

Weltrekordversuch: Plauenerin läuft 342 km ohne Schlaf!

Christin Ziehr plant am 17. Juni 2025 einen Weltrekordversuch im Wandern von Berlin nach Plauen über 342 Kilometer.



Plauen, Deutschland - In der kommenden Woche wird es spannend: Die Plauener Extremwanderin Christin Ziehr plant am 17. Juni einen Weltrekordversuch, der für Aufsehen sorgen könnte. Geplant sind 342 Kilometer, die sie in weniger als 72 Stunden von Berlin bis nach Plauen zurücklegen möchte. Der bisherige Rekord, aufgestellt von einem anderen Wanderbegeisterten, liegt bei 302 Kilometern. Ziehr hat somit die Messlatte ganz schön hoch gelegt.

Wie sie das durchstehen will? Mit Cola und jeder Menge Bewegung, um wach zu bleiben. Ihre Schlafphasen hat sie gut im Voraus geplant. Die erste Nacht wird laut ihrer Einschätzung relativ einfach, während sie in der zweiten Nacht mit

Halluzinationen und kurzer Schlafphase im Gehen rechnen muss. Die dritte Nacht hingegen dürfte wieder besser verlaufen. Doch das ist nicht die einzige Herausforderung, der sie sich stellt – Ziehr hat in den letzten Monaten über 8.000 Trainingskilometer zurückgelegt, um optimal vorbereitet zu sein.

Sportliche Erfolge und ehrgeizige Pläne

Die 37-Jährige ist keine Unbekannte im Sport. Kürzlich holte sie sich den Titel der Weltmeisterin bei der Ultra-Wander-Weltmeisterschaft und hat bereits einen beeindruckenden Wettkampfkalender für 2024 in der Pipeline. So plant sie, am 28. Juni 2024 den Kölnpfad über 171 Kilometer zu absolvieren. Hierbei möchte sie die vorgegebenen 48 Stunden deutlich unterbieten.

Mit einer langen Liste an sportlichen Erfolgen hat Ziehr ihre Ausdauer unter Beweis gestellt. Von einem 100-km-Marsch rund um Frankfurt im Jahr 2022 bis zu ihrer aktuellen Leistung bei der Wander-Weltmeisterschaft im September 2023, bei der sie als beste Frau Platz 12 belegte. Ihre längste Tour fand im Mai 2022 statt, als sie um den Bodensee 270 Kilometer in 55 Stunden und 15 Minuten hinter sich brachte – eine echte Meisterleistung! Ihre Trainingsweise variiert, an normalen Tagen läuft sie mindestens 35.000 Schritte und bringt Büroarbeit auf einem Laufband und das alles mit einem sechsjährigen Sohn namens Mats.

Ein neuer Lebensweg

Christin Ziehr hat erst im September 2021 mit den Extremwanderungen begonnen, nach einer persönlichen Lebenskrise nach einer 17-jährigen Beziehung. Ihre Ausbildung als Fachinformatikerin und Altenpflegerin hat sie mit verschiedenen Führungsqualifikationen ergänzt und leitet inzwischen den Pflegedienst „Pflege mit Herz“ mit 28 Mitarbeitern. Auch in ihrer Freizeit engagiert sie sich ehrenamtlich im Pflegenetzwerk und im Berufsverband, zeigt damit ihre Leidenschaft für die Pflege und Unterstützung ihrer

Mitmenschen.

Mit ihrem großen Ehrgeiz und einem guten Händchen für Planung, könnte Christin Ziehr zum neuen Rekordhalter werden. Am 17. Juni heißt es Daumen drücken für die Plauener Sportlerin, deren Leistungen uns nicht nur inspirieren, sondern auch zeigen, dass der menschliche Wille Berge versetzen kann. Wir sind gespannt, ob sie die 342 Kilometer ohne Schlaf und in Rekordzeit meistern kann!

Bild

Blick

Olympics

Details	
Ort	Plauen, Deutschland
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.bild.de• www.blick.de• olympics.com

Besuchen Sie uns auf: mein-dresden.net