

ecomade
sorglos schlafen®

A high-contrast, black and white silhouette of a person running on a light-colored, textured surface. The person is wearing a cap and a backpack, and is holding a long stick or pole in their right hand. The background is a grainy, light brown texture.

ecomade
Zero Waste Run
Dokumentation

Report

Einführung

Die Schweiz gehört zu den Ländern mit einem besonders hohen Ressourcenverbrauch. Das geht einher mit einem beachtlichen Abfallaufkommen und Littering. Erschreckenderweise werden in der Schweiz jährlich 840 Million Abfallstücke gelittert. Das verursacht Mehrkosten für die Reinigung, verunstaltet das Stadt- und Landschaftsbild, stellt eine Gefahr für Tiere dar und führt mittelfristig zu Mikroplastik.

Um, auf den hohen Konsum – insbesondere in der Matratzenbranche – und den damit einhergehenden Abfall aufmerksam zu machen wurde der ecomade Zero Waste Run initiiert. Beim Zero Waste Run geht es darum, während dem Lauf, möglichst viel Abfall einzusammeln (auch bekannt als Plogging).

Die Laufstrecke (112 km) für den Zero Waste Run orientierte sich an der Schweizer Lieferkette von den kreislauffähigen ecomade Matratzen: Von Arth (Produktion vom Matratzenbezug) über Neuhaus (Produktion vom Matratzenkern) nach Zürich (ecomade Flagship-Showroom).

Der Lauf wurde von Joel Hügli, Designer und Gründer von ecomade, in Angriff genommen.

Partner & Supporter

Grossen Dank an alle Menschen die das Projekt im Kleinen und im Grossen unterstützt haben. Ausserdem ein grosses Merci an die Umweltpartnerorganisation European Trails, die im Rahmen vom 1% for the Planet Commitement, die Aktion supervisiert haben.



Vorbereitung

Im Vorfeld zum ecomade Zero Waste Run wurde neben Ausdauer und Kraft auch verschiedene Techniken für das Aufsammeln von Abfallstücken getestet und trainiert. Eine grosse Laufweste mit einem offenen Abfallsack und eine Greiffzange haben sich für diese Aktion am besten bewährt.



Joel Hügli ist, trotz grossem Respekt vor dem Zero Waste Run, die Vorfreude ins Gesicht geschrieben.



Start war um 04:30 Uhr in der Früh in Arth.



Kurz nicht Aufmerksam und plötzlich ein Sturz.



Morgenstimmung mit Nebel im Hochmoor in Rothenturm.

Umsetzung

Der Zero Waste Run startete in der Dunkelheit am Samstag, 12. September 2026 um 04:30 Uhr in Arth. Entlang von Wanderwegen und Strassen ging es in der Morgendämmerung hoch auf den Sattelpass. Von da aus ging es weiter durch das nebelbedeckte Hochmoor Rothenturm – das grösste zusammenhängende Moor der Schweiz.

Nach einem unglücklichen Sturz und rund 30 km wurde das erste Mal der Abfallsack mit mehr als 300 eingesammelten Abfallstücken geleert und wo möglich auch recycelt. Später ging es am Zürichsee entlang über Feldwege und verlassene Wanderwege in Richtung Neuhaus. Mit der Mittagssonne im Gesicht und müden Beinen kam nach rund 60 km ein erstes kleines Tief.

Ein erfrischendes Eis und die nächste Abfallentsorgung in Rapperswil-Jona waren ein Motivationsschub. Gefolgt von einem Teilstück entlang der Seestrasse kam der Aufstieg auf den Pfannenstiel. Da gab es zum

Glück weniger Littering, aber wegen nachlassenden Kräften und mentaler Stärke war der Aufstieg nur noch im Schrittempo zu bewältigen. Am höchsten Punkt angekommen wurde wieder ins Laftempo umgestellt. Jeder Kilometer musste hart erkämpft werden und jeder Stopp, um Abfall aufzulesen, kostete wertvolle Energie.

Mit einer letzten grossen Ladung Abfall ging es spät Samstagabend durch die Stadt Zürich bis in den Showroom von ecomade.

Nach 112km, 1742 Höhenmetern und 842 eingesammelten Abfallstücken gab es als Belohnung eine erfrischende Dusche, eine napolitanische Pizza und das Beste: eine erholsame Nacht im Showroom auf den kreislauffähigen ecomade Matratzen.



Ein Grossteil vom Abfall lässt sich mit der Greiffzange nehmen und im Running-Rucksack verstauen. Dieser wurde alle 20-30km geleert.

