



„Viele sagen anfangs, sie schaffen es nicht, und dann wird alles gut“

Ein Lesbenpaar aus der Eifel bietet Wanderreisen explizit für Lesben an. L-MAG war auf einer Tour durch die wilde Landschaft der Vulkaneifel dabei

Immer wieder ist es der Blick ins Weite, der die Seele vor Freude hüpfen lässt. Die Sicht reicht hinab ins Tal, vorbei an den Bäumen mit ihren schillernden Kronen, bis zum nächsten Hügel. Die Vulkaneifel sei im Oktober besonders schön, heißt es in den Werbeprospekten des örtlichen Tourismusverbandes. Die herbstlich gefärbten Wälder, Nebelschwaden über den Maaren – Mulden vulkanischen Ursprungs und Markenzeichen der Eifel – und die in dieser Jahreszeit angenehm kühlen Temperaturen würden diese Region perfekt zum Wandern machen. Die eigene Erfahrung hält, was die Werbung verspricht. Seit drei Stunden sind die Wandervögel um Sabine Peter unterwegs auf dem beliebten Lieserpfad rund um den Kurort Manderscheid. Nach dem Frühstück mit Müsli und hartgekochtem Ei für die Nicht-Veganerinnen hat die Gruppe sich auf den Weg gemacht, zwölf Frauen zwischen Mitte

vierzig und Mitte sechzig. Sie haben ihre hochwertigen Wanderschuhe geschnürt, die bunten Regenjacken übergezogen und verfolgen ein gemeinsames Ziel: die Natur zu durchstreifen und den Alltag hinter sich zu lassen, und all dies zusammen mit anderen lesbischen Frauen.

Plaudern, schnaufen, staunen

Wenn es gerade geht, wandern sie plaudernd und gackernd, oder, wenn der Pfad etwas steiler bergauf führt, auch mal schwitzend und schnaufend. Knapp dreizehn Kilometer Laufstrecke hat die Reiseleiterin für den Tag angekündigt, mit 265 Meter Höhenunterschied. „Leichte Steigung“ dachte da die Flachlandwanderin, und ihre atmungsaktive Unterwäsche besteht den ersten Stresstest. Birgit (68) aus Dormagen setzt bedächtig einen Schritt nach dem anderen und er-

zählt, dass sie Gruppenleiterin Peter vorab angerufen habe: „Ich war mir nicht sicher, ob ich beim Gruppentempo mithalten kann, aber Sabine sicherte mir zu, sie werde mich bemuttern. Und jetzt läuft alles wie geschmiert!“, sagt sie und lächelt.

Seit 25 Jahren laden Sabine Peter (63) und ihre Frau Silke Olesen (61) Menschen zum Wandern an Orte in ganz Europa ein, laufen vorneweg oder hintendran, damit niemand unterwegs verloren geht. 2021 haben sie die erste „Mädelsreise“ angeboten, erzählt Peter, die diesmal ohne ihre – gerade kranke – Gattin in die Vulkaneifel gekommen ist. Es sei nun schon ihre vierzehnte Reise für und mit lesbischen Frauen, die gerne gemeinsam mit anderen lesbischen Frauen unterwegs sind. „L-Reisen“ haben sie diese Sparte getauft. „Im klaren Rahmen ‚nur lesbische Frauen‘ fühlen sich unsere Kundinnen sehr wohl“, ergänzt Silke Olesen später



Links: Reiseleiterin Sabine Peter (mittig im Bild) führt durch den Wald und gibt acht, dass unterwegs niemand verloren geht.

Rechts: In der Vulkaneifel gibt es viel zu entdecken: neben den Maaren – wassergefüllten Mulden vulkanischen Ursprungs – auch mittelalterliche Schlösser und Burgen.

via E-Mail an L-MAG. „Sie sind froh, sich nicht erklären zu müssen.“

Sabine, drahtig im Gang und direkt im Ton, ist Diplom-Sportlehrerin, spielte einst wie ein Profi Tennis, arbeitete viele Jahre für einen großen, deutschen Reiseanbieter als Gruppenleiterin, betrieb eine Surfschule in Venezuela, führte neugierige Tourist:innen durch Costa Rica und die Golfstaaten. Auf einer dieser Reisen traf sie ihre spätere Frau Silke: „Da wollte ich eigentlich nach Teneriffa auswandern, sie wollte aber in Köln leben – als Kompromiss bauten wir ein Haus in der Eifel“, erzählt

Sabine. Und: „Ich habe auch mal ein Buch übers Jonglieren geschrieben, weil ich das so faszinierend finde!“

Haselnusslikör und Sekt für alle

Die L-Reise durch die Vulkaneifel geht insgesamt zwei Tage, zwischen den Tagestouren wird im Hotel Heidsmühle in Mandercheid übernachtet. Es ist der Abend vor der ersten Tour durch die historisch-geologisch beeindruckende Landschaft. Die illustre Damenwandertruppe ist zu Haselnusslikör aufs Haus eingeladen. Tobias Stadtfeld,

Hausherr im Heidsmühle und Hotelier in fünfter Generation, begrüßt seine Gäste gern persönlich und mit ein paar Eckdaten zu Haus und Region: „Früher stand dort, wo Sie jetzt am Glas nippen, die Turbine fürs hiesige Sägewerk. Meine Vorfahren haben hier die Bretter für Weinfässer hergestellt.“ Seine Urgroßmutter, so überliefern es die Urkunden, hätte als Erste vor vielen Jahren „Kaffee und Kuchen nebenbei für Wandersleute verkauft“. Seit ein paar Jahren gibt's einen eigenen Zuchtforellenteich und mindestens einmal pro Woche kommt für die Gäste frischer Fisch auf den Tisch. Hinter



der Heidsmühle treffen sich so viele Wanderwege am Fluss Kleine Kyll (der während des Ahrtal-Hochwassers auf fünf Meter anstieg und den Gastraum des Hotels flutete), dass alljährlich jede Menge Wanderschuhe jede Menge Schmutz ins Hotel bringen – aber „das gehört einfach dazu“.

