

# Marathon bei Gandalf

Julia Suwelack und Ingrid Wittenberg aus Münster erleben eine intensive Reise durch die Mongolei

Von Ulla Wolanewitz

**MÜNSTER.** Astrid Lindgren formulierte die wunderbaren Zellen: „Es gibt kein Gesetz, dass alten Frauen verbietet, auf Bäume zu klettern“. Julia Suwelack und Ingrid Wittenberg sind zwei Frauen, die diese Worte mit Leben zu füllen wissen. Aber alt? Vor wem? Vor fünf Wochen stiegen die beiden in Berlin in

»Bei gekochtem, altem Hammel und getrocknetem **Yaksmilch**-Quark wird man schnell zur Vegetarierin.«

Ingrid Wittenberg, 80



Marathonläuferin Julia Suwelack (l.) mit „Gandalf“, dem Herbergsvater ihrer **Nomadenjurte**, und der Weltreisenden Ingrid Wittenberg aus Münster. Suwelack startete beim „14. Gobi-Marathon“ (kl. Foto) mitten im Nichts.

Foto: privat

den Flieger. Ziel: **Ulaan Baatar**, die Hauptstadt der Mongolei. Wenn Julia Suwelack sich nicht gerade den Titel als „Deutsche Meisterin 2013“ im 100-Kilometer-Lauf sichert oder wie letztes Jahr mit der Leze in 44 Tagen 4000 Kilometer von Bari zum Nordkap zurücklegt, braucht sie in jedem Fall eine Herausforderung. Deshalb meldete sich die 67-Jährige für den „Gobi Marathon 2014“ in der Mongolei an. Wohl wissend, dass ihre langjährige Bekannte Ingrid Wittenberg gerne unterwegs

»Toilettengang nachts nur mit Taschenlampe, um sicher an dem ungnädigen Schafsbock vorbeizukommen.«

Ingrid Wittenberg

ist, fragte sie an, ob sie sich vorstellen könnte, sie zu begleiten. Für die 80-Jährige gibt es nach wie vor kaum etwas Schöneres, als die Welt zu erkunden. Deshalb war die Entscheidung schnell ge-

fällt: „Ich habe mich gefreut, über das Angebot.“ Bereits in den 70er Jahren fuhr die leidenschaftliche Weltreisende in den Ferien mit Mann und Maus in einem umgebauten **Hanomag** Henschel nach Afghanistan.

Zum Marathon-Event buchten die Damen ein „Rund-um-Programm“ auf den Spuren von Dschingis Khan hinzu. Siehe da: „Atemberaubend war’s, da sind sich beide einig. „War jetzt keine kulinarische Reise“, bemerkt Ingrid Wittenberg schmunzelnd. „Bei gekochtem, altem Hammel

und getrocknetem **Yaksmilch**-Quark wird man schnell zur Vegetarierin.“ Höhepunkt ihres ungewöhnlichen Ausflugs war „die Bekanntschaft mit **Gandalf**“, versichert die Sportle-

rin, die **Mishka**, dem weißbärtigen Herbergsvater ihrer Nomaden-Jurte bei **Tsetserleg**, diesen Spitznamen verpasste. Ein paar Tage verbrachten sie in der Steppe, bei nächtlichen Minustemperaturen, ohne Badezimmer. „Toilettengang nachts nur mit Taschenlampe, um sicher an dem ungnädigen Schafsbock vorbeizukommen“, amüsiert sich die 80-Jährige. Training stand für Julia Suwelack nicht an: „Ich

bin ganz gut in Form!“ Dafür half sie beim Zusammenrücken der 30 Yaks, die zwei Mal täglich gemolken wurden.

Mit 40 Teilnehmern ging sie bei **Dalanzadgad** – „mitten im Nichts“ – beim „14. Gobi-Marathon“ an den Start. Die Streckenbeschreibung lautete: Bis zur Düne, **drumherum**, die Nomaden links liegen lassen und weiter geradeaus, Richtung: orange-flammende Klippen von **Bayanzag**. Ingrid Wit-

tenberg unterstützte währte, dynamischer **Un**-Ruheständlerinnen heißt das in der Übersetzung: „Ich starte beim Ultramarathon (63,3 km) in Remscheid“, so Julia Suwelack. Ingrid Wittenberg geht demnächst an Bord eines Kreuzfahrtschiffs. „Meine Tochter hat’s organisiert“, sagt die muntere 80-Jährige entspannt. „Ich glaube, Florida ist das Ziel.“

„Meine Tochter hat’s organisiert“, sagt die muntere 80-Jährige entspannt. „Ich glaube, Florida ist das Ziel.“

Die meisten von ihnen sind Buddhisten. Seit 1989 gibt es eine demokratische Verfassung. Die Währung heißt **Togrog (MNT)**. Ein Euro entspricht 2,286 **MNT**.

## Mongolei

Die Mongolei ist fünf Mal so groß wie Deutschland. Sie hat drei Millionen Einwohner, von denen die Hälfte in den drei größten Städten wohnt: **Ulaan Baatar**, **Darchan**, **Erdene**.