

Altenberg

1 Woche Entspannung und Wellness

26.02.2007

Montag

5 Uhr 30 Der Wecker klingelt uns erbarmungslos aus dem Bett.

Es ist schon erstaunlich, wie man sich (im positiven Sinn) nach fast 40 Jahren im Berufsleben, in denen ich eigentlich immer um 5 Uhr 10 aufgestanden bin, so schnell an das Ausschlafen gewöhnen kann. Ich hatte allerdings bisher auch schon an den Wochenenden damit noch nie Probleme länger zu schlafen.

Mit der Geschwindigkeit eines Faultiers krochen wir aus den Betten und unterzogen uns der Morgentoilette. Nach einem gemütlichen Frühstück wurden die letzten Sachen im Koffer verstaut und gegen 7 Uhr 20 verließen wir die Wohnung.

Draußen schien ein wenig die Sonne und wir liefen mit unseren Koffern (auf Rollen) die etwa 400 Meter bis zur Bushaltestelle des M41. Dieser Bus fährt von uns aus in wenigen Minuten bis zum Hauptbahnhof, daher haben wir uns diesmal die Taxe erspart.

Am Hauptbahnhof angekommen, schoss ich gleich mal das Foto des Tages. Die Haupthalle und das Glasdach über dem oberen Bahnsteig wurden von der Sonne leicht angestrahlt und ergaben in schönes Motiv. Elke hat am Vortag im Prospekt von Rossmann noch einige interessante Sonderangebote entdeckt. So führte uns unser Weg zunächst ins 1.UG des Hauptbahnhofs, wo Elke bei Rossmann noch „fette Beute“ machte.

Wir traten gerade aus dem Laden heraus, da sahen wir Gitti (Elkes Freundin) auf dem Weg zu ihrem Morgenkaffee. Wir schlenderten daraufhin zusammen zu McCafé und genehmigten uns 3 Cappuccino. Anschließend schlenderten wir zum Bahnsteig 2, wo unser EC 173 nach Dresden abfahren sollte. Es waren schon etliche Menschen auf dem Bahnhof unterwegs und auch am Gleis 2 warteten schon viele Leute. Der Wagenstandsanzeiger wies uns zur richtigen Position unseres Wagens und einige Minuten später lief dann auch der Zug, aus Hamburg kommend, im Bahnhof ein.

Wir wuchteten unsere Koffer in den Wagen, der nur aus einzelnen Abteilen bestand und trafen gleich darauf auf Leute, die mal wieder am falschen Ende des Wagens eingestiegen waren. Sie wuchteten ihre Koffer jetzt den Gang entlang und es staute sich heftig. Bald darauf waren wir jedoch in unserem Abteil. Ein Fahrgast, der sich auf einem unserer reservierten Plätze breit gemacht hatte, räumte ohne Probleme den Platz und wir verstauten daraufhin unsere Sachen in den Ablagen.

Pünktlich um 8 Uhr 46 setzte sich der Zug in Bewegung. Nur wenige Minuten später war die Fahrt schon wieder vorbei, allerdings nur wegen eines Zwischenstopps im Bahnhof Südkreuz. Von jetzt an führte uns die Strecke Richtung Süden, aus Berlin heraus, durch eine teilweise

vernebelte oder trübe Landschaft, denn die Sonne hatte sich wieder verkrochen.

Wir unterhielten uns, nahmen ein 2. Frühstück zu uns oder betrachten einfach nur die Landschaft. Unterwegs entdecken wir diverse Kraniche auf den Feldern und auch einige Rehe.

Mit mehr oder minder großer Geschwindigkeit näherten wir uns Dresden. Die Bahn braucht für die 184 Km lange Strecke fast 2 Stunden. Nach einem kurzen aber pünktlichen Zwischenstopp in Dresden-Neustadt erreichten wir Dresden Hbf mit fast 5 Minuten Verspätung. Wir hatten hier normalerweise nur 9 Minuten Umsteigezeit und mussten vom Gleis 3 zum Gleis 18 wechseln. Zum Glück waren wir nicht weit von der Treppe zur Haupthalle entfernt, liefen dann quer durch die Halle zum Gleis 18, schleppten die Koffer wieder hoch zum Bahnsteig und Augenblicke später fuhr dann auch die S1 nach Heidenau in den Bahnhof ein. Geschafft!! Unser erster Umsteigepunkt hatte geklappt.

Der Dresdener Hauptbahnhof hatte sich übrigens, seitdem ich ihn das letzte Mal gesehen hatte (Anfang der 90er Jahre) total verändert. Aus einem Kopfbahnhof wurde ein Durchgangsbahnhof und daher hatte sich auch vieles andere kolossal verändert. Ich habe ihn kaum noch wieder erkannt.

Mit der S1 (Doppelstockwagen) fuhren wir in 15 Minuten bis nach Heidenau. Durch Dresden, dessen Vororte und Industriegelände war das keine besonders interessante Fahrt.

In Heidenau hatten wir ebenfalls 9 Minuten Zeit um den Anschlusszug nach Altenberg zu erreichen. Zum Glück stand der Aufzug oben am Bahnsteig als wir Heidenau erreichten. Wir also rein in den Aufzug und runter zum Durchgang, rüber zum anderen Bahnsteig, Koffer hochgeschleppt, schnellen Schrittes zum abfahrtbereiten Zug und rein mit den Koffern. Wir saßen gerade auf unseren Plätzen, da fuhr der Zug (RB 27683) auch bereits los.

Wir hatten also alle Anschlüsse gut, aber knapp erreicht und waren auf der letzten Etappe nach Altenberg.

Ab jetzt wurde die Landschaft deutlich interessanter. Der Triebwagen fuhr auf kurvenreicher Strecke und ständig an Höhe gewinnend durch eine immer bergiger werdende schöne Landschaft. Inner wieder stoppte er in einer mehr oder minder großen Ortschaft, fast immer idyllisch gelegen. Vorbei an einigen Burgen erreichten wir überpünktlich das rund 750 m hoch gelegene Altenberg. Genau um 12 Uhr 11 und 0 Sekunden hielt der Zug am Bahnsteig. Da soll noch jemand was gegen die Pünktlichkeit der Bahn sagen.

Vor dem Bahnhof erwartete uns bereits ein Kleinbus der Reha-Klinik, der uns dann bergaufwärts in wenigen Minuten zum Raupennest fuhr. Auch hier in Altenberg herrscht die Farbe Grau beim Wetter vor. Es nieselte leicht, als wir das Raupennest erreichten. An der Rezeption bekamen wir sehr schnell unsere Zimmerschlüssel und fuhren anschließend mit dem Lift hinauf zu den schön gelegenen Zimmern 1305 und 1307. Beide Zimmer liegen im obersten Stockwerk und bieten schöne Ausblicke auf die „Galgenteiche“ (Erklärung folgt später)

Das Zimmer ist sehr geräumig mit Fernseher, 2 Betten, 2 Kleiderschränken, einem Safe und ist mit einer Sitzecke ausgestattet. Das Bad ist auch sehr groß und mit einer geräumigen Dusche ausgestattet. Wir gingen anschließend sofort zum Mittagessen.

