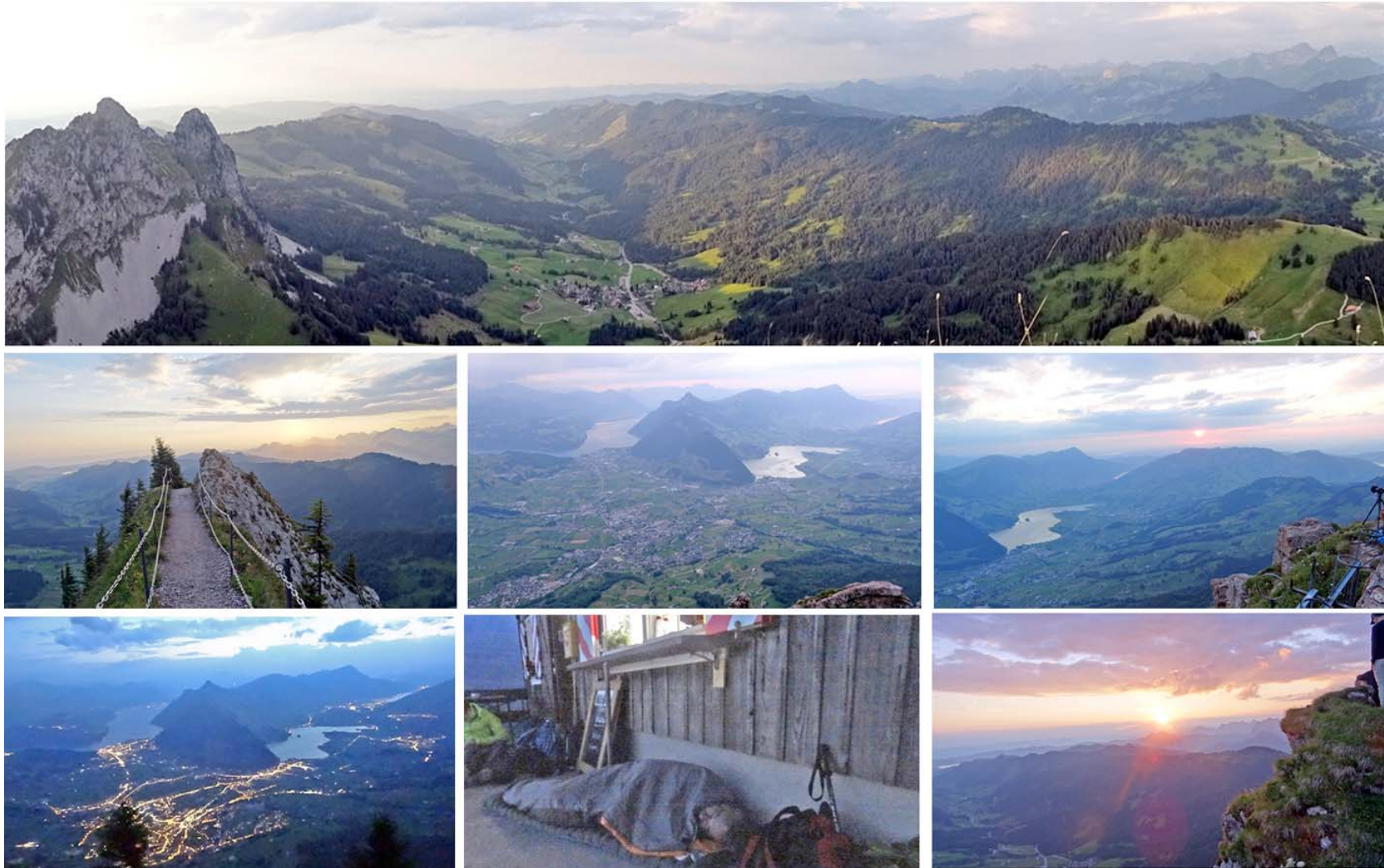


13-14.07.18 «Outdoor-Night» auf dem grossen Mythen mit anschliessender Tageswanderung



Thomas war geplant alleine auf einer Selbstfindungs-REKO-Tour, um herauszufinden, zu was trotz tiefem Vitamin B-12-Wert und einer Betablocker-Kur noch fähig bin.

