Dienstag, 30. Mai 2023, Garmisch-Partenkirchner Tagblatt / Lokalteil

Momo verspricht Entspannung

GaPa-Tourismus bietet neue Tour durchs Heilklima – unterstützt von Michael Endes Heldin

VON ASTRID KLAMMT

Über die gelungene Tour freuen sich: (v. l.) Rolf und Christa Julier, Bettina Plank, Roswitha Zimmermann und Anneliese Geissler.

Garmisch-Partenkirchen – „Zeit ist Leben und das Leben wohnt im Herzen", liest Klimatherapeutin Bettina Plank den Teilnehmern der Tour „Mit Momo durchs Heilklima wandern" vor. Den beiden Urlaubern, einer Garmisch-Partenkirchnerin und einer Frau aus Dießen, gefällt das schöne Zitat. Es stammt von Momo, der Protagonistin in Michael Endes gleichnamigen Roman. Das kleine Mädchen nimmt es mit den Zeitdieben auf, denn „sie stehlen den Menschen ihre Lebenszeit und damit die Freude am Leben". Es ist eine besondere Tour, die GaPa-Tourismus im Momo-Jahr anbietet.

Nach einer Einführung zu Autor und Werk im Michael-Ende-Kurpark werden Zitate aus dem 1973 erschienen Buch vorgelesen, mit Entspannungsübungen kombiniert. Plank gefiel die Idee, die Tour auszuarbeiten. „Ich habe das Buch zum zweiten Mal gelesen und finde es aktueller denn je." Neben Wan-

derungen und Führungen, die die 51-Jährige seit zehn Jahren unternimmt, ist sie zuständig für die Organisation rund um eine ambulante Kur.

„1990 hat Michael Ende im Kurpark eine Linde gepflanzt", erzählt die Klimatherapeutin den Teilnehmern auf dem Weg vom Amphitheater zum Grasrücken von „Morla" – der Schildkröte aus seinem 1979 erschienen Roman „Die unendliche Geschichte". Dort bittet sie: „Einfach mal die Augen schließen und an nichts denken." Es fällt schwer, weil man doch immer an irgendetwas denkt.

Durch die Frühlingsstraße geht es an der Strauss-Villa vorbei ins Kramer-Wandergebiet. „Wir wissen alle nicht, wie viel Zeit wir haben, deshalb sollte man nichts aufschieben", sagt die Garmisch-Partenkirchnerin. Nach einer kurzen Pause liest Plank vor, was Momos Freund Beppo Straßenkehrer sagt: „Man darf nie an die ganze Straße auf einmal denken, verstehst du? Man muss immer nur an den nächsten Schritt denken, an den nächsten Atemzug, an den nächsten Besenstrich. Dann macht es Freude." Plank fordert ihre Begleiter auf, einmal bewusst auf den Atem zu achten. Langsam geht es bergauf zur Kriegergedächtniskapelle. Fast angekommen schlägt sie vor, sich entspannt an einen Baum anzulehnen: „Das beruhigt." Nach einer „Aufmerksamkeitsübung" an der Kapelle geht es über den Schneggensteg zurück in den Park.

Die Teilnehmer sind begeistert von der zweieinhalbstündigen Tour. „Es war super und nicht anstrengend", sagt Christa Julier. „Ich fühle mich besser als vorher." Die Urlauberin schaut auf ein kleines Herz aus Holz, das Plank an alle verteilte. Eine Erinnerung an die Tour und das schöne Zitat: „...das Leben wohnt im Herzen."

Weitere Touren

finden am Donnerstag, 1. Juni, und 6. Juli statt. Mehr Infos gibt's unter www.gapa-tourismus.de.