



**Rüstiger** Rentner: Dem Leverkusener **Jubilar** Emil Grunewald sieht man die 100 Jahre nicht an. FOTO: GABI KNOPS-FEILER

## Täglich ein Piccolo – wie Grunewald 100 wurde

**BÜRRIG** (kno) Oft können die Menschen in seiner Umgebung kaum glauben, dass dieser Mann schon 100 Jahre alt sein soll. „Ich zeige ihnen zum Beweis meinen Personalausweis“, amüsiert sich Emil Grunewald. Vor kurzem feierte er sein Jubiläumsfest im Kreise von Familie und Freunden in seiner Bürriger Wohnung an der Erzberger Straße. Am 23. Oktober 1908 in Bonn geboren, wuchs er als sechstes Kind von acht Geschwistern – sieben Jungen und ein Mädchen – auf. Der Vater war Schneidermeister, die Mutter Hausfrau. Nach der Heirat 1933 zog er mit Ehefrau Elisabeth und der ältesten Tochter von Bonn nach Bürrig. Bei den Farbenfabriken Bayer hatte er damals eine Stelle gefunden. Nach 35 Arbeitsjahren als Dreher ist er nun schon genau so viele Jahre Rentner. Die Kriegswirren überstand die Familie ohne

Blessuren. Später erblickten drei weitere Töchter das Licht der Welt. Heute ist der rüstige Senior achtfacher Groß- und fünffacher Urgroßvater. Nachdem die Kinder aus dem Haus waren, liebte er es, mit seiner Ehefrau zu verreisen. Aber nur innerhalb von Deutschland. „Ich fahre nur dahin, wo man meine Sprache versteht“, berichtet er. Bis vor kurzem lebte der Jubilar in seiner Wohnung und versorgte sich zum großen Teil selbst. Erst vor rund einer Woche zog der nun 100-Jährige in das benachbarte Seniorenheim der Diakonie am Stresemannplatz um. Auch sein Trimmrad musste mit, auf dem er täglich etwa zehn Minuten strampelt. Nach seinem Rezept für ein langes Leben gefragt, antwortet Grunewald: „Ich lebe bescheiden, esse wenig, aber viel Obst und trinke täglich einen Piccolo.“

# Wandern ist der Kestings Lust

Die **Türkei** hat es den beiden Leverkusenern besonders angetan. Seit das Ehepaar die **509 Kilometer** lange Strecke 2005 erstmals hinter sich gebracht hat, reist es regelmäßig als Wanderführer an die Mittelmeerküste.

VON SEBASTIAN LAULE

**OPLADEN** Helmut (73) und Rosemarie (66) Kesting aus Opladen haben sich aufgemacht zu ihrem neuesten, diesmal sechsmonatigen Wanderabenteuer an die türkische Mittelmeerküste. Auch im hohen Alter schreckt das Paar nicht vor der sportlichen Herausforderung zurück, denn das Wandern ist der Kestings Lust. Frankreich, Italien, Schweiz und Österreich haben beide erforscht, 1991 entdeckten sie die Gebirge der Türkei.

Vor drei Jahren dann das Meisterstück: 509 km von Fethiye nach Antalya, der Lykische Pfad. „Da war ich gerade 70 und wollte wissen, ob ich das noch schaffe, das war ein tolles Erlebnis“, erinnerte sich Helmut vor seiner Abreise. Trotzdem war das natürlich nicht wie ein gemütlicher Spaziergang im Bergischen. Der gut 18 Kilogramm schwere Rucksack mit Essen, Getränken, Höhenmesser, Fernglas und Schlafsack kann einem ganz schön auf die Schultern drücken.

### Durch die Natur zur Kultur

Wenn er drei Jahre später den Weg auf der Wanderkarte mit dem Finger nachgeht, gerät er schnell ins Schwärmen und seine Augen beginnen zu leuchten. „In Faralya, da ist es wirklich schön, diese Ruinen, welche eine Sehenswürdigkeit. Auch Simena und Kalka, großartige Städte, ich kann gar nicht alles aufzählen“, sagte der 73-jährige schwärmerisch. Auch Kappadokien im Landesinneren und die Schwarzmeerküste hat er mit seiner Frau bereist.

Doch der Lykische Pfad hat es ihm besonders angetan, nicht zuletzt, weil alles dort vom Hauch der Antike umweht wird, wie in Phaselis, Chimaera, Olympos oder an der Römer-Brücke. „Einmal ist es schön, dort einfach zu wandern, zum anderen genießen wir die Vielzahl der Sehenswürdigkeiten, wir gehen durch die Natur hin zur Kultur“, beschrieb Helmut Kesting die



Fernweh: Helmut und Rosemarie Kesting aus Opladen sind in ganz **Europa** auf Schusters Rappen unterwegs. Zurzeit betätigen sie sich als **Wanderführer** in der Türkei. RP-FOTO: UWWE MISERIUS

Besonderheit des Pfades. Der beeindruckt vor allem durch seine Kulisse. Ausblicke auf das Meer und das Taurusgebirge, steil abfallende Felsen, kleine und große Buchten, dazu zahlreiche Inseln prägen die Küstenlandschaft.