LINKS:

Organisator dieser Tour: [Facebook-Gruppe «Wanderfreaks Schweiz»](#)

Für „Facebook-Abstinente“: [Gleiche Inhalte auf privater Webseite](#)



Um es vorweg zu nehmen: Diese Tour habe ich mit Absicht nicht öffentlich ausgeschrieben, weil ich nicht wusste, ob und wann ich sie abbrechen muss: Zur Zeit habe ich mich dem Diktat der Schulmedizin unterworfen, weil ein Check-Up zwar ein gutes Gesamt-Resultat zeigte, jedoch auch zwei lebenswichtige klinische Parameter als ausserhalb der noch tolerierbaren Bandbreite offen legte.

Um 18:25 Uhr startete ich bei der Talstation der LBH im Alphthaler Weiler Brunni, um 19:05 Uhr erreiche ich die gut 400 m höher liegende Holzegg und um 20:20 Uhr den Gipfel vom grossen Mythen. Unterwegs überholte ich zwei andere Berggänger, jedoch überholten mich mindest 20 schnellere GipfelstürmerInnen. Dennoch, der erste Test war bestanden: 857 hm aufwärts in einer Nettozeit von einer Stunde 45 Minuten ist für meine Altersklasse eine ansprechend gute Zeit.

Nach einer Outdoor-Nacht mit den Highlights Sonnen Unter- und Aufgang starte ich am nächsten Morgen um 06:15 Uhr. Bemerkenswert ist, dass ich in den 75 Minuten bis Brunni mindestens 30 Menschen begegnete, welche um diese Zeit auf den Mythen aufstiegen.

Von Brunni folgte ich dem Bachlauf der Alp durch das Alphthal abwärts bis nach Einsiedeln, wobei die seitlichen Aufstiege nach Alphthal und Trachslau auch das „Aufwärts-Höhenmeter-Konto“ nach oben schraubten. Kurz vor 10:00 erreiche ich das Klosterdorf Einsiedeln, wo ich das überfällige Frühstück nachhole.

Nun folge ich der Jakobsweg-Route bis nach Pfäffikon SZ. Ein Wermuts-Tropfen sind dabei die vielen Wegstücke auf Hartbelag bis St. Meinrad, zu einem grossen Teil auf Autostrassen ohne Trottoirs. Im steilen Aufstieg nach St. Meinrad musste ich erstmals „beissen“; ich spürte, dass meine Kräfte allmählich nachlassen.

Ergo beschliesse ich, die Tour in Pfäffikon SZ zu beenden und nicht wie ursprünglich geplant eine weitere Outdoor-Nacht auf dem Bachtel anzuhängen. Aufgrund der Erkenntnisse werde ich für eine unbestimmte Zeit auf wirklich deftige Bergwanderungen weder organisieren noch an solchen teilnehmen.

Schon recht weit oben im Mythen-Aufstieg ein Tiefblick in Richtung Osten:



Das ganze Alptal (das ich am nächsten Morgen begehen werde) ist mit einem Blick überschaubar

Weitere Impressionen beim Aufstieg auf den grossen Mythen:



Im Südwesten die Urner Alpen mit den erkennbaren Uri Rotstock, Fulen und Rosstock

Eine Stunde vor dem angekündigten Sonnenuntergang erreiche ich den Gipfel:



Schon hier ahne ich, dass ich die kommende Nacht keineswegs ein „Gipfel-Eremit“ sein werde ;-)

Von der Terrasse ein toller Tiefblick gegen Westen:



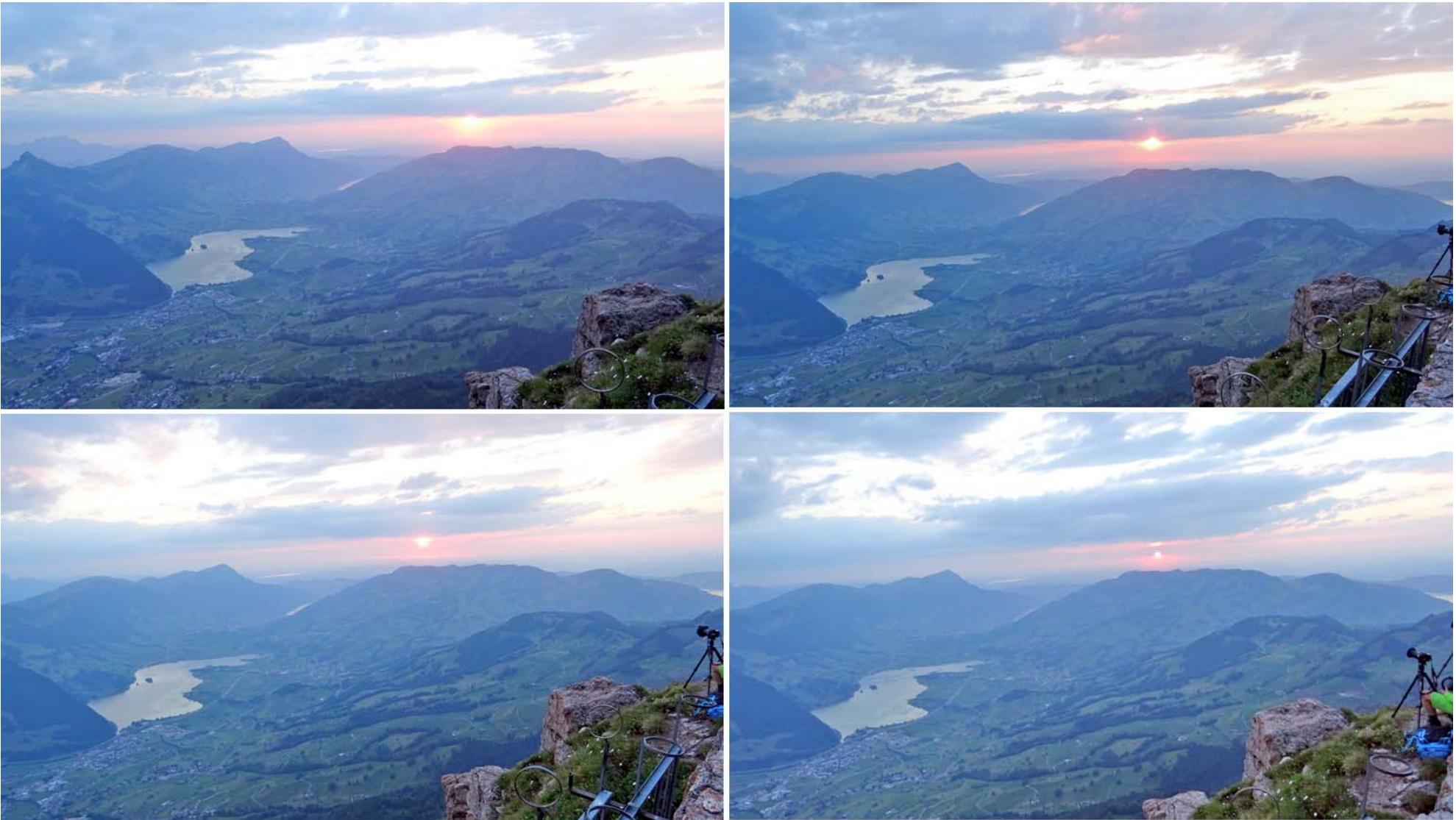
Die von der bekannten Innerschweizer Bergwelt eingebetteten Vierwaldstätter- und Lauerzer-Seen

Leider nimmt die Bewölkung sukzessiv zu:



Dennoch kündigt sich der Sonnen-Untergang unmissverständlich an

Chronologie des Sonnen-Untergangs am Freitag, den 13.07.18:



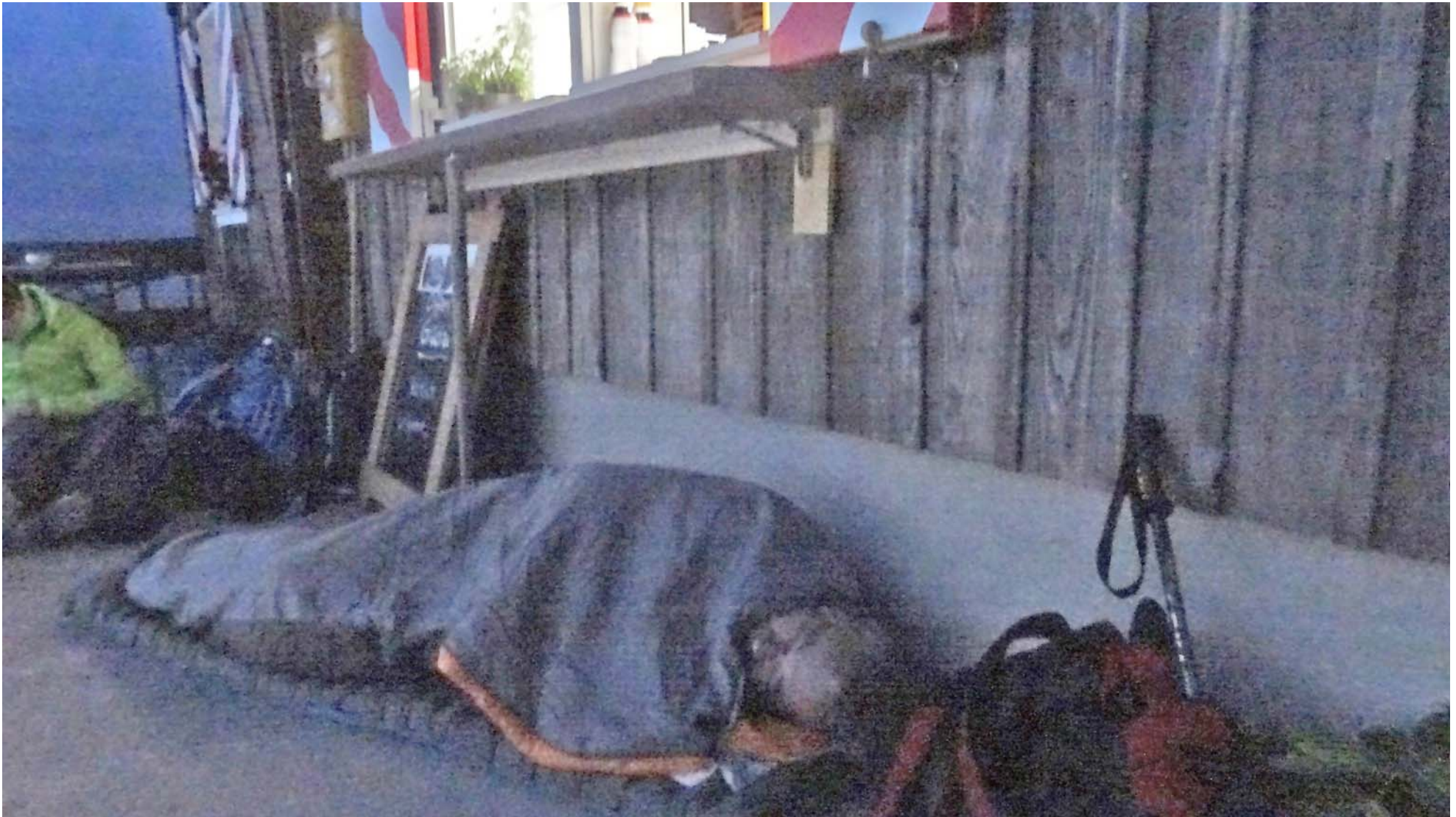
Nicht ganz ein perfektes, jedoch ein noch immer eindruckliches Natur-Schauspiel

Der Abend dauert noch lange, bis...