Da wir hier in einer Reha-Klinik sind, läuft natürlich vieles anders als in einem Hotel.

Wir bekamen zunächst mal unser Mittagessen vorgesetzt und ließen es uns schmecken. Hier im Speisesaal herrscht auch wegen des begrenzten Platzangebots und der vielen Menschen keine freie Platzwahl. Man bekommt einen bestimmten Tisch zugeteilt, an dem man während seines gesamten Aufenthaltes bleibt. Gleichzeitig muss man sich aus einer Wochenspeisekarte für das Mittagessen die Gerichte aussuchen, die man in den nächsten 7 Tagen mittags essen möchte. Es gibt Vollkost, leichte Kost und vegetarisches Essen.

Nach dem Mittagessen wollten wir eigentlich einen kleinen Spaziergang durch die umliegende Gegend unternehmen, ein heftiger Wind und diverse Regenschauer zwangen uns aber bald zur Umkehr.

Wir kehrten ins Raupennest zurück und bereiteten uns auf das ärztliche Gespräch vor. Im Reisepreis von 373.- sind neben der Unterkunft, der Vollpension und der Benutzung der großen Badelandschaft 6 Behandlungen in der Klinik enthalten. Gegen 15 Uhr 45 wurde dann jeder von uns zu Dr. Ludmilla Reich, einer Assistenzärztin zum Gespräch gebeten. Je nach den Wehwehchen, die man so hat, wurden nach einem kurzen Gespräch die 6 Behandlungen festgelegt. Man kann dabei auch seine persönlichen Wünsche äußern, die mit in den Behandlungsplan einfließen.

Da sich das Wetter immer noch nicht gebessert hatte, es schüttete teilweise heftig draußen, ließen wir uns zunächst im Bistro des Raupennestes nieder. Hier kann man von verschiedensten kleinen Mahlzeiten, über Kaffee und Kuchen bis hin zu alkoholischen Mixgetränken alles bekommen.

Nach dieser erholsamen Pause, entschlossen wir uns die große Badelandschaft zu erforschen. Als Gäste des Hauses ist für uns der Eintritt kostenlos, sonst kosten 2 Std. 4 Euro.

Bewaffnet mit Bademantel und Badeanzug bzw. -hose gingen wir in die große Halle, in der sich 7 verschiedene Becken befinden. Je nach Zweck sind die Becken unterschiedlich beheizt, von 27-34 Grad. Es gibt ein Becken, welches gut zum Schwimmen geeignet ist, mit 27 Grad. 2 andere Becken sind mit bis zu 34 Grad beheizt, hier gibt es dann Unterwassermassagedüsen und in einem Becken befinden sich einige Stellen, wo man sich regelrecht hinlegen und das warme Wasser genießen kann.

Es gibt noch ein Therapiebecken und ein Strömungsbecken für Patienten des Hauses. Die Besonderheit der Anlage ist ein Außenbecken mit 32 Grad Wassertemperatur, welches man durch eine Schleuse erreicht. Es ist schon ein tolles Gefühl bei ca. 0 Grad draußen herum zu schwimmen, bis zum Hals ist es schön warm und auf den Kopf fallen die dicken Schneeflocken. Unter 2 kleinen „Wasserfällen“ kann man auch seinen Kopf

erwärmen lassen. Eine Sauna gehört ebenfalls zu dieser Badelandschaft, muss aber gesondert bezahlt werden.

Alles befindet sich in einer großen Halle, die Decke besteht zu großen Teilen aus hellem Holz. Die Wände sind mit Mosaiken verziert. Es ist eine sehr schöne Anlage in der man es gut aushält. Die Lufttemperatur ist auch sehr angenehm.

Nach einer guten Stunde verließen wir, gut gewärmt, das Bad und kehrten auf unsere Zimmer zurück.

Gegen 18 Uhr 15 gingen wir dann zum Speisesaal. Da das Restaurant für alle Gäste gleichzeitig zu klein ist wird in 2 Sitzungen gegessen.

Wir gehören der 2. Gruppe an, was uns sehr gut passt, da wir sonst schon um 17 Uhr 15 zum Essen hätten gehen müssten.

Da es sich ja wie schon gesagt um eine Klinik handelt gibt es abends kein warmes Essen. Angerichtet ist ein großes Buffett mit verschiedenen Salaten (Gemüse, Ei, Nudel usw.), Brotbelag (Wurst und Käse) und verschiedenen Brotsorten. Auch Obst befindet auf dem Buffet. Zur kostenlosen Verfügung steht Tee auf den Tischen bereit, man kann sich aber auch andere Teesorten selbst zubereiten. Selters gibt es ebenfalls kostenlos.

Das Essen schmeckt gut und man kann essen, soviel wie man möchte.

Nachdem Abendessen erkundigten wir uns an der Rezeption nach unseren Therapieplänen, die auch schon fertig bereit lagen.

Diese, nach dem Arztgespräch aufgestellten Pläne geben Auskunft über die Art und den Zeitpunkt unserer Anwendungen.

Elke z.B. muss bereits um 7 Uhr morgen früh zu ihrer Massage antreten.

Wir setzten uns dann kurz nach 20 Uhr nochmals ins Bistro und genossen dort die Happy Hour (20-21 Uhr). Alle Mixgetränke zum halben Preis, das konnte man sich nicht entgehen lassen.

Später setzten wir uns noch für eine Weile auf unserem Zimmer zusammen und unterhielten uns über den heutigen und die kommenden Tagen. Elke und Gitti deuteten an, dass sie doch recht müde wären und gerne sich ausschlafen würden. Daraufhin gingen wir auseinander und bald darauf auch schlafen.

Der erste Tag im Raupennest geht zu Ende. Diese Klinik macht einen sehr angenehmen Eindruck. Alles sieht ziemlich neu aus, obwohl die Anlage schon 10 Jahre alt ist. Sie wird scheinbar gut in Schuss gehalten. Man hat nicht unbedingt das Gefühl in einer Reha-Klinik zu sein.

Wetter : grau und trübe, sehr wechselhaft und etwa 0 Grad
Höchsttemperatur

Die erste Nacht hier im Hause war etwas schwierig. Draußen heulte der Wind ziemlich heftig, irgendwo klapperte etwas und die Matratzen, Bettdecken und Kopfkissen waren doch deutlich anders als zu Hause. Man gewöhnt sich meist nach einer Nacht daran. Also wollen wir mal hoffen, dass es in der kommenden Nacht besser wird.

