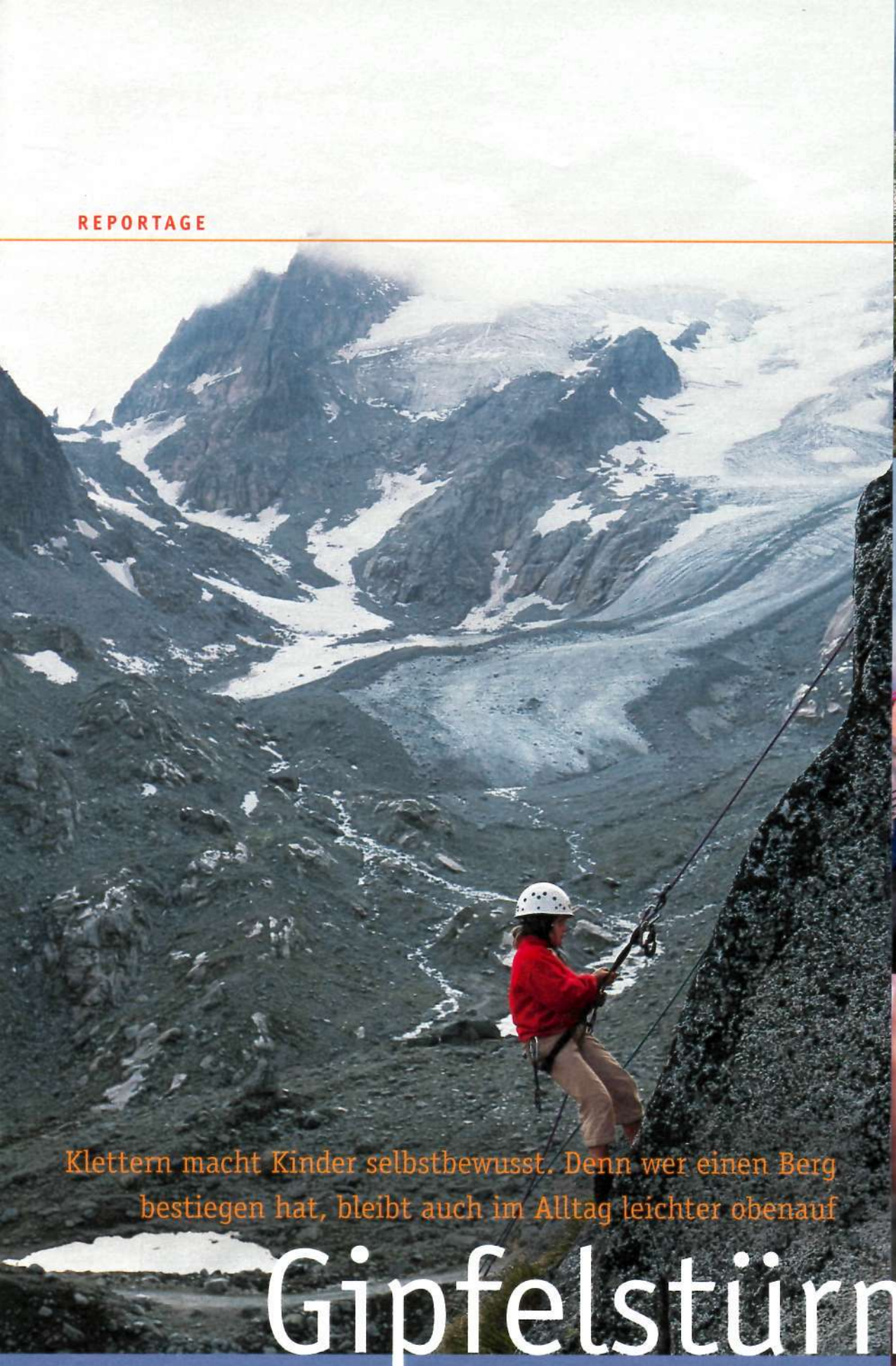
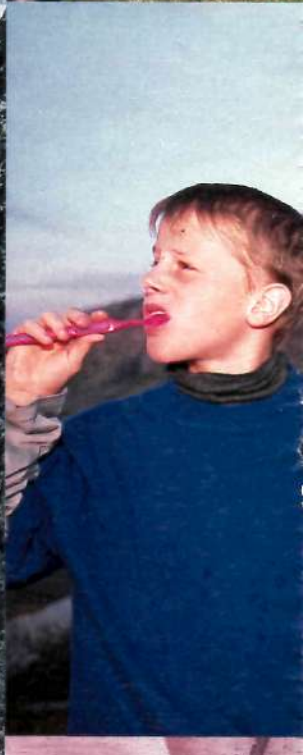
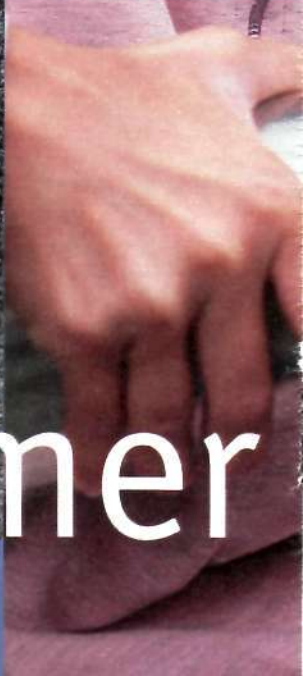








