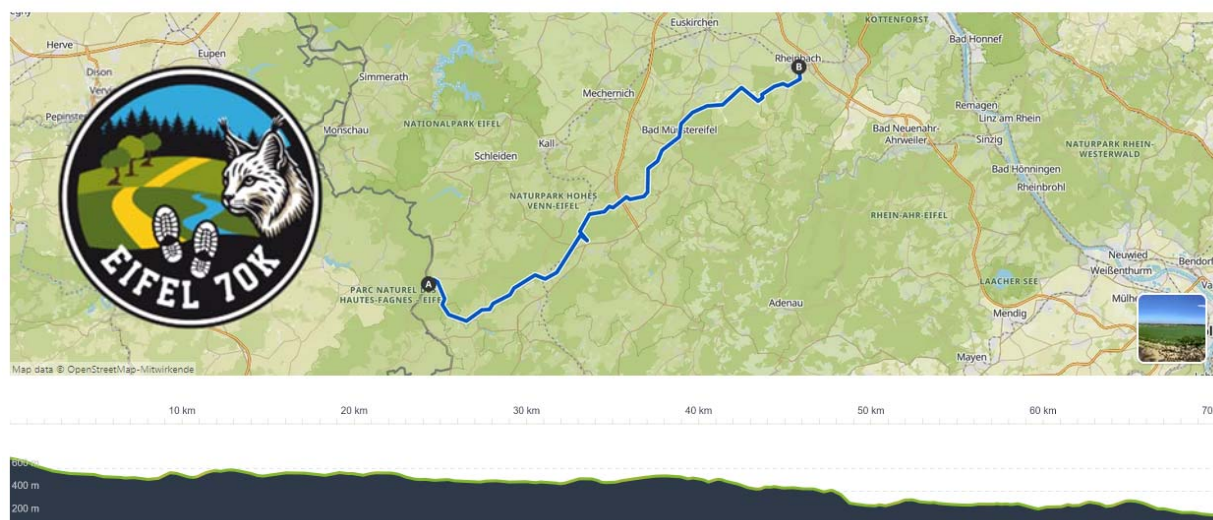


#Eifel 70 K_Route2025 (Stand 15.06.2025)

🕒 18:50 ↔ 70,1 km 🚶 3,7 km/h ⚡ 670 m 📉 1.170 m



Das besondere Wander-Event am 5. Juli 2025 von Hellenthal-Udenbreth nahe der belgischen Grenze durch die Eifel nach Rheinbach

Beim „Marsch mit Aussicht“ geht Karsten Brandt mit der Nummer 1 an den Start, die ihm Bürgermeister Rudolf Westerburg überreichte.



Am 5. Juli 2025 fand der vom Good Walking Club e.V. erstmals veranstaltete MARSCH MIT AUSSICHT über 70 KM (alternativ auch 48 KM) als Nachfolger des RHEIN-AHR-MARSCH (100 KM) und des SAHRTAL TRAIL (60 KM) statt. Beginn der langen Tour war um 6 Uhr (um 01.30 Uhr klingelte der Wecker!) mit Sonnenaufgang in Hellenthal-Udenbreth nahe der belgischen Grenze, konkret am „Weißen Stein“ bzw. am Wetterpark unseres Vereinsmitglieds Karsten, welcher standesgemäß dann auch selbst mit der Nr. 1 am Start war. Die Vorgabe war, die „Rheinbacher Burg“ in Rheinbach innerhalb von max. 15 Stunden, also mit Sonnenuntergang, zu erreichen.

Neben **Karsten** war die LLG noch mit **Ilse und Gabi** unter den 391 TeilnehmerInnen vertreten, die meinen Freund Erhard und mich aber schnell abgehängt hatten. Vielleicht lag es daran, dass wir zwei Männer am Stock gingen und sich die Damen mit solchem Ballast gar nicht erst herumgeschlagen haben.



