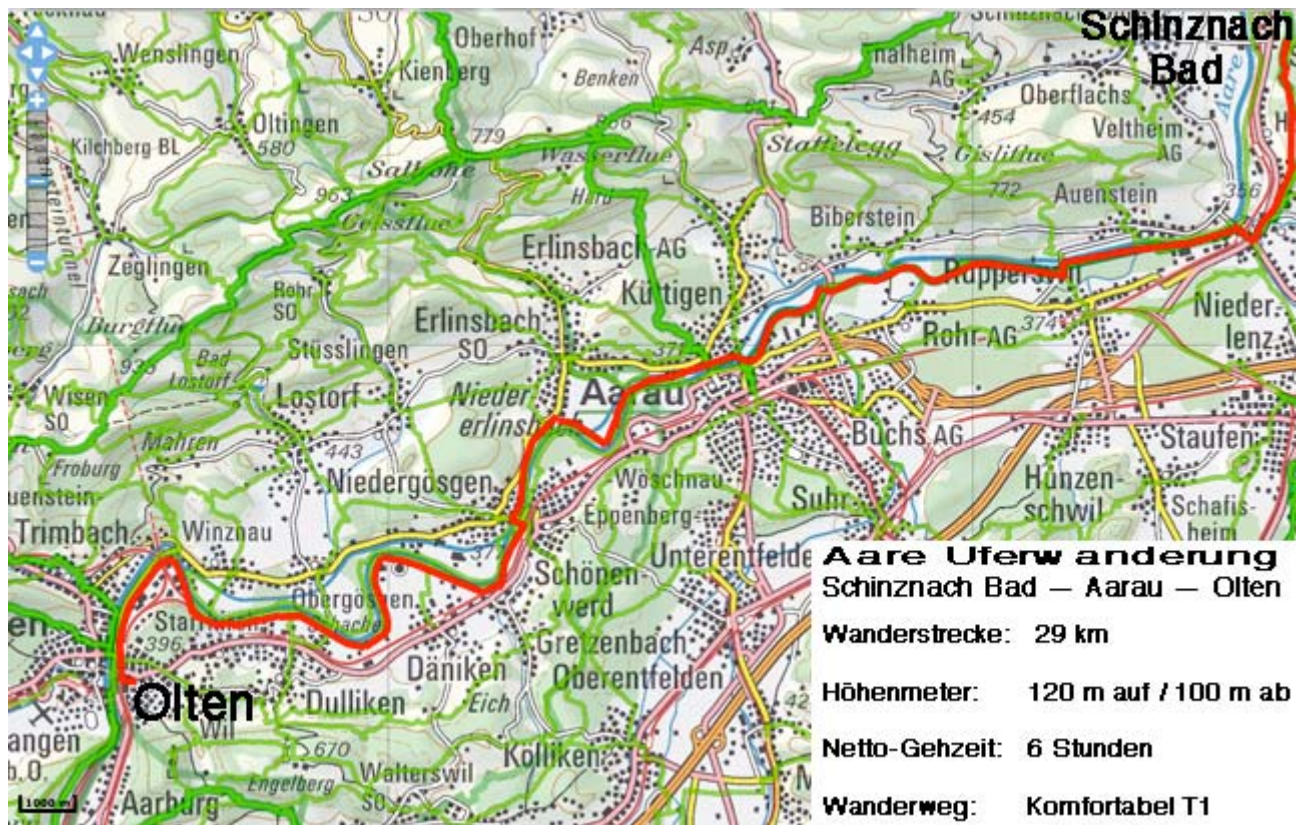


# 01.02.14 Aare-Uferwanderung Schinznach Bad – Aarau – Olten



Erstes „Warm-Up-Training“ zwecks Vorbereitung der Teilnahme am Rigimarsch 2014:



Mit dabei waren heute\* Andreas, Armin, Denis, Fabian, Monika, Nicola, Peter, Sandro, Ursula & Thomas

\* Melyssa verpasste den Zug um eine Minute und konnte leider nicht auch mit dabei sein: Schade!

Um 09:25 starten wir beim Bahnhof Schinznach Bad



Nach wenigen Minuten erreichen wir den Waldweg, der...

...hinunter zum rechten Aare-Uferweg führt, auf welchem wir bis Aarau bleiben werden:



Während der ersten halben Wanderstunde versteckt sich die Sonne noch hinter den Nebelbänken

Auf der Höhe des Schloss Wildegg beginnt sich die Sonne durchzusetzen, auf der gegenüber...



...liegenden Uferseite begleiten uns fortan schöne Spiegelbilder; hier Häuser der Gemeinde Auenstein

Der Uferweg auf der rechten Aareseite ist facettenreich:



Komfortable „Autobahnen“ wechseln sich munter ab mit wunderbaren Naturwegen auf dem Damm

Bei dieser Hängebrücke mit dem eigenwilligen Design aus statischen und beweglichen...