Klettern macht Kinder selbstbewusst. Denn wer einen Berg bestiegen hat, bleibt auch im Alltag leichter obenauf

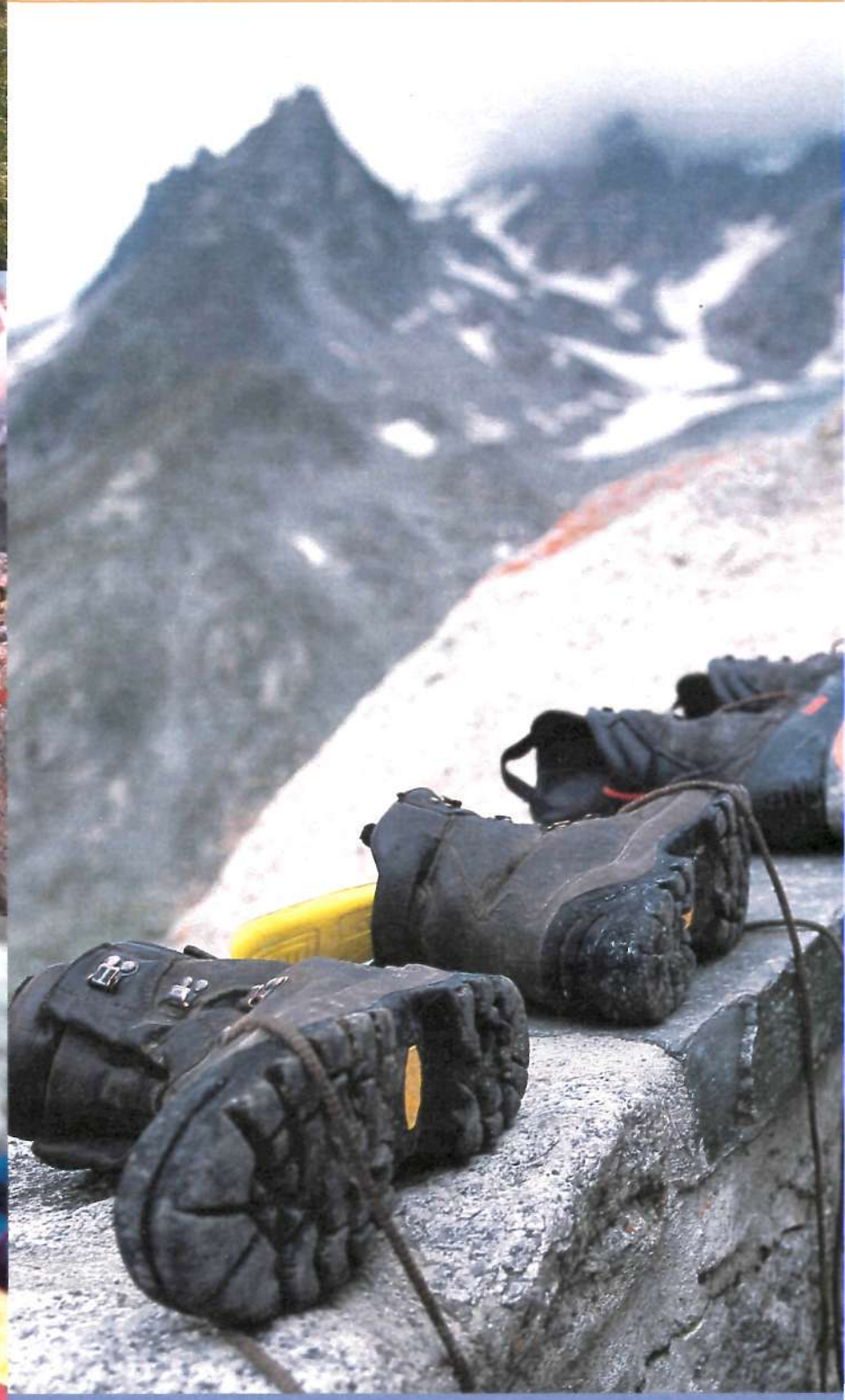
Gipfelstürmer







Wandern, klettern, rasten – wenn die Mischung stimmt, entwickeln Kinder in den Bergen ungeahnte Energien





Wer klettern will, muss viel laufen: Tourenführer This Hefti (mit Kopftuch) studiert mit seinen Schützlingen die Route, die auch über Felsen und Bäche führt. Wie Christoph, 12, trägt jeder in der Gruppe alles, was er braucht, in seinem Rucksack. Nur in die Steilwand geht's ohne Gepäck

In der Wand trägt jeder Verantwortung für alle







Mit einer Mischung aus Staunen und Respekt mustert Daniela die Felswand, die sie gleich hinaufgehen will. Dann sagt die 13-Jährige wie zu sich selbst: „Mit dem Klettern kommt nichts mit. Das ist das Schönste von allem. Ich liebe die Berge."

Daniela steht mit ihrer Leidenschaft nicht allein. Zusammen mit acht weiteren Kindern zwischen zehn und 15 Jahren und vier Betreuern ist sie für ein Wochenende im Schweizer Kanton Uri unterwegs. Von morgens bis abends wird sie nichts anderes tun als wandern, klettern und wieder wandern.

