

HOCHRHEIN vor 2 Stunden

Er lief einmal um die ganze Schweiz. Nun ist Roland Gröflin zurück und sagt: „Jeder Schritt war ein voller Erfolg“

Roland Gröflin blickt zurück auf seine Umrundung der Schweiz, und damit auf 2000 Kilometer, die er nur zu Fuß zurückgelegt hat. Er spricht über seine besonderen Momente und Begegnungen, aber auch über einen herben Rückschlag ganz zu Beginn seiner Tour.



Roland Gröflin auf dem Weg die komplette Schweiz zu umrunden. | Bild: Roland Gröflin

VON **VERENA WEHRLE**

„Es war für mich ein wunderbares Erlebnis, jeder Tag, jeder Schritt war für mich ein voller Erfolg“, sagt der 55-jährige Roland Gröflin über seine Schweizumrundung. Am 1. August war er in seinem Heimatort Rheinfelden/CH gestartet, um zu Fuß die 2000 Kilometer rund um die Schweiz zurückzulegen. Zwei Monate später, am 30. September, kam er umjubelt von Bekannten wieder zuhause an. Uns hat der Sportler von seiner besonderen Reise erzählt.

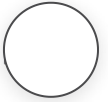
Eigentlich ist Roland Gröflin Gemeindemitarbeiter im schweizerischen Stein am Rhein. Doch in diesem Jahr wollte er sich in ein ganz besonderes Abenteuer stürzen. Er wollte die Schweiz mal von einer ganz anderen Seite kennenlernen und sie komplett umrunden. Zu Fuß. Mit den Laufschuhen.

Das könnte Sie auch interessieren



HOCHRHEIN/SCHWEIZ

Dieser Mann will vom Hochrhein aus einmal zu Fuß die Schweiz umrunden.
Warum tut er das?



Für ihn sei die Reise vor allem dann besonders schön gewesen, wenn er sich mitten in der Natur befand. Ganz allein. „Die Stille fernab der Zivilisation, aber auch die unberührten Wälder und Flusslandschaften waren besonders“, erzählt er und man hört ihm die Begeisterung an. „Es war auch ein Erlebnis mich auf Gipfel hochgearbeitet zu haben, das Gefühl, es geschafft zu haben“, erzählt der 55-Jährige, der sich seit mehr als fünf Jahren intensiv dem Laufsport widmet. Besondere Begegnungen habe er auch mit wildlebenden Bergtieren gehabt, so sei er auf Murmeltiere, Steinböcke oder Gemen gestoßen und habe auch einen Bartgeier gesehen.



Die Berge zu erklimmen gehörte zu den besonderen Momenten. | Bild: Roland Gröflin

Auch die Gespräche mit vielen unterschiedlichen Menschen wie einem Jäger oder Touristen aus verschiedenen Ländern seien inspirierend gewesen. Denn Gröflin war meist allein unterwegs. Morgens startete er von seinem Camper, in dem er nach der

Tagestour übernachtete. Sein Kumpel Mosh Mangha begleitete die Tour mit dem Camper, war Fahrer, Masseur und Koch. Und auch Roland Gröflins Frau Patrizia war die ersten fünf Wochen im Camper mit dabei. Und immer mal wieder kam Besuch.



Roland Gröflin (ganz rechts) mit seinen Begleitern und Besuchern: Mosh Mangha, seinem Schwager Sepp, seiner Frau Patrizia und seiner Schwester Luggi (von links). | Bild: Roland Gröflin

In der zweiten Woche seiner zweimonatigen Reise kam dann ein schmerzhafter Rückschlag. „Ich bin gestürzt und habe mir mehrere Schürfwunden zugezogen“, erinnert er sich. „Das hat mich aber aufgerüttelt, dass ich jeden Schritt konzentriert machen muss“, so der Schweizumrunder. Dass alles andere dann doch so glimpflich abgelaufen sei, habe ihn erstaunt. Er sei körperlich nicht so stark an seine Grenzen gekommen wie erwartet. Und auch das Wetter habe gut mitgespielt, erzählt er. Nur an die Grenzen seiner Risikobereitschaft sei der 55-Jährige oft gekommen. So musste er etwa bei Rutschhängen, wackeligen Brücken oder einem reißenden Bach entscheiden, welchen Weg er gehen soll. „Das musste ich selbst mit mir ausmachen und dann ging es weiter“, erzählt er.



Der Schweizumrunder auf dem Alpenpass Forcola di Livigno zwischen dem Schweizer Kanton Graubünden und Italien. | Bild: Roland Gröflin

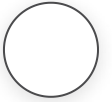
Die Reise ging weiter und was ihm dabei auffiel: „Die Schweiz ist so facettenreich, jede Region hat ihr eigenes Flair“. Der Schweizumrunder sagt: „Manchmal hat man das Gefühl man sei in Tibet, und ein anderes mal, man sei in Amerika.“ Besonders gut habe es ihm nahe des „Doubs“, gefallen, dem Grenzfluss zwischen Frankreich und der Schweiz.

Das könnte Sie auch interessieren



RHEINFELDEN

Jubelrufe für Schweizumrunder



Schon mehrfach sei er nach seiner Ankunft zuhause gefragt worden, ob er Vorträge über seine Reise machen möchte. Dies könne er sich gut vorstellen. Aber höchstwahrscheinlich nicht mehr in diesem Jahr. [Corona](#) würde dem Vorhaben einen Strich durch die Rechnung machen.



Am Ziel begrüßt ihn seine Familie: Antonella, die Freundin seines Sohnes Matteo, Frau Patrizia und Sohn Luca (von links). | Bild: Roland Gröflin

Doch Roland Gröflin hat die Reise nicht nur für sich angetreten. Er lief für einen guten Zweck. Für jeden seiner Schritte hat er Spenden gesammelt für die Laureus-Stiftung Schweiz. Diese setzt sich über soziale Sportprojekte dafür ein, die Chancengleichheit junger Menschen zu verbessern und Präventionsarbeit zu leisten.

Gröflins Spendenziel wurde erreicht. 23.000 Schweizer Franken kamen zusammen. Dies sei ein Riesenerfolg für eine Aktion einer einzelnen Person, habe die Organisation sich gefreut. Die Summe soll in einem Straßenfußball-Projekt mit Jugendlichen Verwendung finden. Gröflin selbst wird von der Laureus-Stiftung eingeladen, wenn er so weit ist, und kann sich anschauen, wo die Spenden angekommen sind. Für ihn ist schon immer klar: „Jeder Schritt kann etwas bewirken.“ Und so war es auch bei seiner Schweizumrundung.