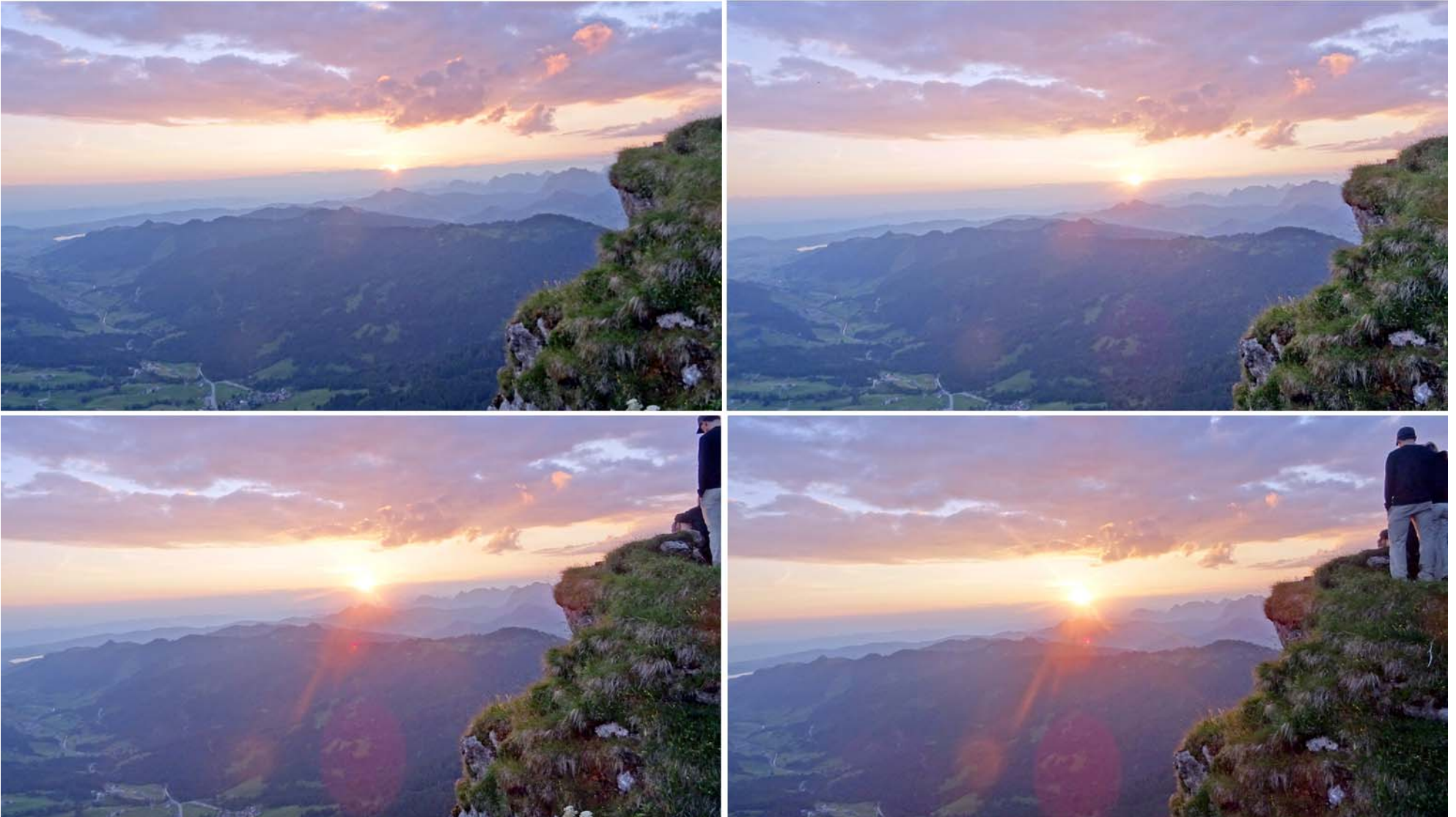
...“unten“ die Lichter ausgehen

Am folgenden Morgen gehen die Lichter vom Gipfel-Kiosk schon um 04:30 Uhr an, während...



...sich ein nicht gerade als Frühaufsteher bekannter Wanderfreak nochmals dreht ;-)

Hier sind sie nun:



Die unvergesslich schönen Momente des Sonnen-Aufgangs

Nach einer recht kühlen (4 °C!) Nacht möchten alle der Sonne möglichst nahe sein:



Gemeinsames Willkommen-heissen und Anbeten auf dem Helikopter-Landeplatz

Um 06:15 Uhr starte ich zu meiner Tageswanderung



Sieht doch wie eine Starttrampe in einen schönen Tag aus?

Von der LBH-Talstation ein Blick zurück resp. hinauf:



Unglaublich, dass ein Mensch in 75 Minuten so tief sinken kann.....

Impressionen von der Etappe Brunni – Einsiedeln:



Links oben: Die Römerbrücke nach Alpthal; rechts oben: der Talbach Alp mit dem kleinen Mythen im Hintergrund; links unten: Das Kloster Au zwischen Trachslau und Einsiedeln; rechts unten: die charakteristischen Türme des Klosters Einsiedeln

Schon lange nicht mehr war ich „ihm“ so nahe:



Dem Sihlsee auf dem Wegstück von Einsiedeln nach St. Meinrad

Die wie eingangs erwähnte Etappe Einsiedeln – St. Meinrad bietet neben viel Hartbelag auch ein schönes Bauwerk:



Die Sihlbrücke vor dem finalen Aufstieg nach St. Meinrad hat ein charmantes „Oberdeck“

Ab St. Meinrad geht es nur noch bergab:



Nach dem Wald-Austritt ein toller Blick auf den Seedamm und die Inseln Ufen- und Lützelau

Oberhalb von Pfäffikon nochmals ein gezoomter Blick auf den Seedamm:



Jetzt ist auch Rapperswil mit seinem dominanten Schloss im Blickfeld