Elke musste lt. ihrem Therapieplan schon um 7 Uhr vor Ort sein und daher frühzeitig aufstehen. Als sie losging stand ich auch auf. Ich musste mich um 7 Uhr 30 am Strömungsbecken im Schwimmbad einfinden. Ich hatte keine Ahnung, was mich dort erwarten würde.

Die junge Dame, die mich therapieren sollte, schickte mich zunächst mal in das Becken. Dann bekam ich 2 Schaumstoffhanteln und die Strömung im Becken wurde auf 0,4 m/sec eingestellt. Nicht viel eigentlich, reicht aber trotzdem aus um einen bei der einen oder anderen Gelegenheit aus dem Gleichgewicht zu bringen. Die folgenden Übungen (fast wie Aquafitness) dienten der Stärkung der Rückenmuskulatur. Zum Schluss musste ich mich noch den Rücken legen, mit einer dieser

„Schaumstoffnudeln“ unter dem Rücken und wurde dann mit 1,5 m/sec angeströmt. Das erzeugte fast so etwas wie einen Massageeffekt auf dem Rücken. Nach 30 Minuten war alles vorbei und ich kehrte aufs Zimmer zurück. Elke erzählte dann von ihrer Massage, die speziell für den linken Arm ausgelegt war. Dieser war ja beim Schlaganfall hauptsächlich betroffen. Bei der Massage wurden noch einige Stellen gefunden, die durch gezielte Massagen verbessert werden können.

Gleich nach unseren Anwendungen erwartete uns das Frühstück. Wir waren für die Zeit 8:15 – 9:00 eingeteilt. Eine sehr angenehme Zeit. Auch bei Frühstück gibt es wieder eine große Auswahl an Käse, Wurst, Marmelade, Pflaumenmus, Brötchen, Brot, Rührei, Quark, Müsli, verschiedene Sorten, Obst und noch einiges mehr. Dazu Kaffee oder verschiedene Tees. Für jeden Geschmack ist etwas dabei. Gitti erzählte uns noch einige Details ihrer Unterwassermassage, die sie als sehr angenehm empfand.

Gegen 9 Uhr verließen wir den Speisesaal. Elke verabschiedete sich dann von uns, da sie gegen 9 Uhr 30 zur Ergotherapie angemeldet war. Auch diese Therapie hatte ihr die Ärztin beim ersten Gespräch empfohlen. Gitti und ich machten uns später auf den Weg in die Bäderabteilung, da wir beide so genannte Pelosepackungen bekommen sollten.

Diese Heilschlammpackung wurde bei mir auf die Lendenwirbelsäule aufgetragen. Dann waren 30 Minuten Ruhe angesagt, gut eingepackt, damit der Heilschlamm wirken kann.

Anschließend muss man sich gut abduschen, damit man nicht die Reste vom Heilschlamm in seine Kleidung schmiert.

Inzwischen war die Zeit fortgeschritten und es lohnte sich nicht mehr, wegen des anstehenden Mittagessens, einen größeren Spaziergang zu unternehmen. So setzten wir uns in die Sachsenstuben und spielten Rummy (eine Variante von Rommé) bzw. ich tippten den Reisebericht in den Laptop ein. Die Sachsenstube im UG des Raupennestes ist ähnlich wie das Bistro im EG zu bestimmten Zeiten für Kaffee und Kuchen oder abends für den Ausschank alkoholischer Getränke geöffnet. Zu allen

anderen Zeiten kann man die Sachsenstube als Aufenthaltsraum nutzen, was wir auch des Öfteren taten.

Das folgende Mittagessen, welches wir uns schon am Vortage aussuchen mussten, schmeckte sehr gut und war auch sehr reichhaltig. Dazu gab es eine Salatbar und einen Nachtsch.

Nach dem Mittagessen, die Schneeschauer und der Wind hatten etwas nachgelassen, machten wir uns dann auf unseren ersten größeren Spaziergang. Wir wanderten zunächst um den großen Galgenteich herum bis zum Weg nach Altenberg.

Der Große Galgenteich wurde im Mittelalter (um 1550) für den Zinnbergbau in Altenberg in Sachsen angelegt und dient heute der Trinkwasserversorgung und dem Hochwasserschutz. Er ist heute ein Vorbecken des unterhalb gelegenen Speichers Altenberg. Direkt östlich benachbart ist der Kleine Galgenteich. Das Wasser fließt beiden aus mehreren Gräben zu.

Eine sehr schöne Landschaft, trotz des trüben Wetters. Und es lag noch unerwartet sehr viel Schnee auf unserem Weg. Am Ende des Teiches bogen wir ab und liefen danach immer bergab, bis wir schließlich Altenberg erreichten. Nach einem Bummel durch den Ort kehrten wir in das Restaurant „Zum Erzgebirge“ ein. Ein ganz tolles Restaurant. Es ist über und über mit Kunsthandwerk aus dem Erzgebirge ausgestattet. Von den kleinsten Teilen bis hin zu mannsgroßen Nussknackern ist alles Mögliche vertreten. Neben einem Kachelofen gibt es hier auch eine wunderschöne alte Standuhr. Die gesamte Einrichtung passte wunderbar zusammen, man kann sich hier „stundenlang“ umsehen und findet immer wieder was Neues zu sehen. Kaffee und Kuchen (Heidelbeere) schmeckten sehr gut. Ein Restaurant, was man sich nicht entgehen lassen sollte. Die Speisekarte versprach diverse Leckerbissen bei einer großen Auswahl, aber das werden wir später testen.

Nachdem wir uns alles ausgiebig angesehen hatten, machten wir uns auf den Rückweg. Nach einem kurzen Zwischenstopp bei Schlecker stapften wir dann wieder bergauf zum Raupennest.

Wir erreichten unser Zimmer so gegen 17 Uhr und ließen uns erstmal gemütlich nieder. Wir hatten Glück gehabt mit unserem Spaziergang, nur einige kleine Schneeschauer und nicht allzu viel Wind. Dazu Temperaturen um 0 Grad. Ein schöner Spaziergang.

Gegen 18 Uhr 15 gingen wir wieder zum Abendessen. Dieses wird sich nun jeden Tag nach dem gleichen Rhythmus wiederholen und auch das Buffet unterscheidet sich nur unwesentlich von dem gestrigen. Allerdings wechselt der Belag und die Salate doch täglich.

Im Anschluss an das Abendessen zogen wir uns unsere Badesachen an und genossen die Badelandschaft im Hause. Dabei mussten wir uns im Bademantel an etlichen Zuschauern und einem Chor vorbeischlängeln.