Im Inneren führt der Weg über Bäche durch Pinienwälder zu Orangengärten. Trotz dieses Panoramas treffen die Kestings nur selten auf andere Wanderer, auch ein Grund, warum sie dort so gern unterwegs sind. So ganz alleine macht es aber doch weniger Spaß, und darum verdingen dich Helmut und Rosemarie nach ihrem Sololauf inzwischen als Wanderführer für ein nobles türki-

### INFO

#### Seit der Antike

Die Ursprünge des Lykischen Weges gehen bis in die Antike zurück, wo er als **Handelsweg** für **Kameltkarawanen** genutzt wurde. Die Britin Kate Clow setzte 1999 entlang der Strecke **Markierungen**, die es dem heutigen Wanderer leichter machen, sich in dem teils sehr wilden Gelände zu orientieren. Im Sommer kann es aufgrund des heißen **Klimas** zu Trinkwasserproblemen kommen. [www.tuerkeiwanderungen.de](http://www.tuerkeiwanderungen.de).

sches Hotel in Kemer. Die bis zu achtstündigen Tagestouren, ob durchs Gebirge oder zu antiken Felsengräbern, sind beliebt. In der letzten Saison haben sie mehr als 1000 Wanderer begleitet, weshalb der Generalmanager sie für dieses Jahr wieder anforderte. So sind die beiden Wanderfreunde wieder los in ihre zweite Heimat, bis Ende April 2009 bleiben sie in der Türkei.

In der ersten Heimat haben sie fleißig Türkisch gebüffelt – und Schuhe gekauft. „Da brauchen wir jedes Jahr ein neues Paar, die sind bei unserem Pensum schnell durchgelaufen“, berichtete der erfahrene Wanderer.

## Frauen brutal geschlagen

**RHEINDORF** (ssc) Kaum zu bändigen war am Samstag ein alkoholisierte Kioskinhaber in Rheindorf. Der 28-Jährige hatte zunächst offenbar grundlos eine 48-jährige Frau und deren 73-jährige Mutter angegriffen. Die 48-Jährige traktierte er mit Fäusten und trat ihr mehrfach in den Bauch, die 73-Jährige schlug er mit einem Regenschirm nieder.

Auch gegenüber der herbeigerufenen Polizei blieb der Kioskmann extrem aggressiv. Die Beamten mussten Pfefferspray einsetzen, um den Tobenden in Gewahrsam nehmen zu können. Ein Alkoholtest ergab einen Wert von 1,46 Promille. Der 28-Jährige muss sich nun wegen gefährlicher Körperverletzung verantworten.

KW 45  
Gültig ab  
03.11.2008

# REWE

Jeden Tag ein bisschen besser.

Wir akzeptieren: Nur in teilnehmenden Märkten.

+ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++

**Preissenkung**

**H-Vollmilch oder Frische Vollmilch**  
3,5% Fett  
1-Liter-Packung

~~0,58~~ **0,55** DISCOUNTPREIS

**Preissenkung**

**Speisequark**  
40% Fett i.Tr.,  
(100 g = 0.14)  
250-g-Becher

~~0,43~~ **0,35** DISCOUNTPREIS

**Preissenkung**

**Speisequark**  
Magerstufe,  
(1 kg = 1.10)  
500-g-Becher

~~0,57~~ **0,55** DISCOUNTPREIS

**Preissenkung**

**Markenbutter**  
mild gesäuert,  
(100 g = 0.29)  
250-g-Packung

~~0,79~~ **0,73** DISCOUNTPREIS

**Preissenkung**

**H-fettarme Milch oder Frische fettarme Milch**  
1,5% Fett  
1-Liter-Packung

~~0,51~~ **0,49** DISCOUNTPREIS

**REWE senkt die Milchpreise.**

Ab sofort in Ihrem REWE Markt.

**Preissenkung**

**Kondensmilch**  
7,5% Fett,  
(1 kg = 1.15)  
340-g-Packung

~~0,45~~ **0,39** DISCOUNTPREIS

**Preissenkung**

**Leichte Kondensmilch**  
4% Fett,  
(1 kg = 1.03)  
340-g-Packung

~~0,41~~ **0,35** DISCOUNTPREIS

**Preissenkung**

**H-Schlagsahne oder Frische Schlagsahne**  
mindestens 30% Fett,  
(100 g = 0.17)  
200-g-Packung/Becher

~~0,39~~ **0,33** DISCOUNTPREIS

**Preissenkung**

**Schmand**  
24% Fett,  
(100 g = 0.17)  
200-g-Becher

~~0,42~~ **0,33** DISCOUNTPREIS

Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen.

++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++ PREISENKUNG ++