Fazit

Der ecomade Zero Waste Run war ein Herzensprojekt, Abenteuer und eine Herausforderung. Die Natur konnte von hunderten Abfallstücken befreit werden und die Reaktionen darauf zeigten, dass es zum Nachdenken und auch zum Nachahmen anregte. Es wird bestimmt nicht der letzte Zero Waste Run sein.



Abwechslungsreiche Route mit Trails, Feldwegen und Strassen.



Abendstimmung auf dem letzten Berg vor dem Ziel.



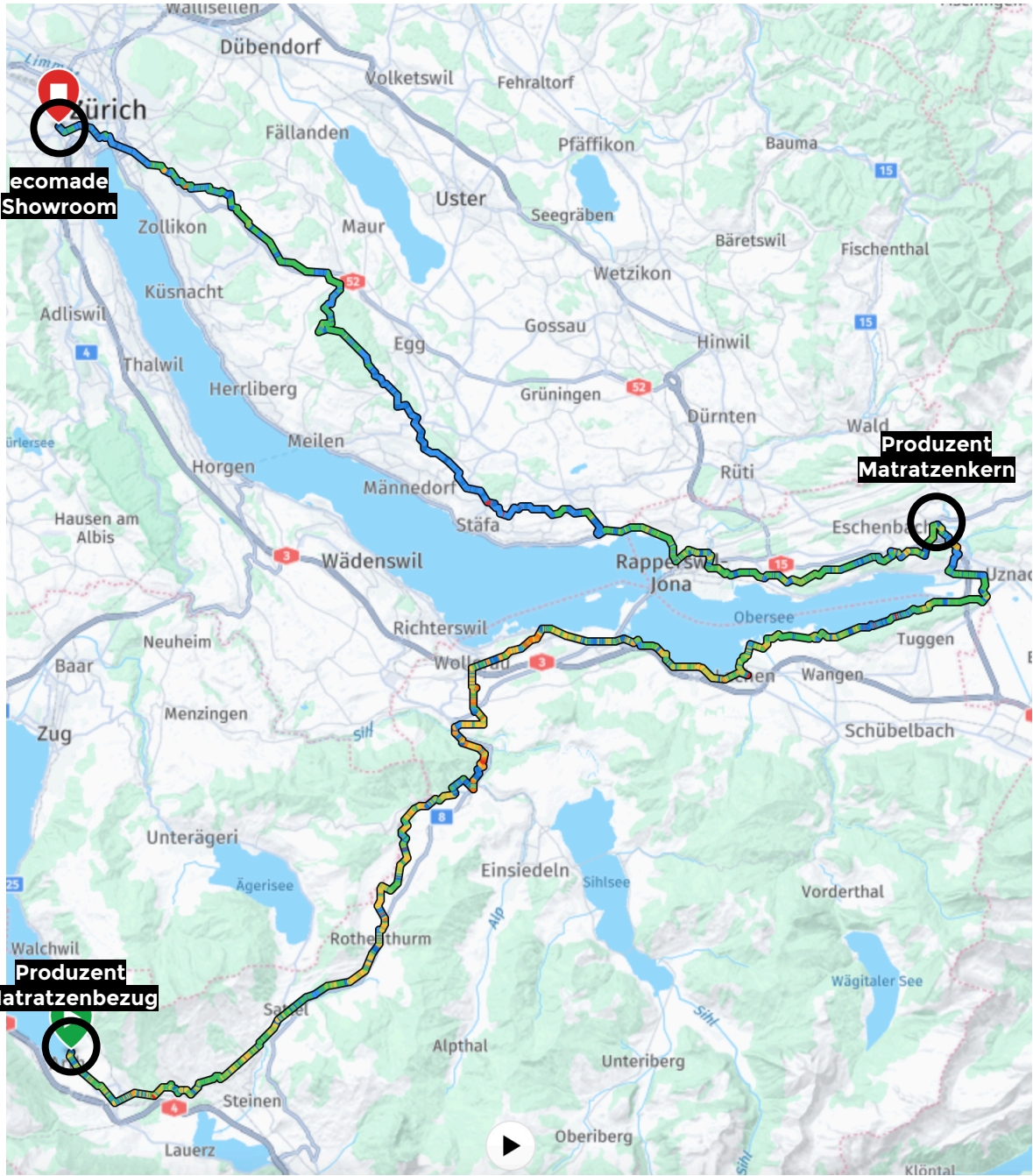
Zigarettenstummel gab es besonders häufig.



Über die Strecke von 112 km wurden 852 Abfallstücke gesammelt.