„Wann kann ich endlich abseilen?", tönt es von oben. Tobias, gerade zehn Jahre alt, hat die erste Etappe geschafft, wedelt wild mit dem Seil. Daniela lässt sich von seiner Ungeduld nicht aus dem Konzept bringen. Konzentriert setzt sie einen Fuß vor den anderen, tastet Erhebungen und Unebenheiten, prüft, welche Stellen sich zum Festhalten eignen. „Die sind gut drauf heute", freut sich This Hefti, der die Tour organisiert hat und leitet. „Keine Spur von Müdigkeit oder Erschöpfung. Und das bei dem Programm ..."

Um fünf Uhr sind sie alle aufgestanden, mit dem Zug von Bachtel im Züricher Oberland nach Andermatt gefahren und von dort mit dem Postbus zum Ausgangspunkt der Wanderung. Es folgte ein anstrengender Aufstieg. Mehrere Stunden ging es über schmale Pfade, durch Bäche, von Stein zu Stein - bis zum Stopp am Kletterhang.

Tourenführer Hefti erklärt, weshalb die Mädchen und Jungen trotzdem nicht schlappmachen: „Wenn die Kinder die Begeisterung gepackt hat, geben sie alles. Wandern, klettern, als hätten sie grenzenlos Kraft und Kondition. Doch ihre Batterien sind viel schneller leer als die von uns Erwachsenen. Deshalb machen wir ausgiebige Pausen."