Gott sei Dank war es nicht mehr so heiß wie die Tage davor. Die wetterbedingte Herausforderung lag jedoch darin, dass am höchsten Punkt der Nordeifel (690 m) zur Startzeit das Thermometer gerade einmal 10 Grad anzeigte und entsprechende Kleidung erforderlich machte. Nach etwa drei Stunden der Wanderung konnten wir uns der warmen Bekleidung entledigen und ab mittags

wurde es dann sogar bis 28 Grad (zu) heiß. In der Nachmittagsphase hatte ich dann auch meinen Durchhänger, was sich auf das Tempo und die (zu langen) Pausen niederschlug. Ich will nicht sagen, die Tour unterschätzt zu haben. Aber die Wegstrecke im Vorfeld studierend, stellte ich fest, dass wir mehr abwärts als aufwärts zu gehen hatten, was wahre Glücksgefühle in mir auszulösen vermochte. Ging es auf der ersten Etappe dann auch fast ausschließlich bergab, so hatten wir in der Folge aber immer wieder Bergpassagen zu überwinden und kamen so dann doch auf insg. 840 HM, die ihren Tribut forderten.

Die Strecke führte uns durch malerische Landschaften mit wunderschönen Aussichten und an sieben Verpflegungsstellen vorbei, die nicht nur bestens ausgestattet waren, sondern auch aufgrund der engmaschigen Verbindungen (alle 7 bis 12 KM) es zuließen, den Rucksack nicht mit Nahrung und Getränken vollpacken zu müssen.

Die Durchquerung von Bad Münstereifel bildete gegenüber den übrigen Passagen auf Wald-, Wiesen und Feldwegen die absolute Ausnahme. Beeindruckend war auch der Weg entlang der Steinbachtalsperre (oder das, was von ihr übriggeblieben ist).

Nach 14:12 h (inkl. Pausen) liefen Erhard und ich

Übersicht Öffnungszeiten Verpflegungs- und Kontrollpunkte #EIFEL70K ab VP3 gemeinsame VP mit #EIFEL48K 10,3 KM vom Start #EIFEL48K bis VP3					
VP	KM	Ort	Open	CLOSED	
VP 1	KM 10	Berk	07:20 Uhr	08:15 Uhr	
VP 2	KM 20	Schmidtheim	08:40 Uhr	10:30 Uhr	
VP 3	KM 32	Römerkastell	10:15 Uhr	13:00 Uhr	
VP 4	KM 39	Frohngau	11:15 Uhr	14:40 Uhr	
VP 5	KM 49	Bad Münstereifel	12:30 Uhr	16:50 Uhr	
VP 6	KM 57	Steinbachtalsperre	13:30 Uhr	18:35 Uhr	
VP 7	KM 63	Queckenberg	14:20 Uhr	19:55 Uhr	
Ziel	KM 70/48	Rheinbach	15:20 Uhr	21:30 Uhr	

durch das Zieltor in Rheinbach.

Es war eine fantastische Strecke, die mal wieder perfekt vom Good Walking Club e.V. geplant und organisiert war. Den rund 80 ehrenamtlichen und immer hilfsbereiten, freundlichen HelferInnen, die mit Begeisterung dabei waren, gebührt an dieser Stelle ein großes Lob. Der GPS-Tracker konnte während der gesamten Tour im Rucksack bleiben, weil die Wege bestens ausgezeichnet waren. Auch wenn die Grenzen der Belastbarkeit gut ausgetestet wurden, freue ich mich bereits auf eine Wiederholung...

Johannes



70 km gab es 7 Verpflegungspunkte. Jede war einzigartig und es fehlte an nichts. Mittags gab es eine Gemüsesuppe mit Nudeln und zum Kaffee in Bad Münstereifel leckeren Kuchen von einem heimischen Bäcker. Die Strecke war sehr abwechslungsreich. Bergauf und Bergab, wobei uns zum Schluss Bergauf angenehmer war. In Rheinbach angekommen, waren wir froh und glücklich die Strecke gemeistert zu haben, in 13:37 Std

Mein Fazit: Ich hatte immer mal vor, einen 100 km Marsch zu absolvieren. Jetzt jedoch sage ich auf keinen Fall 100 km. Im nächsten Jahr werde ich die 48 k in Angriff nehmen. **Gabi**

