

ein Reisevortrag von Gisella Krinzinger

## Pacific Crest Trail zu Fuß von Mexiko bis Kanada

Wenn es stimmt, dass der Weg das Ziel ist, dann gibt es in den USA wohl kaum ein grandioseres Ziel. Der Pacific Crest Trail ist eine unvergleichliche Herausforderung – mental, körperlich und emotional. Vor allem jedoch ein überwältigendes Abenteuer.



*Bild: Knife`s Edge – Goat Rocks Wilderness, Washington*

Im vergangenen Jahr entschloss ich mich dazu, dieses einzigartige Abenteuer zu wagen. Ohne viel Wandererfahrung startete ich im März 2018 im Alleingang meine große Reise, von der Wüste Kaliforniens nordwärts Richtung Kanada – ein Fußmarsch von 4279 Kilometern.

Auf meiner etwa fünf Monate langen Reise führte mich der PCT durch emotionale, mentale und körperliche Höhen und Tiefen und brachte mich an ganz persönliche Grenzen. Ich musste mich Gefahren aussetzen, wie das Überqueren reißender Flüsse, das Überwinden unzähliger Gebirgspässe, Lebensmittel-

und Wasserknappheit, sowie der Konfrontation mit Wildtieren. Nicht selten waren Wasserquellen versiegt und der Pfad von Schnee überdeckt, sodass es schwer war sich zu orientieren. Nachtwanderungen stellten sich als besonderer Nervenkitzel heraus, was jedoch oft notwendig war, um der Wüstenhitze zu entkommen. Bei jeglichen Temperaturen und Witterungen den bis zu 20 kg schweren Rucksack zu schultern und täglich über 30 Kilometer zurückzulegen erforderte oftmals große Überwindung, Disziplin und Ausdauer. Die Last des Gepäcks verursachte Rücken-, Hüft- und Schulterschmerzen. Trotz oder gerade wegen all dieser Strapazen war dieser Trail eine unvergessliche Erfahrung, die ich nicht missen möchte. Surreal erscheinende Landschaften, der intensive Bezug zur Natur, das Losgelöstsein von der Zivilisation und dieses Gefühl der absoluten Freiheit, gaben mir täglich aufs Neue den Mut und die Kraft weiterzumachen. Lassen Sie sich von mir durch den Pfad voller Abenteuer führen und vom wilden Westen Amerikas beeindruckt.



*Bild: Ich erklimm den 4421 Meter hohen Mount Whitney.*