...Komponenten legen wir eine erste kurze Rast ein: Armin nutzt die Gelegenheit für einen Stabilitäts-Test

Wir bleiben auf der rechten Uferseite und erreichen die Mündung des Umgehungsgewässers, das ein...



...Teil des Aare-Renaturierungs-Projekts ist und schöne Wasserläufe in Seitenarmen hervorbringt:



Wir überqueren die „Triumphbogen-Brücke“ über die Suhre und befinden uns danach...



...bereits auf dem Gebiet der Stadt Aarau



Aare-Mündung des Gewässers, das aus dem Summergrien-Wald kommt

Der Summergrien-Wald ist eine beliebte Naherholungszone für die Aarauer Bevölkerung



Lichter, sonnendurchfluteter Wald und Fischtreppe beim EW Rombach

Wir erreichen unser erstes Teilziel um 12:15 Uhr und sind damit signifikant schneller als vorgesehen.

Beim Schachen Aarau wechseln wir auf die Flussinsel Grien und finden einen schönen Platz...



...für unsere Mittagsrast, die wir kurz halten: Stillstehen ist COOL im ursprünglichen Sinn ;-)

Beim Wehr Schachenwald wechseln wir wieder auf die rechte Uferseite und in Schönenwerd...



...erkennen wir beim Zusammenschluss der beiden Aare-Arme erstmals das KKW Gösgen, das wir fortan aus allen möglichen Perspektiven sehen werden. Doch auch die geschichtliche Architektur ist auf diesem...



...diesem Wegstück präsent: Die weithin Schlosskirche Niedergösgen war ursprünglich eine Burg mit Wehrturm der Falkensteiner und gilt heute als bedeutendste Barockkirche der Schweiz



Für alle, die von Aarau nach Olten wandern, ist der Besuch des BALLY-Parks geradezu ein Muss:



Hier ist es ein scheinbar kleines Wasserschloss, das unsere Neugier weckt und sich beim genaueren...



...Hinsehen als ideale Stätte für eine kurze Trinkrast erweist

Durch den vorbildlich gepflegten und grosszügig angelegten Park nähern wir uns dessen eigentlichem...



...Prunkstück: Eine originalgetreu nachgebaute Pfahlbau-Siedlung, welche an der Fundstelle der...



...Relikte aus der Ur-Zeit steht: Ansicht aus der Süd-Perspektive

Das verbleibende Wegstück bis nach Olten folgt den grossräumigen Windungen des Aare-Wasserlaufs:



Die nun sich häufenden Hartbelags-Passagen werden kompensiert durch herrliche Single-Trails...



...entlang der Aare-Seitenarme in naturbelassener Umgebung

Wir erreichen das EW Olten und wandern entlang der schön angelegten...



...Fischtreppe, wonach wir in einer weitlaufenden Schlaufe den Bahnhof Olten um 16:05 Uhr erreichen

Mein Dank geht an Andreas, Armin, Denis, Fabian, Monika, Nicola, Peter, Sandro und Ursula für die angenehme und aufgestellte Begleitung auf dieser Tour, die sich auf dem Papier als leicht, wenn auch etwas lang präsentierte. In der Praxis war es dann so, dass sich bei unserer Ankunft in Olten niemand wirklich darüber beklagte, dass wir bereits am Ziel angelangt sind....

**NOTE:** Die Routenwahl dieser Wanderung wurde so gewählt, dass sie einen Vergleich mit dem ersten, nahezu flachen Streckenteil des Rigimarschs zulässt, welcher entlang dem Reussufer von Bremgarten bis nach Rotkreuz führt. Der Zeitplan wurde so kalkuliert, dass er der langsameren Pace des Rigimarschs entspricht. Dies lässt eine Statusaufnahme zu, wie man/frau sich nach 30 gewanderten km bereit fühlt, nochmals 20 km mit einer kumulierten Höhendifferenz von ca.1400 Meter aufwärts begehen zu müssen. Meine persönliche Erkenntnis lautet, dass noch einige Langdistanz-Trainings zu absolvieren sind, bis das Projekt [Rigimarsch 2014](#) (in der Nacht vom 28. auf den 29. Mai) zuversichtlich angegangen werden kann.

Um den Rigimarsch 2014 gemeinsam unter Gleichgesinnten seriös vorbereiten zu können, wurde die [Facebook-Gruppe «IG Rigimarsch 2014»](#) gegründet. Diese verfolgt den einzigen Zweck, Interessenten für diese einzigartige Veranstaltung zu vernetzen, damit diese Herausforderung gemeinsam angenommen und vorbereitet werden kann. Neu-MitgliederInnen sind herzlich willkommen. Wer nicht auf Facebook aktiv ist und dies bleiben möchte, meldet sich für den periodisch erscheinenden Wander-Newsletter bei mir an: Thomas Auer > [auer@hrm-auer.ch](mailto:auer@hrm-auer.ch)

Herzliche Grüsse

Thomas