



»Ich will da hoch!«

Klettern in Göttingen

Genaugenommen ist Klettern die wohl älteste, ursprünglichste Fortbewegungsart des Menschen, der – bevor er den aufrechten Gang auf zwei Beinen wagte und beherrschte – auf Bäumen herumkraxelte. Wie tief dieser Instinkt in uns verankert ist, sehen wir an Kindern, für die jeder passende Baum eine unwiderstehliche Versuchung darstellt. Zu einer führenden Sportart hat es das Klettern dennoch nie gebracht, eher blieb es lange Zeit die exotische Domäne von Bergsteigern und Extremsportlern.

Das hat sich allerdings geändert: Klettern wird mittlerweile von immer mehr Menschen praktiziert und hat sich in zahlreiche Varianten ausgeweitet. Da gibt es das Nachklettern vorgegebener Routen ebenso wie das freie Bezwingen einer Wand, das Klettern als Wettkampfsport nach festen Regeln ebenso wie das Kraxeln als Freizeitbeschäftigung. Man unterscheidet das Klettern mit Sicherung vom freien Klettern (Free Solo Climbing), das allerdings eine Ausnahmeerscheinung ist – üblicherweise wird mit Sicherung geklettert, weshalb Klettern entgegen mancher Klischees auch kein Risikosport und wesentlich ungefährlicher ist, als man meinen möchte. – Zudem differenziert man nach den diversen Schauplätzen des Kletterns: vom klassischen alpinen Klettern, das dem Bezwingen eines Berges

dient, über Bouldern (Klettern an einzelnen Felsblöcken in Absprunghöhe), dem Bigwall-Klettern an extrem hohen Felswänden, bis hin zu Eis- und Höhlenklettern. Als besondere Variante hat sich in den letzten Jahren das Buildering etabliert, das Gebäudeklettern. Dessen bekanntester Vertreter ist der Franzose Alain Robert, der in spektakulären Aktionen ohne technische Hilfen und Absicherungen die Außenfassaden berühmter Hochhäuser erklimmt. Nachahmung wird nicht unbedingt empfohlen.

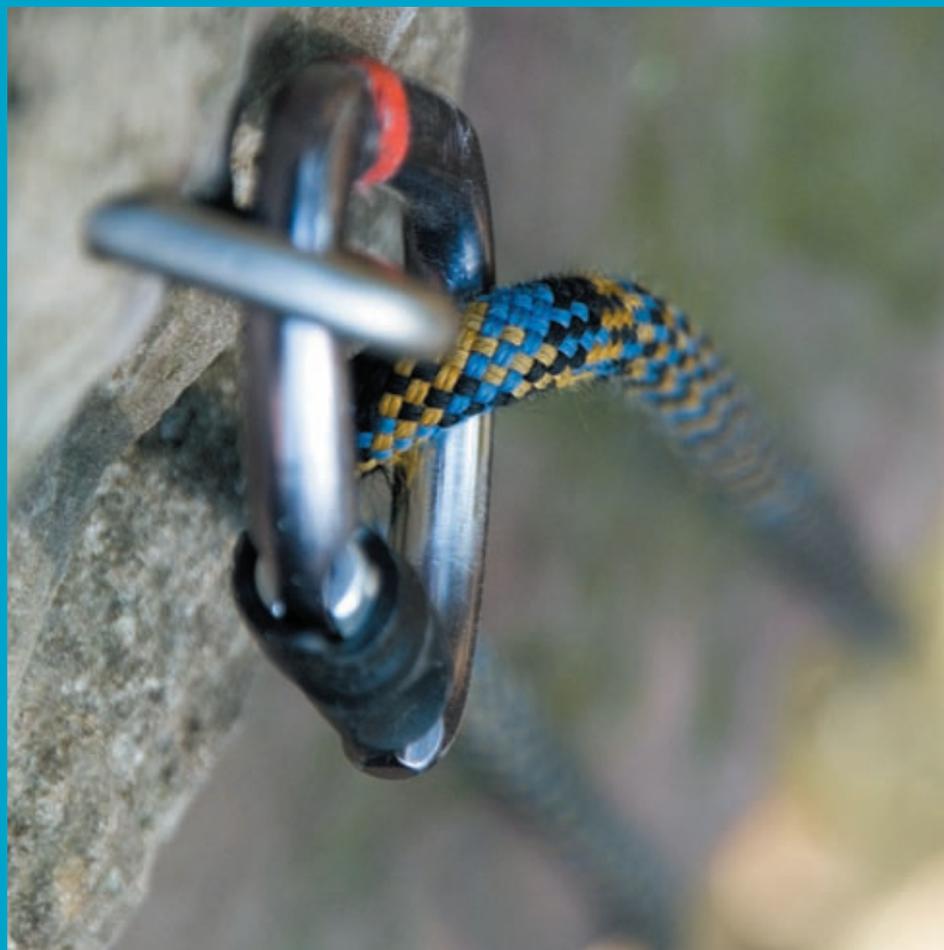
Wie man sieht, sind Kletterer nicht mehr auf die Reise in alpine Regionen oder zumindest die freie Natur angewiesen. Hallen oder Gebäude mit künstlichen Kletterwänden gibt es allerorten – so auch in Göttingen. In der Sporthalle Weende, an einer Wand am Sportzentrum Sprangerweg, in Kletterhallen der Umgebung, hat man Gelegenheit zum Kraxeln, unter Anleitung ausgebildeter Trainer bei unterschiedlichen Kursangeboten – von Schnupperangeboten für Einsteiger über Mutter-und-Kind-Klettern bis zu Kursen für Fortgeschrittene. Auch die GoeSF bietet unter Leitung von Victor Chen, Mitglied der Göttinger Sektion des Deutschen Alpenvereins, Kurse an. Zudem verfügt Göttingens Umland mit den Buntsandsteinfelsen im Göttinger Wald zwischen Reinhausen und Bremke über ein