Route

Running-Details
112,04 km
1'742 Höhenmeter
ca. 80% Wanderwege
852 Abfallstücke eingesammelt
Zeit in Bewegung: 15h 56min
Verstrichene Zeit: 19h 16min

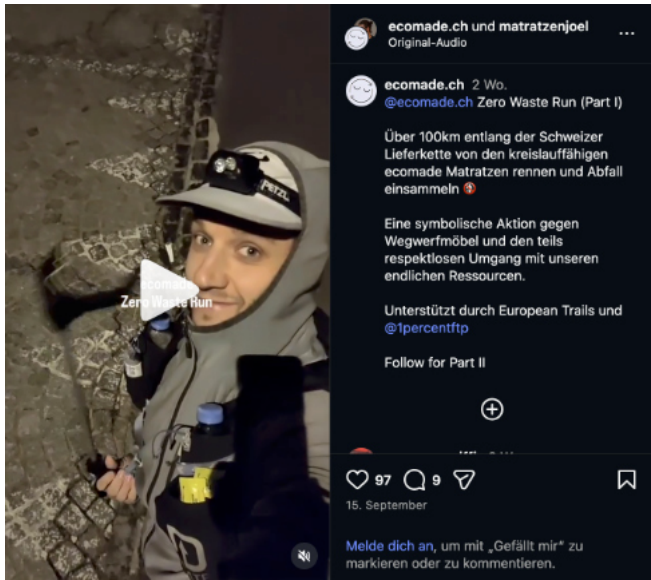


GPS-Route entlang der Schweizer Lieferkette von den kreislauffähigen ecomade Matratzen

Publicity

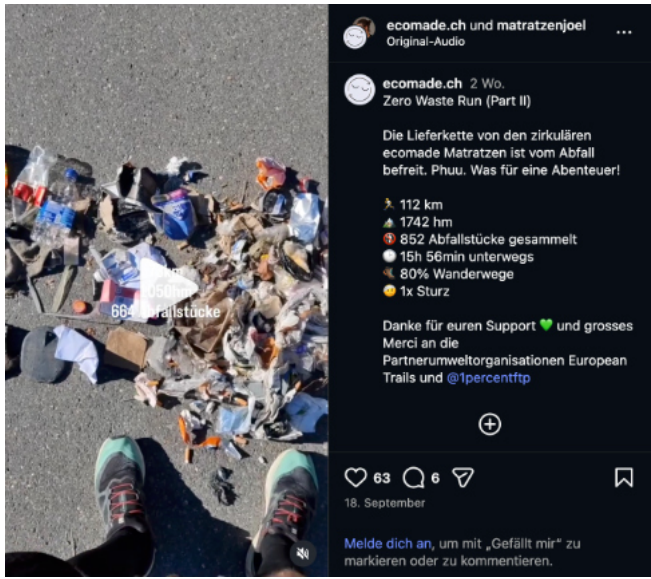
Übersicht
Der ecomade Zero Waste Run wurde bereits auf dem Instagram und LinkedIn geteilt. Beiträge im ecomade Newsletter und Blog werden noch folgen.

Social Media Posts (ohne Stories): 3 Stück
Impressionen: 5149x



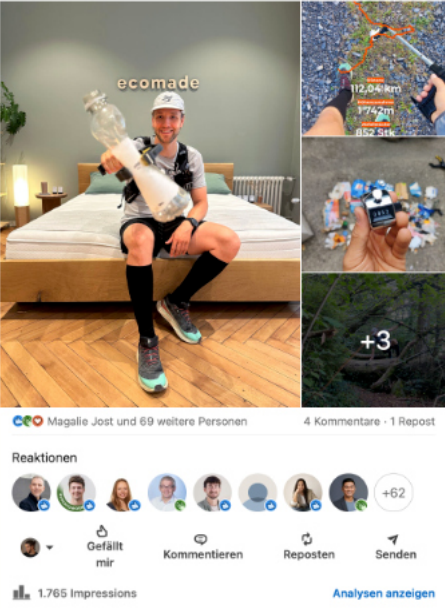
Link: <https://www.instagram.com/ecomade.ch/reel/DdULPtxSfc/>

Instagram Video-Reel Part I
1840 Aufrufe/Impressionen



Link: <https://www.instagram.com/ecomade.ch/reel/DdbexXWveDV/>

Instagram Video-Reel Part II
1544 Aufrufe/Impressionen



LinkedIn Text + Fotos
1765 Impressions

ecomade

sorglos schlafen®



ecomade GmbH
Kalkbreitestrasse 57
8003 Zürich

info@ecomade.ch
www.ecomade.ch

3. Okt 2026