Dieser gab im zentralen Teil des Raupennestes ein kleines Konzert.

Wir drehten im Bad erst einige Runden im etwas kühleren Pool, bevor wir uns im warmen Wasser der anderen Becken nieder ließen. Es ist sehr

schön hier, sich von den verschiedensten Unterwasserdüsen massieren zu lassen.

Nach ca. 40 Minuten verließen wir das Bad, zogen uns um und stiefelten wieder ins Bistro zur Happy Hour. Heute probierten wir mal einen anderen Getränkemix aus, der auch sehr lecker schmeckte. Inzwischen ist es bereits kurz vor 22 Uhr und ich habe unseren Reisebericht (auch den von gestern) endlich fertig gestellt. Elke wird jetzt, wie immer Korrektur lesen und dann werden wir bald wieder in die Betten kriechen.

Wetter : sehr wechselhaft, Temperaturen um 2 Grad

28.2.2007

Mittwoch

Heute früh sah es wieder ziemlich grau draußen aus. Während Elke und Gitti schon mal zum Frühstück marschierten, hatte ich meine erste und einzige Anwendung. Eine 20-minütige Lendenwirbelmassage, eine sehr angenehme Sache. Hinterher füllte ich mich richtig gut. Allerdings musste ich mich etwas beeilen, denn bei den Frühstückszeiten gibt es kein Pardon, 8 Uhr 15 bis 9 Uhr 00. Aber die Zeit reichte aus, um in Ruhe frühstücken zu können.

Das Wetter hatte sich etwas gebessert und die Wolken rissen teilweise sogar etwas auf. So beschlossen wir, vor dem Mittagessen noch einen kleinen Spaziergang zu unternehmen. Wir wanderten entlang des grossen Galgenteichs quer durch den Wald. Dann liefen wir auf der „Deichkrone“ des Altenbergers Wasserpeichers entlang. Von hier aus hatte man einen guten Blick in die doch noch teilweise verschneite Landschaft. Auf dem Wegen unterwegs lag noch ein bisschen Schnee. So hatte man doch noch etwas wie ein Wintergefühl.

Auf dem Viehtriftweg liefen wir dann wieder vorbei am großen Galgenteich bis zur Straße nach Altenberg. Ab jetzt ging es bergab vorbei an den so genannten Walkteichen (auch Wasserspeicher) bis zur einzigen Abfahrts piste von Altenberg. Hier geht allerdings gar nicht mehr. Teilweise ist schon wieder das Gras zu sehen. Nur die Kinder nutzten noch die verbleibenden Schneereste als Rodelpiste. Das Wetter spielte immer noch mit und ab und zu ließ sich sogar die Sonne blicken.

Hier kehrten wir um und wanderten zurück zu Raupennest. Nach gut 2 Stunden erreichten wir wieder unsere Unterkunft und gingen bald darauf zum Mittagessen. Heute gab es Fischfilet oder paniertes Schweineschnitzel oder Kohlroulade. Alles schmeckte sehr gut. Nur der Nachtisch, es war eine undefinierbare rosa und recht geschmacklose Masse, die wir alle stehen ließen.

Nach dem Mittagessen legten wir noch eine kurze Pause ein, bevor wir uns um 13 Uhr 50 wieder auf die Socken machten. Draußen war es inzwischen ganz schön grau geworden. Als wir vors Raupennest traten, regnete es mittelprächtigt. Zunächst überlegten wir ernsthaft, ob wir bei dem Wetter uns hinaus wagen sollten. Aber bevor wir den ganzen Nachmittag hier im Haus verbringen würden, wollten wir doch lieber etwas unternehmen. Wir liefen hinunter nach Altenberg zum Bahnhof. Ziel unseres Ausfluges war ein benachbarter Ort, Schellerhau. Dort soll es ein sehr nettes Café geben und auch schöne Wanderwege.

Etwas angefeuchtet erreichten wir den Bahnhof. Dort lösten wir für 3 Personen für insgesamt 11,60 Euro die Fahrkarten für den Bus für Hin- und Rückfahrt nach Schellerhau. Pünktlich um 14 Uhr 21 fuhr der Bus los und es begann eine schöne Fahrt durch das Erzgebirge. Unterwegs ergaben sich immer wieder schöne Blicke in die Landschaft. Nach nur 20 Minuten stiegen wir direkt vor dem Café Rotter in Schellerhau aus. Noch war der Himmel ziemlich grau, aber es war trocken. Wir ließen uns zunächst im Café nieder. Das Café ist wirklich sehr nett eingereicht und besitzt eine große Auswahl an Kuchen und Kaffeespezialitäten.

Erstaunlich voll war es hier mitten in der Woche und es war gerade mal 14 Uhr 40. Und auch Schellerhau ist kein besonders großer Ort, also kommen die Leute extra für dieses Café von weiter her, wie wir. Der Kuchen und

Kaffee schmeckte dann auch ausgezeichnet. Allerdings ist es auch nicht ganz preiswert hier. Für 3 Stock Torte, 2 Kännchen Kaffee und einen Latte Amaretto zahlten wir rund 18 Euro. Aber es ist seinen Preis wert.

Während wir noch unseren Kuchen genossen, klarte es draußen plötzlich auf und strahlender Sonnenschein empfing uns, als wir vor die Tür traten. Eigentlich hatten wir vor, wegen des schlechten Wetters sofort wieder nach Altenberg zurück zu fahren, aber nun hatte sich alles plötzlich verändert. Wir beschlossen, quer durch die Landschaft, abseits der Straße zur nächsten Ortschaft, Bärenfels, zu laufen.

Gitti hatte dort schon zweimal Urlaub gemacht und kannte daher einige schöne Wanderwege in der Gegend. Wir liefen zunächst bergabwärts über einen etwas matschigen Weg. Von hier aus hatte man wunderschöne Ausblicke in die bergige Landschaft

Vorbei an sehr schönen niedlichen Häusern führt uns der Weg schließlich durch ein schönes Waldstück an dessen Ende wir schließlich Bärenfels erreichten. Wir wanderten noch ein bisschen durch den Ort und erreichten schließlich das Hotel (Felsenburg), in dem Gitti bereits zweimal ihren Urlaub verbracht hatte.

Das Wetter hatte sich inzwischen wieder erheblich verschlechtert und die ersten Regentropfen fielen auch schon.

Eigentlich wollten wir über die Straße bis nach Schellerhau wieder zurück laufen und dort noch mal einkehren. Allerdings versprach der graue Himmel nichts Gutes und die Zeit wurde auch schon etwas knapp. So entschlossen wir uns, im Hotel Felsenburg etwas zu trinken und auf den Bus nach Altenberg zu warten. Kaum saßen wir am Tisch, begann es draußen heftig zu regnen. Wir hatten genau die richtige Entscheidung getroffen. Wir unterhielten uns noch eine Weile über den wirklich schönen Spaziergang von Schellerhau nach Bärenfels. Gegen 16 Uhr 40 machten wir uns dann auf den Weg zur nahe gelegenen Bushaltestelle. Pünktlich um 16 Uhr 51 erreichte der Bus die Haltestelle und 20 Minuten später erreichten wir wieder am Bahnhof von Altenberg.