auch überregional renommiertes Mekka für Kletterfreunde.

Was an diesem Sport fasziniert, liegt auf der Hand; man muss sich nur an die eigene Kindheit erinnern und an die Verlockung von »Kletterbäumen«: das Überwinden und die Bewältigung eines Hindernisses, der Triumph, »oben« anzukommen und eine neue, überwältigende Aussicht auf die Welt zu genießen, im Bewusstsein, etwas Gefährliches überstanden und einen ganz eigenen Weg gefunden zu haben – das war es doch, was einen auf die Bäume trieb. Chen fasst es in das knappe Motto: »Ich will da hoch!« Nichts anderes motiviert einen Messner, Achtausender zu bezwingen und die wachsende Zahl von Climbern, an Wänden emporzusteigen – Klettern ist eine Trendsportart (seit 10 Jahren vor allem in der Halle); in Bayern und Baden-Württemberg ist es sogar Schulsport.

Die Faszination des Kletterns besteht dabei in der Vielfältigkeit und Komplexität des Sports: Natürlich braucht man Kraft (nicht nur beim Free Climbing), Konzentration, Geschicklichkeit, Balance und Präzision – eine allgemeine Sportlichkeit, die jedoch die Allgemeinheit nicht ausschließt. Im Gegenteil: Gerade weil Klettern schnelle Erfolgserlebnisse verschafft, ist der Sport für jeden geeignet. Mehr noch: Klettern hat wegen der vielfältigen Beanspruchung der Koordination, der motorischen und seelischen As-





pekte, auch therapeutische Dimensionen. Victor Chen berichtet von Heilungserfolgen beispielsweise bei Schlaganfallpatienten, von positiven Auswirkungen auf diverse Formen von Behinderungen, bei Übergewicht und auch bei psychischen Problemen von Kindern und Jugendlichen.

Intelligenz gehört dazu, wenn man Routen plant, einen Berg oder Felsen »liest«, um die optimale Strecke anzugehen. Zudem klettert man in der Regel nicht allein, sondern zu zweit oder im Team einer Seilschaft. Klettern ist in diesem Fall Teamwork mit allem, was dazu gehört – Zuverlässigkeit, Verständigung und Verantwortung. Nicht zuletzt ist Klettern eine ganz besonders intensive Art, Natur und Welt zu erfahren und im wahrsten Sinne des Wortes zu begreifen – und damit auch sich selbst zu erkennen. Die Bewältigung einer Kletterroute ist nichts anderes als eine abenteuerliche Reise – Angstbewältigung, Euphorie und Erkenntnis inbegriffen. Und jede Menge Spaß.

Informationen

Deutscher Alpenverein –
Sektion Göttingen
Kurze Straße 16
37073 Göttingen
davgoettingen@t-online.de
www.davgoettingen.de

Ansprechpartner:
Michael Schmidt
Spandauer Weg 30
37085 Göttingen
Tel. 05 51-770 00 08
mschmid7@web.de

RoXX-Kletterzentrum
Hochschulsport Göttingen
Sprangerweg 2
37075 Göttingen
Tel. 05 51-391 02 78 oder
Tel. 05 51-391 03 37
info@roxx-kletterzentrum.de
www.hochschulsport.uni-goettingen.de/roxx

Kletterzentrum am Sprangerweg
rund 400 m² Kletterfläche als Innen-
und Außenanlage für Anfänger und
Fortgeschrittene; diverse Kursangebote
von Schnupper- bis Intensivkursen

Links

www.alpenverein.de
www.climbing.de
www.dav-felsinfo.de
www.ig-klettern.de
www.klettern.de
www.alainrobert.com

(Alle Angaben ohne Gewähr)

Klettern mit Victor Chen veranstaltet die GoeSF im Rahmen ihrer regelmäßigen Fitness-Kurse (siehe Seite 9).

In ihrem Feriensport-Programm 2007 bietet die GoeSF einen Kletterkurs für 8- bis 12-Jährige an: vom 23. bis 27. Juli im RoXX-Kletterzentrum am IFS. Informationen und Anmeldung bei der GoeSF, Jörg Bollensen, Tel. 05 51-50 70 9 -143, Fax 50 70 9 -114. Mehr zu den Feriensport-Angeboten auf Seite 7 und unter www.goesf.de.