEN ▾ PLANUNG 2025-2026

[mehr...](#)

7. Juli 2022 - SETI, Hat Creek Rim, Cassel und 48 km Strecke

Seit dem winzigen Flecken Old Station führte der Pacific Crest Trail über eine Hochfläche. Auf 34 Kilometern geht es immer entlang der Kante (Hat Creek Rim) mit famoser Aussicht in das weite Tal des Hat River und die zahlreichen Vulkanberge am Horizont. Es ist nun wieder Wasserschleppen angesagt, denn die Gegend ist ziemlich trocken. Überhaupt mußten wir feststellen, dass etliche Mitwanderer der letzten Wochen nun VOR uns sind. Sie haben diesen von Bränden verwüsteten Wegabschnitt übersprungen.



Natürlich war es bisweilen trostlos und die ganze Zeit extrem staubig und voller Ruß (dringt bis in die letzte Pore ein). Dennoch, ich möchte diese Tage nicht missen, denn sie sind eindeutig Teil des Pacific Crest Trails. Er wird immer auch Gebiete durchqueren, in denen es gebrannt hat (oder gerade brennt). Und es war ein ganz anderer Eindruck wie er mich wohl bald in Oregon erwartet.

Von der langen, geraden Kante der Hochfläche, die nur gelegentlich von Bächen aus ausgetrockneten Seen unterbrochen wird, hat man bei Meile 1391 einen hervorragenden Blick auf das Gelände des berühmten SETI-Projekts. Hier sucht man ja bereits seit mehreren Jahrzehnten nach Anzeichen ausserirdischer Intelligenz. Allerdings erreichte die Anlage nie die ursprünglich geplante Größe von mehreren Hundert Parabolspiegeln und ein großer Teil der Betriebszeit wird auch eher zur Beobachtung von Weltraumschrott verwendet.

Nun nicht erst zum ersten Mal schaute mich ein Rehbock ganz aus der Nähe verdutzt an, als ich früh morgens das Zelt öffnete. Mehr und mehr verschmelze ich mit der Natur und die Natur gewöhnt sich wohl auch mehr und mehr an mich. Selbst die Streifenhörnchen, die sonst mit Staubfahne davon spritzen, bleiben sitzen und schauen uns vorbeistürmenden Figuren ungerührt zu.

Trotz des nun dreimonatigen Trainings war der gestrige Tag ziemlich hart. Lydia und ich sind knapp 30 Meilen gelaufen, das sind 48 Kilometer. Das funktionierte nur, weil der Weg so eben und einfach zu gehen war. Aber die Hitze am Nachmittag und der Wassermangel zehren an der Leistungsfähigkeit.

Zuletzt ging es gestern an drei kleinen Vulkankegeln vorbei hinunter zum Crystal Lake bei Cassel. Die Rock Creek Spring war die erste Quelle nach 29,4 Meilen (47 km) wieder - der richtige Platz, um das Zelt für die Nacht aufzubauen!

5. Juli 2022 - Übernachtung am Fuß des Hat Mountain im Lassen Volcanic Park

Am unteren der beiden Twin Lakes im Lassen Nationalpark hatte ich eine ruhige Nacht. Leider kann ich die verschiedenen Thermalgebiete in diesem abgelegenen Landschaftsschutzgebiet nicht erkunden, dabei gäbe es hier heiße Quellen, blubbernde Schlammlöcher und fauchende Fumarolen. Der Lassen (3187 m) ist der größte Lavadom-Vulkan der Welt und war das letzte Mal 1915 bis 1921 aktiv, ohne dass es Opfer zu beklagen gab. Der kahle Berg überragt den PCT beträchtlich. In ein paar Tagen bin ich dann am Mount Shasta, dem mit 4322 m größten Vulkan der Kaskadenkette. Aber vorher komme ich nach Old Station noch bei Cassel vorbei.

4. Juli 2022 - Old Station ist noch ein Tag entfernt

Seit etwa Belden geht es oft mehrere Stunden durch verbrannte Waldgebiete. Der Boden ist total staubig und der Hals kratzt. Es ist eine Tragödie, welche Schönheit der Natur hier binnen weniger Tage verbrannt ist. Nur gelegentlich finden sich grüne Oasen inmitten der schwarzen, verbrannten Stämme und dem völlig kahlen Waldboden. Der Staub zieht sich überall rein und lässt uns verdeckt aussehen wie nie zuvor



Wander-Reisen mit Andrea

[HOME](#)[WEITWANDERUNGEN ▾](#)[TIPPS UND ERFAHRUNGEN ▾](#)[DER PCT 2022 ▾](#)[WANDERUNGEN ▾](#)[PLANUNG 2025-2026](#)

und 16 oder 17 Uhr 35 bis 40 km, die wir zurück legen.

1. Juli 2022 - von Bucks Lake nach Belden

Aufstehen um fünf Uhr, wenn der Tag gerade beginnt anzubrechen. Die Düfte des Waldes sind abgekühlt und der Boden riecht feuchter wie zur Mittagszeit, wenn die Sonne dem trockene Holz der umgestürzten Bäume sein typischen Geruch entlockt. Die ersten Vögel zwitschern und die ersten Schritte sind noch etwas ungelenk in der Morgenkühle. Das frühe Aufstehen liegt mir sehr und das "in den beginnenden Tag hinein zu wandern" ist schöner wie abends unter Druck einen Nachtplatz suchen zu müssen. Ausserdem liegen heute auch wieder 16 Meilen bis Belden und deutlich über 1.000 Höhenmeter vor uns.

Mein Ziel ist nach wie vor, den Northern Terminus zu erreichen. Allerdings muß ich dazu eindeutig die jeweils erreichten Tages-Kilometer steigern und die Anzahl von Zerodays begrenzen. Ich hoffe darauf, dass nach dem Ende der High Sierra der Anspruch der Wege so wird, dass man auch mal etwas unkonzentrierter mit flottem Schritt auf Schusters Rappen reisen kann. Drückt die Daumen :-)

[Kontakt - Impressum](#)