Wie schon auf dem Weg zum vom Raupennest zum Bahnhof regnete es jetzt auch wieder, allerdings noch ein bisschen mehr. In so kleinen Orten wie Altenberg kann man sich nicht so einfach eine Taxe bestellen (ganz zu schweigen von Taxihalteplätzen am Bahnhof), also machten wir uns auf den 20-minütigen Fußweg zum Raupennest. Unsere Jacken hielten dicht, aber unsere Hosen waren bei der Ankunft doch recht durchgefuchtet. Wir zogen uns erst mal trockene Sachen an und gingen dann zum Abendessen.

Der Besuch der Badelandschaft bildete auch heute den Abschluss der Tagesaktivitäten. Es ist schon ein tolles Erlebnis, in der Dunkelheit in Außenbecken hinaus zu schwimmen. Der Kopf ist kühl und der restliche Körper ist warm, bei 32 Grad Beckentemperatur.

Zum Abschluss des Tages gönnten wir uns zur Happy Hour noch einen Cocktail im Bistro.

Wir setzten uns dann noch bei Gitti im Zimmer zu einer Runde Rummy zusammen und spielten bis etwa 22 Uhr 30.

Ein weiterer Tag im Raupennest geht zu Ende. Es war wieder ein schöner Tag mit sehr wechselhaftem Wetter.

Mal sehen was uns in den nächsten Tagen noch so erwartet

Wetter : von Sonne bis Regen war heute alles dabei, 3 Grad
Höchsttemperatur

1.3.2007 Donnerstag

Heute ist ein ganz besonderer Tag. Seit heute, dem 1.3.2007, befinde ich mich offiziell in der passiven Phase meiner Altersteilzeit. Das bedeutet, ich bekomme weiterhin 80 % meines letzten Gehalts, muss dafür aber nicht

mehr arbeiten gehen. Und das noch 2,5 Jahre lang. Dann geht's in die Rente. Zuhause bin ich nun schon 2 Wochen (Urlaub, Überstunden) und habe nicht das Gefühl, das ich mich nur in Urlaub befinde. Es ist schon völlig normal für mich, nicht mehr arbeiten zu gehen. Die Arbeit ist schon weit hinter mir. Davon mal abgesehen, begann der heutige Tag wie fast alle anderen.

Wir frühstückten erstmal gemütlich und Gitti kam nach ihrer Anwendung auch noch rechtzeitig dazu. Um 9:40 Uhr hatte ich meinen Pelose-Termin und war auch pünktlich zur Stelle. Der Heilschlamm war diesmal besonders heiß, aber mit der Zeit dann auch sehr angenehm. Nach 30 Minuten der Entspannung wird einem dann der Schlamm wieder vom Rücken geschabt und man duscht sich den Rest direkt vor Ort ab. Das Personal kontrolliert noch mal, ob wirklich auch alles abgespült wurde, damit man sich nichts in die Sachen schmiert.

Auf Grund weiterer Anwendungen von Elke und Gitti in den Vormittagsstunden verbrachten wir die nächsten Stunden hier im Hause. Ich schrieb den Reisebericht vom Vortag, Elke las in einen ihrer Romane und Gitti erledigte einige private Sachen. Um 12 Uhr 30 erschienen wir wieder pünktlich zum Mittagessen. Paniertes Fischfilet, bzw. Nudelaufwurf mit Zigeunersoße standen heute auf dem Speiseplan. Beides schmeckten sehr gut. Als Vorspeise konnte man sich einen grüne Gurken/Bohnensalat nehmen, als Nachspeise gab es Stachelbeeren mit Vanillesoße.

Nach dem Mittagessen pausierten wir noch ein bisschen. Um 14 Uhr 15 fuhren wir dann mit dem Bus, weil das Wetter etwas wechselhaft war, hinunter nach Altenberg. Gitti muss aus privaten Gründen für einen Tag nach Berlin zurück fahren und besorgte sich schon mal eine Fahrkarte. Nach einem Bummel durch den Ort ließen wir uns zum Abschluss wieder im Restaurant Erzgebirge nieder.

Leider war unsere gemütliche Ecke vom Vortag besetzt. Aber auch an den anderen Tischen sitzt es sich sehr nett. Wir genossen wieder Kaffee und Kuchen, plauschten ein wenig und spazierten dann wieder Richtung Raupennest zurück. Unterwegs besuchten wir noch einen Laden mit Holzschnitzkunst aus dem Erzgebirge.

Gitti kaufte sich einige kleine Teile, für die größeren Schnitzereien kann man hier sehr viel Geld ausgeben. Ein ca. 20 cm großes Räuchermännchen kostete hier zwischen 25-55 Euro.

Nach unserer Ankunft im Raupennest warfen wir uns in die Badesachen und stürzten uns in die mehr oder minder warmen Fluten der Badelandschaft.

Am Nachmittag ist es zwar etwas voller im Bad als später am Abend. Aber mit vollem Magen sich im Bad zu bewegen ist auch nicht so das wahre. Um 18 Uhr 15 schlenderten wir dann wieder zum Abendessen. Im Bistro wurden schon die ersten Vorbereitungen für das an diesem Abend stattfindende Blaskonzert getroffen. Auf dem Weg zum Speisesaal liegen immer verschiedene Angebote für den nächsten Tag aus. Für den morgigen Nachmittag wurde z.B. eine kleine Rundfahrt durch das Erzgebirge angeboten. Elke und ich überlegten uns beim Abendessen, ob wir daran teilnehmen sollten oder nicht. Als wir wieder an diesem Anmeldezettel vorbei kamen, hatten sich leider schon 7 Leute

Vorwärtsbewegung erschweren, das stärkt die Muskulatur. Für die Hände erhielt ich noch größere Schwimmkörper als beim ersten Mal, ebenfalls zur Stärkung der Muskulatur. Dann folgten wieder die verschiedensten Übungen. Zum Abschluss der 30 Minuten durfte ich mich wieder flach auf den Rücken legen und wurde dann mit etwa 2 m/sec vom Wasser umströmt. Das ist fast wie eine Massage, sehr angenehm.

Pünktlich um 8 Uhr 15 betraten wir wieder den Speisesaal und ließen uns das Frühstück schmecken.

