

Wie man mit einem schwachen Wanderpartner umgeht

Man kann mit Sicherheit sagen, dass Peter ein viel stärkerer und erfahrenerer Wanderer ist als ich. Auf Cotopaxi sprang er an der Spitze der Gruppe voraus, während ich am Ende zitterte und stolperte. Auf Matavanu hat er mich ruhig gehalten, als ich fast in Tränen ausgebrochen wäre. Auf dem Nevis Peak hat er Trails aufgespürt, für die ich blind war. Natürlich ist er nicht der Erste, der mit einem schwachen Partner wandert. In A Walk in the Woods beschreibt der Autor Bill Bryson, wie er einen Teil des Appalachian Trail mit Stephen Katz, seinem dickbäuchigen Freund, bewältigt, der völlig unvorbereitet …

Man kann mit Sicherheit sagen, dass Peter ein viel stärkerer und erfahrenerer Wanderer ist als ich. Auf Cotopaxi sprang er an der Spitze der Gruppe voraus, während ich am Ende zitterte und stolperte. Auf Matavanu hat er mich ruhig gehalten, als ich fast in Tränen ausgebrochen wäre. Auf dem Nevis Peak hat er Trails aufgespürt, für die ich blind war.

Natürlich ist er nicht der Erste, der mit einem schwachen Partner wandert. In A Walk in the Woods beschreibt der Autor Bill Bryson, wie er einen Teil des Appalachian Trail mit Stephen Katz, seinem dickbäuchigen Freund, bewältigt, der völlig unvorbereitet auf die bevorstehende Tortur auftaucht.

Manchmal, wie in Brysons Buch, kann der Leistungsunterschied lustig sein. Normalerweise ist es nervig. Gelegentlich ist es besiegend.

Es gibt jedoch Dinge, die Sie tun können, um die Erfahrung für Sie beide angenehmer (oder zumindest weniger schmerzhaft) zu machen. Folgendes funktioniert für Peter und mich.

Verlieren Sie nicht Ihre Geduld auch wenn sie ihre verlieren

Es ist leicht, jemanden anzufahren, der es nicht zu versuchen scheint. Es geht schließlich nur einen Fuß vor den anderen es braucht nur die mentale Entschlossenheit.

Nur ist es nicht für jeden so einfach. Körperliche Fitness, Höhenakklimatisierung, Erfahrung und Einstellung spielen eine Rolle. Eine moderate Wanderung für Sie kann für jemand anderen äußerst schwierig sein. Versuchen Sie, ruhig und positiv zu bleiben. Ermutigen Sie den schwachen Wanderer und zeigen Sie nicht, dass Sie gelangweilt oder ängstlich sind, selbst wenn Sie es sind. Das wird sie nur noch weiter demoralisieren.

Wenn sie die Geduld verlieren, werden Sie nicht defensiv (Nun, ich habe Sie nicht gebeten zu kommen oder Die meisten Leute können damit umgehen). Sie können wütend sein, wenn sie wütend sein müssen, aber du solltest cool bleiben.

Geben Sie ihnen Raum, aber nicht zu viel

Denke nicht, dass du an ihrer Seite bleiben musst. Wenn Sie weiter wandern, zeigt dies, dass Sie immer noch von der Erfahrung profitieren.

alt= Hitzeerschöpfung vermeiden >Atlas & Boots Kia beim Wandern in der Atacama-Wüste, dem trockensten Ort der Erde

Natürlich sollte man darauf achten, nicht zu weit abzuschweifen. Wenn Sie bei extremem Wetter oder in der Höhe wandern, müssen Sie Ihren Partner möglicherweise auf Symptome der Höhenkrankheit oder Hitzeerschöpfung im Auge behalten.

Außerdem, wenn Sie eine Pause machen und sie Sie einholen, verbringen Sie fünf Minuten mit ihnen, anstatt sich wieder auf den Weg zu machen. Sie haben vielleicht gerade eine Pause gemacht, aber sie haben es nicht.

Fotos machen

Wenn Sie eine Kamera dabei haben, verbringen Sie einige Zeit damit, Fotos zu machen. Das gibt deinem Partner Zeit, dich einzuholen oder sogar vorauszuwandern, ohne sich schuldig zu fühlen, dass er dich aufhält.

Ändere den Plan nicht

alt= Entscheiden Sie sich für einen langsamen, aber stetigen Fortschritt entlang einer gut geplanten Route >Traumzeit
Entscheiden Sie sich für einen langsamen, aber stetigen Fortschritt entlang einer gut geplanten Route

Wenn Sie in einer abgelegenen Gegend oder in gefährlichem Gelände wandern, sollten Sie nicht versucht sein, eine Abkürzung zu nehmen oder zu sehr von Ihrem Plan abzuweichen. Wir haben Berichte von Wanderern gehört, die sich tagelang verlaufen haben, weil sie eine ungeplante Abkürzung genommen haben.

Abweichungen vom Plan führen zu unvorhersehbaren Ereignissen. Das Beste, was Sie für Ihren Wanderpartner tun können, ist ein langsames, aber stetiges Vorankommen entlang einer gut geplanten Route.

Erleichtern Sie die Last

Wenn Ihr Wanderpartner mit dem Gewicht auf seinem Rücken zu kämpfen hat, ziehen Sie in Betracht, ihm nach Möglichkeit etwas abzunehmen. Manchmal können die paar Kilogramm mehr den Unterschied ausmachen.

Als wir auf der Isla del Sol ankamen und ich mit einem steilen 30-minütigen Spaziergang auf fast 4.000 Metern mit 13 kg Gewicht auf dem Rücken konfrontiert wurde, wusste ich, dass ich damit nicht umgehen konnte. Glücklicherweise bot mir ein einheimischer Junge an, meine Tasche für mich zu tragen. In dieser Situation hätte Peter wenig für mich tun können, da er selbst 20 kg trug, aber unter anderen Umständen (Matavanu!) Hat er mein Gepäck erleichtert, was immens geholfen hat.

Werde niemals selbstzufrieden

Das sollte selbstverständlich sein, aber packen Sie immer die zehn wichtigsten Dinge ein und erzählen Sie immer jemandem von Ihren Plänen – auch wenn Sie auf eine ausgetretene Wanderung gehen.

Im vergangenen Jahr starben sieben Wanderer mit Helmen, Neoprenanzügen und Klettergurten nach einer Sturzflut im Zion-Nationalpark. Wenn unvorhergesehene Ereignisse sehr erfahrene und gut vorbereitete Wanderer treffen können, können sie jeden treffen, also geben Sie sich selbst die beste Chance.

alt= >

Im Alter von 44 Jahren machte sich Bill Bryson in Begleitung seines stattlichen Freundes Stephen Katz auf den Appalachian Trail zu wandern. In *A Walk in the Woods* erzählt er von seinen Erfahrungen in den riesigen, verworrenen Wäldern, die vernünftigen Menschen seit dreihundert Jahren Angst machen.

Leitbild: Dreamstime

Besuchen Sie uns auf: eine-reise.de