Die Bochumer Malermeisterin Janine (59) ist das erste Mal bei L-Reisen dabei: „Ich mag schon immer lieber Wandern als Spazieren, da kam das Angebot hier perfekt!“ Sie hat mit ihrer guten Freundin Heike eingeecheckt. „Eigentlich fand ich Gruppenreisen blöd. Aber als ich vor vier Jahren Single war, wollte ich nicht alleine reisen, hab mich dem Angebot von Sabine angeschlossen – und fands richtig toll“, fügt Heike (61) hinzu. Damals war sie bei einer Lesbenreise nach Rüdesheim am Rhein dabei und begeistert. „Ich habe die Ver-

bindlichkeit und Unkompliziertheit der Frauen zugleich erlebt!“ Marlies (69) wollte nur mit Frauen verreisen, war sich aber auch erst unsicher: „Ich habe angerufen und gesagt, ich bin etwas älter und hab keine Erfahrungen in Gruppenreisen.“ Schon am ersten Abend lösen sich ihre Bedenken auf – noch bevor sie als Prosit auf ihren Geburtstag ein Glas Sekt für alle ausgibt.

Die Juwelen der Vulkaneifel sind die Maare, tiefblaue Wasserflächen, in denen sich diese wundersame Landschaft selbst anschaut. Entstanden sind sie vor Jahrtausenden, als die Vulkane hier wild rebellierten. Geblieben sind diese schillernd aufgefüllten Krater. Am bekanntesten: das große Dauner Maar, sagt Sabine. Die Damenwandertruppe hat den Weg durch die urige Wolfsschlucht gemeistert, ist durch den Vulkanerlebnis-

park Mosenberg gestieft und macht nun am kleinen Meerfelder Maar Halt. Die Fußsohlen brennen, die Knie schmerzen etwas. Zwei Stunden zuvor, auf dem Waldweg ein Stück aufwärts, hatte Sabine gemahnt: „Macht kleine Schritte, wenn es bergauf geht und anstrengender wird!“ Die Wanderführerin weiß aus Erfahrung: „Viele Frauen sagen anfangs, sie schaffen es nicht, und dann wird alles gut. Dieses Mal haben wir wirklich eine harmonische Gruppe, aufs Tempo bezogen.“ In der Tat stöhnt niemand laut, jammert keine auffallend. Im Gegenteil: Sie plaudern und lachen. Beim Stopp an der Burg Manderscheid gibt's Bio-Zitronen-Kekse zu geschmierten Brötchen, Obst und Schokolade. Nach fast sechs Stunden und knapp zwölf Kilometern Strecke kehrt die bunte Frauenschar



*Links: Eine Pause für Fotos!
Rechts: Schwarzes Vulkangestein
und gelb blühende Moorpflanzen*

zurück in die Heidsmühle – beglückt und erfüllt, wenn auch mit so mancher Blase an den Hacken.

Später, in der nagelneuen Hotelsauna, melden sich die Waden, knurrt der Magen vor Vorfreude: Es gibt Hausforelle zum Abendbrot. Im Restaurant schwärmen alle zwölf halb kauend, halb innehaltend von der wildromantischen Schönheit der Vulkaneifel. „Ich bin froh, dass ich dabei bin – die Natur ist so schön und die Gruppe erstaunlich harmonisch“, sagt Bärbel (57) aus Esslingen. Noch lange werden sich alle Frauen an die

se Blicke in die Weite erinnern, durch die Täler und Hügel der Vulkaneifel im Herbst.

// Jana Schulze

Die „L-Reisen“, Wanderreisen für lesbische Frauen, führen 2026 in die Vulkaneifel, nach Mainfranken, Luxemburg und an die Algarve.



wandernundgenuss.de/l-reisen

Lesben
und
Alter e.V.
Dachverband

ALT.
JA, UND?

Engagement benötigt Spenden!

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE 58 1002 0500 0001 5871 00

www.lesbenundalter.de

DÜSSEL-CUP 27.03. - 29.03.26
QUEER MULTISPORT-EVENT

SPORT

Badminton | Basketball | Fußball | Laufen
Minigolf | Party Dance | Schwimmen
Square Dance | Squash | Tennis
Thaiboxen | Tischtennis | Volleyball



JETZT ANMELDEN!

UND PARTY

DÜSSEL-CUP PRESENTS

QUEERS & CHEERS

SA, 28.03.2026 | 21 UHR | ZAKK DÜSSELDORF

MAIN STAGE

+ DJ YVONNE TOUCHÉ
+ DJ GINAG
+ DJ DIRECT

TECHNO FLOOR

+ BABICIN
+ MAGICAL GRRRL
(GET OVER IT COLLECTIVE)

SPECIAL GUEST

LOLA LAND NEO REVUE

VVK: 14 €

AK: 16 €

www.duessel-cup.de