Anschließend machten wir es uns auf dem Zimmer gemütlich, denn draußen tobte ein heftiger Schneesturm, der jeden Schritt vor die Tür fast unmöglich machte. Beide hatten wir außerdem noch eine Anwendung am Vormittag.

Nachdem wir beide unsere letzte Anwendung hinter uns gebracht hatten, zeigte ein Blick nach draußen, dass sich das Wetter immer noch nicht gebessert hatte.

Wir blieben noch eine Weile auf unserem Zimmer, ich spielte schon mal die Bilder in den Laptop und Elke blätterte in ihren Romanen.

Zum Mittagessen gab es heute Lammgulasch mit grünen Bohnen, nicht schlecht aber etwas zu wenig nach meinem Geschmack. Vor dem Essen konnte man sich einen Erdebeerdrink, deklariert als Fitnessgetränk genehmigen. Als Nachspeise erhielten wir Obstsalat.

Draußen tobte weiterhin der Schneesturm. Unsere Idee, nachmittags nach Schellerhau zum Kaffeetrinken zu fahren gaben wir dann auch auf.

Wir spielten eine Zeitlang Rummy und gönnten uns später in der Sachsenstube hier im Hause Kirschkuchen mit Kaffee (der hier am besten schmeckt).

Dann kehrten wir wieder zu unserem Spiel zurück. Gegen 17 Uhr wollten wir eigentlich ins Schwimmbad gehen. Wir liefen, schon im Bademantel eingehüllt, den Gang zum Fahrstuhl entlang. Plötzlich sahen wir durch eine große Glastür, wie draußen plötzlich die Wolken aufrissen und die Sonne die Landschaft in ein ganz wunderbares Licht tauchte.

So eine Gelegenheit konnte man sich nicht entgehen lassen. Wir kehrten um und konnten vom Fenster aus viele schöne Fotos von der sich ständig wechselnden Beleuchtung und der Landschaft schießen. So schnell wie die Sonne erschienen war, so schnell verschwand sie auch wieder.

Bilder dieses kleinen Ereignisses sind in der Fotogalerie zu sehen.

Wir setzten dann unseren Weg ins Schwimmbad fort und amüsierten uns dort in den verschiedensten Becken. Kurz vor 18 Uhr gingen wir zurück auf die Zimmer und machte uns für das Abendessen fertig. Hier ist keine besondere Garderobe angesagt, normale Straßenkleidung reicht völlig aus.

Nach dem Abendessen sahen wir uns einiges im Fernsehen an und spielten noch einige Runden Rummy. Außerdem wurden natürlich die schönen Bilder vom Nachmittag mit dem tollen Sonnenuntergang gesichtet.

Gegen 23 Uhr 30 krochen wir dann in die Betten.

Obwohl wir das Haus heute nicht verlassen hatten, war es ein schöner Tag, richtig entspannend.

Wetter : den ganzen Tag über mehr oder minder heftige
Schneeschaauer Mit kräftigen Windböen. Temperatur bei max. 0
Grad

03.03.2007

Sonnabend

Als wir heute früh aufstanden, sah draußen alles wie mit Puderzucker bestreut aus. Eine dünne Schneeecke hat über Nacht die Landschaft in ein weißes Tuch eingehüllt. Noch vor dem Frühstück verstärkte sich der Schneefall und die Schneedecke wuchs weiter an.

Da es im Augenblick nicht allzu windig war, zogen wir uns gleich nach dem Frühstück an und marschierten los. Zunächst führte uns der Weg entlang des großen Galgenteichs bei doch recht steifer Brise von vorne. Dann bogen wir nach links ab, überquerten die Straße nach Altenberg und liefen dann in den Wald hinein. Hier war es fast windstill. Wir genossen die Ruhe und die wunderbare Winterlandschaft. Rings um uns herum lagen ca. 5 cm Neuschnee und der Wald war komplett mit Schnee bedeckt. Dass wir so einen Wintertag hier noch erleben durften, hätten wir nicht gedacht. Wir liefen weiter durch den Wald, entlang eines kleinen Baches und über teilweise unwegsame Wanderwege. Von oben rieselte der Schnee und unter unseren Füßen knirschte der zusammengepresste Schnee. Die Nadelbäume bogen sich ganz schön unter der nassen Schneelast. Wir nahmen mal den rechte, dann wieder den linken Abzweig an den Wegekreuzungen und marschierten fast 2 Stunden durch den herrlichen Wald. Unser Weg endete plötzlich an der Bundesstrasse 170 nach Zinnwald. Hier stürmte es ganz heftig und der Schnee fegte uns ins Gesicht. Als wir feststellten, dass wir bereits 2 Km hinter Altenberg aus dem Wald gekommen waren, kehrten wir wieder um.

Zunächst liefen wir durch den dichten Wald um uns vor dem Wind zu schützen, später schützten uns die ersten Häuser von Altenberg vor dem zunehmenden Wind. Weite Blicke in die Landschaft waren aber leider nicht möglich, es war recht neblig. An einer Wegegabelung sahen wir dann ein Hinweisschild zur Reha-Klinik. Wir folgten ab hier dann diesem Wegweiser. Oberhalb von Altenberg schlängelte sich der Weg am Berg entlang. Später überquerten wir noch den Skihang, der wieder komplett mit Schnee bedeckt war. Beste Bedingungen und die ersten Rodler waren schon fleißig unterwegs.

Dann erreichten wir wieder die Straße zur Klinik, überquerten diese und liefen parallel zur Straße auf einem sehr schönen und verschneiten Weg hinauf zum Raupennest. Nach 2 $\frac{3}{4}$ Stunden erreichten wir wieder unseren Ausgangspunkt. Was für ein toller Spaziergang. Fast wie im tiefsten Winter, damit hatten wir nicht mehr gerechnet. Unsere Sachen waren zwar teilweise recht nass geworden, aber das trocknet wieder.

Noch während wir unser Mittagessen zu uns nahmen, hörte draußen der Schneefall auf. Wir ruhten uns noch ein wenig im Zimmer aus. Inzwischen setzte auch leichter Regen ein und die schöne weiße Pracht schmolz langsam dahin.

Gitti hatte sich inzwischen gemeldet und angekündigt, dass sie gegen 14 Uhr 11 mit dem Zug wieder in Altenberg eintreffen würde. So marschierten wir rechtzeitig zum Bahnhof los um sie abzuholen. Pünktlich fuhr dann auch der Zug in den Bahnhof von Altenberg ein. Nach einer herzlichen Begrüßung wanderten wir, bei sich weiter verstärkendem Regen, durch Altenberg und ließen uns im Restaurant Erzgebirge nieder. Gitti wollte erst mal etwas herzhaftes Essen, sie hatte heute noch kein Mittag gegessen. Nach einer Holunderbeersuppe gönnte sie sich noch 3 Eierkuchen mit Blaubeerfüllung. Ich bestellte mir 4 Kartoffelpuffer, denn die, die heute im Raupennest serviert wurden, waren nicht besonders gewesen. Anschließend gönnte ich mir noch ein Stück Waldbeerentorte. Das Lausitzer Porter (ein Schwarzbier), welches ich noch

nicht kannte, schmeckte mir hier hervorragend. Elke trank Kaffee und gönnte sich ein Stück Käse-Sahne-Torte.

Als der Regen etwas nachließ, machten wir uns auf dem Weg zurück zum Raupennest. Wir hatten Glück und der Regen tröpfelte nur noch so vor sich her. So landeten wir fast trocken in der Reha-Klinik. Da es im Schwimmbad nicht sehr voll war, zogen wir uns um und fuhren wieder hinunter zur großen Badelandschaft. Heute schoss ich auch ein paar Fotos dieser schönen Anlage.

Nach dem Baden gingen wir dann später zum Abendessen. Gegen 19 Uhr 30 setzen wir uns dann in Gittis Zimmer wieder zusammen um eine Runde Rummy zu spielen. Ein ausgesprochen lustiges Spiel, welches viel Glück aber auch viel Aufmerksamkeit und Kombinationsgabe erfordert.

Gegen 22 Uhr 45 trennten wir uns und gingen auf unsere Zimmer. Wieder geht ein schöner Tag zu Ende und es bleibt uns nur noch der Sonntag. Laut Wetterbericht soll es relativ trocken und auch ab und zu etwas sonnig werden. Wir würden uns gerne morgen noch etwas von der Gegend ansehen.

Wetter : teils heftige Schneeschauer am Morgen mit viel Wind,
nachmittags abflauer Wind, aber dann schauerartiger Regen
Temperaturen von -2 bis +5 Grad
Neuschneedecke bis zu 10 cm

4.3.2007 Sonntag

Heute durften wir einen halbe Stunde länger schlafen. Das Frühstück beginnt erst um 8 Uhr 45.

Ein erster Blick aus dem Fenster und ich stutze. Fast nichts ist draußen zu sehen. Dichter Nebel liegt über der Landschaft und in der Nacht ist offensichtlich noch mal etwas Schnee gefallen.

Wir gehen zunächst einmal zum Frühstück und stärken uns für den Tag. Schon während des Frühstücks lichtet sich draußen der Nebel und vereinzelt schiele auch schon die Sonne durch die Wolken.

Nachdem wir uns wetterfest verpackt hatten, traten wir vor die Tür des Raupennests und überlegten wohin wir gehen. Wir entschieden uns für einen Waldspaziergang, um die Winterlandschaft noch einmal so richtig zu genießen. Wieder spazierten wir entlang des Galgenteiches und bogen nach links zur Straße ab. Diese überquerten wir und liefen entlang eines künstlichen Zuflusses zu den Teichen in den Wald hinein. Kreuz und quer wanderten wir durch eine wunderbar verschneite Landschaft. Die Tannen sind noch dicht mit Schnee behangen und beim Laufen hört man diese typischen Wintergeräusche. Der Schnee knirscht unter den Schuhen. Sobald die Sonne durch die Wolken bricht wird es schon richtig warm. Wir liefen weiter bergauf und erreichten das obere Ende der Skipiste. Leider kann man von her aus Altenberg nicht besonders gut wegen der Krümmung der Piste erkennen. Die Sonne schien inzwischen fast ununterbrochen und wärmte uns schon ganz schön. Unser Weg führte uns weiter zum Restaurant Raupennest, welches hier oben auf über 800 m Höhe befindet. Ein Holzbau aus den 30er Jahren des vorigen Jahrhunderts mit angeschlossener Pension. Von hier aus führte uns unser Weg weiter durch den Wald auf teilweise noch „jungfräulichen“ schneebedeckten Wegen. Allerdings beginnt der Schnee unter dem Einfluss der Sonne matschig zu werden und von den Bäumen begann es heftig zu tropfen. Langsam wendeten wir uns wieder dem Rückweg zur Reha-Klinik zu und erreichten diese nach gut 2,5 Stunden Wanderung. Die Sonne hatte sich inzwischen leider hinter graue Wolken zurückgezogen.

Nach einer kurzen Pause gingen wir zum letzten Mittagessen, das wir hier einnehmen. Morgen geht`s wieder nach Hause.

Heute wollen wir jedoch den Tag noch richtig genießen. Und das Wetter scheint uns wohl gesonnen zu sein. Kaum hatten wir das Mittagessen beendet, wurde es draußen wieder etwas heller und ab und zu kam die Sonne wieder hervor.

Wie geplant liefen wir hinunter nach Altenberg und bestiegen um 14 Uhr 21 den Bus nach Schellerhau. Dort waren wir schon einmal vor einigen Tagen und wollten nochmals das nette Café im Ort besuchen.

Fahrtkosten : 1,80 € pro Person und Strecke. Fahrzeit : ca. 15 Min. Als wir Schellerhau erreichten ist alles wieder grau in grau. Schade, eigentlich wollten wir noch zur Stephanshöhe, einem schönen Aussichtspunkt und einem schönen Wanderweg oberhalb von Schellerhau. Nach gut, man kann nicht alles haben.

Bei einer guten Tasse Kaffee, bzw. einem Latte Amaretto (lecker !) und 3 Stücken Torte lassen wir die vergangenen Tage noch mal Revue passieren und stellten fest, das es trotz des gemischten Wetters eine sehr schöne Zeit hier war. Während wir noch so plauderten, passierte das unwahrscheinliche wie auch schon Tage zuvor hier. Der Himmel riss auf und die Sonne kam zum Vorschein. Wir zahlten und begaben uns sofort nach draußen. Nicht zu fassen, große blaue Löcher und viel Sonnenschein. Unser Weg führte uns daher sofort bergauf Richtung Stephanshöhe. Über noch schneebedeckte Wege und begleitet von weiten Blicken in die

Landschaft erreichten wir die Stephanshöhe. Von hier aus kann weit bis nach Tschechien hinein sehen. Viele kleine Dörfer liegen einem zu Füßen. Wir genossen diesen Blick eine Weile von einer Bank aus und wanderten anschließend weiter auf dem Höhenweg oberhalb von Schellerhau. Immer wieder kann man rechts oder links weit in die Landschaft sehen. In einem kleinen Waldstück erlebten wir dann ein wunderbares Schauspiel. Durch die teilweise recht dichten Baumkronen brachen sich die Sonnenstrahlen und fielen teilweise in extrem schmalen oder sehr dicken Strahlen auf den Waldboden. Es gab die tollsten Erscheinungen, je nach dem, wo man gerade stand oder wie dicht die Baumkronen waren. Manche Stellen sahen aus, als ob aus einem außerirdischen Raumschiff ein scharf gebündelter Lichtstrahl zur Erde geschickt und gleich jemand dorthin „gebeamt“ wird. Es war ein einmaliges Schauspiel und wir schossen viele Fotos, die auch in der Fotogalerie zu sehen sind. Der folgende Weg bei schönstem Sonnenschein hatte noch weitere Überraschungen auf Lager. Durch die Sonneneinstrahlung verdampfte offensichtlich soviel Feuchtigkeit, dass diese als Nebelschwaden durch den Wald und über die Hänge zog. Ein toller, ständig wechselnder Anblick. Langsam wurde es Zeit wieder zur Straße zurück zu kehren um rechtzeitig den Bus nach Altenberg zu erreichen. Da dieser am Sonntag nur alle 2 Stunden fährt, wollten wir den Bus auf keinen Fall verpassen. Wir waren rechtzeitig zur Stelle und erreichten Altenberg wieder gegen 17 Uhr 15.

Zum Abschluss unseres Aufenthalts wollten wir uns noch etwa besonderes gönnen. So wanderten wir hinunter zum Restaurant Erzgebirge um uns dort etwas Gutes aus der Speisekarte zu gönnen. Das Abendessen im Raupennest ist nicht schlecht, aber was ist eine Scheine Brot mit Belag gegen ein saftiges Steak o.ä. Also ließen wir das Buffet heute mal aus und gönnten uns was Kräftiges.

Die Portionen waren wirklich groß und der Preis angemessen. Meine „Bergarbeitpfanne“ mit viel Fleisch und Bratkartoffeln sowie einem Rohkostsalat habe ich gerade so geschafft. Dazu ein großes Lausitzer Porter (Schwarzbier) und ich war rundherum zufrieden. Auch Elke und Gitti hatten sich eine schöne Mahlzeit bestellt und waren sehr zufrieden mit dem Essen. Gegen 19 Uhr machten wir uns dann, ziemlich gut gefüllt, auf den Weg zurück zum Raupennest. Es war inzwischen schon dunkel und durch die gesunkene Temperatur war die Straße, auf der wir ein Stück laufen mussten, teilweise schon etwas vereist. Wir erreichten aber das Raupennest ohne Probleme. Auf Grund der fortgeschrittenen Zeit entschlossen wir uns, heute nicht mehr in die Badelandschaft zu gehen. Stattdessen genossen wir noch ein letztes Mal die Happy Hour im Bistro und bestellten uns jeder einen leckeren Cocktail. Dann spielten wir noch etwa eine Stunde lang Rummy bevor wir auf unsere Zimmer zurückkehrten.

Letzter Akt des Tages : Koffer packen. Aber auf der Heimreise geht so etwas immer viel schneller. Gegen 23 Uhr gingen wir dann schlafen. Dieser letzte Tag hat uns noch mal für einige schlechte Stunden entschädigt, die wir hier durch das Wetter erlebt haben.

Wetter: sehr wechselhaft, Sonne, Wolken, Nebel, aber es war trocken.

05.03.2007 Montag

Heute geht es wieder nach Hause. Noch vor dem Frühstück bezahlten wir unsere Telefonrechnung und gaben die ausgeliehenen Bademäntel (5€ für den gesamten Aufenthalt) zurück.

Nach dem Frühstück packten wir die letzten Sachen in den Koffer.

Gegen 9 Uhr 50 gaben wir an der Rezeption unsere Zimmerschlüssel ab.

Elke fand schon die ganzen Tage über ein Frühlingsblühermotiv aus Plauener Spitzen sehr schön, welches im Eingangsbereich der Klink ausgestellt war. Leider war der nächste Verkaufstag für diese Spitzen erst am folgenden Donnerstag, zu spät für uns. Aber plötzlich teilte uns die

Rezeption mit, dass sie uns dieses Teil direkt verkaufen könnte. Elke war ganz begeistert und sofort wurde das Frühlingsmotiv aus dem Schaukasten geholt. Elke bestieg glücklich mit ihrem erworbenen Teil den Kleinbus, der uns zum Bahnhof bringen sollte. Gegen 10 Uhr 05 kamen wir dort an. 5 Minuten später erreichte der Zug aus Heidenau jetzt Altenberg und wir schleppten unsere Koffer in die Bahn. Pünktlich um 10 Uhr 19 setzte sich der Zug in Bewegung.

Bei zeitweiligem Sonnenschein fuhren wir durchs Erzgebirge hinunter nach Heidenau. Eine schöne Fahrt mit tollen Ausblicken auf kleine Dörfer, einige Burgen und viel Landschaft. Kurz nach unserer Abfahrt aus Altenberg verschwanden auch die letzten Schneereste aus unserem Blickfeld. In Heidenau blieben uns genau 5 Minuten, um den Bahnsteig zu wechseln und die S-Bahn nach Dresden zu erreichen. Wir haben es gerade so geschafft. In Dresden hatten wir jetzt eine gute Stunde Zeit. Wir bummelten daher zunächst über den Hauptbahnhof, sahen uns einige Geschäfte an und ließen uns dann im Restaurant Marché nieder. Hier war die Auswahl an Speisen groß, aber schließlich fanden wir doch etwas nach unserem Geschmack. 15 Minuten vor Abfahrt des Zuges (EC 170, Wien – Aarhus) fuhren wir hinauf zum Bahnsteig. Genau in diesem Augenblick fuhr auch der Zug ein, das passte ja gut. Wir fanden schnell unser Abteil, verstauten das gesamte Gepäck und machten es uns gemütlich. Noch 2 Stunden bis Berlin.

Pünktlich um 13 Uhr 04 setzte sich der Zug in Bewegung. Nach kurzen Stopps in Dresden-Neustadt und Elsterwerda ging es dann direkt nach Berlin. Keine sehr interessante Landschaft außer einigen Kranichen auf den Feldern. Die Sonne verzog sich wieder hinter die Wolken und mit 1 Minute Verspätung erreichten wir Berlin Hauptbahnhof (tief), wie es so schön im Fahrplan heißt.

Wir drei wollten nach unserer Ankunft nicht so einfach auseinander gehen nach den schönen Tagen. Wir setzten uns noch mal im McCafé zusammen, wo auch unsere Reise begonnen hatte. Ein Cappuccino, ein Stück Kuchen und noch ein kleiner Plausch, dann schnappten wir uns unsere Sachen und fuhren hinauf zur Bushaltestelle vor dem Bahnhof. Unser Bus kam schon nach einer Minute. Wir verabschiedeten herzlich von Gitti, bestiegen den Bus und waren 15 Minuten später zu Hause.

Es waren schöne 7 Tage in Altenberg, auch wenn das Wetter teilweise nicht besonders war.