Und wenn nicht? „Dann passiert genau das, was viele Eltern erleben, die ihre Kinder durchs Gebirge scheuchen: Frust. Widerwille. Rebellion."

Das will der Schweizer Alpen Club (SAC), der sich besonders in der Kinder- und Jugendförderung engagiert, vermeiden. Mit vom Bund subventionierten Klettergärten an Schulen und mobilen Kletterwänden will man die Kinder spielerisch an die Berge heranführen, ihnen die Schönheit der Natur näher bringen. Wie in Bachtel existieren inzwischen in vielen Sektionen des SAC Kindergruppen für Zehnjährige bis 15-Jährige. Mancherorts wird sogar Familienbergsteigen für Eltern mit Kindern ab sechs Jahren angeboten.

MÄDCHEN HABEN MEHR KÖRPERGEFÜHL, JUNGEN MEHR EHRGEIZ

Minimale Vorkenntnisse reichen, um erste Etappen im Fels zurückzulegen. „Learning by doing" lautet das Prinzip. Lektion eins: Das Seil ist nicht dazu da, um sich daran hochzuziehen, sondern eine Notsicherung. Lektion zwei: Vertraue deinem Körper. Finde deinen Mittelpunkt. Halte das Gleichgewicht. Nach Erfahrung der Tourenleiter können Mädchen das anfangs besser als Jungen; sie haben das feinere Körpergefühl und mehr Geschick. Die Jungen machen das später allerdings mit Ehrgeiz wieder wett.

Christoph findet Bergwandern „cool". Nicht nur die Tour an sich, auch das Drumherum. Wo sonst gibt's Picknick zwischen Enzian und Silberdistel, mit Blick auf Gletscher und Gipfelkreuze? Strahlend packt er sein Vesperbrot aus, schneidet einen Apfel mit dem Taschenmesser in Schnitze. Faszinierend für die Kinder: Alles, was sie für ein Wochenende brauchen -ihr Essen, Kleidung und Schlafzeug -, tragen sie mit sich herum.

Christoph stellt den Kragen seiner Jacke auf. Die Sonne ist hinter einer dichten Wolkendecke verschwunden, plötzlich weht ein kalter Wind. „Egal", sagt er, „schlechtes Wetter gibt's nicht, es gibt nur schlechte Kleidung."

So starten Corin und Silvan zu einer letzten Kletterübung, einer Zweierseilschaft: Einer klettert, der andere sichert. Nicht das eigene Können steht im Vordergrund. Beim Bergwandern wie beim Klettern trägt jeder Verantwortung für al- »



Geschafft! Stolz und glücklich sind alle am Etappenziel. Das gute Essen auf der Hütte haben sie sich verdient. Tourenführer Orazio de David (mit Helm) hat wie immer gut gesichert - damit auch wirklich nichts passiert

le. Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft stehen an erster Stelle. Ernst Brunner, der ehrenamtlich die Kindergruppe des SAC in Bachtel leitet, nennt das „soziales Lernen". Die Kinder nennen es „Teamwork".

Atemberaubend, wie sich Corin auf dem Rückweg abseilt. An einem Überhang hält sie nichts als das Seil. Für Corin kein Problem. Unzählige Male hat sie das im Klettergarten an künstlichen Felsen geübt. Entsprechend routiniert nimmt sie die letzten Meter. Macht zwischendurch immer wieder mal kleine Freudenhüpfer und juchzt dabei.

Klettern macht Spaß. Klettern macht selbstbewusst. Und es härtet ab. Ein Kratzer am Unterschenkel? Eine Blase am Finger? Nicht der Rede wert.

Wenig später dann der gemütliche Teil des Wochenendes: Hüttenromantik auf 2500 Meter Höhe. Die Stube der Albert-Heim-Hütte ist einfach. In der Luft liegt der Geruch von Holzfeuer und selbst gebackenem Blechkuchen. Hüttenwirt Armin verteilt Filzpantoffeln an die Kinder und zeigt ihnen das Matratzenlager.

FRÜHAUFSTEHER SEHEN EIN UNVERGESSLICHES NATURSCHAUSPIEL

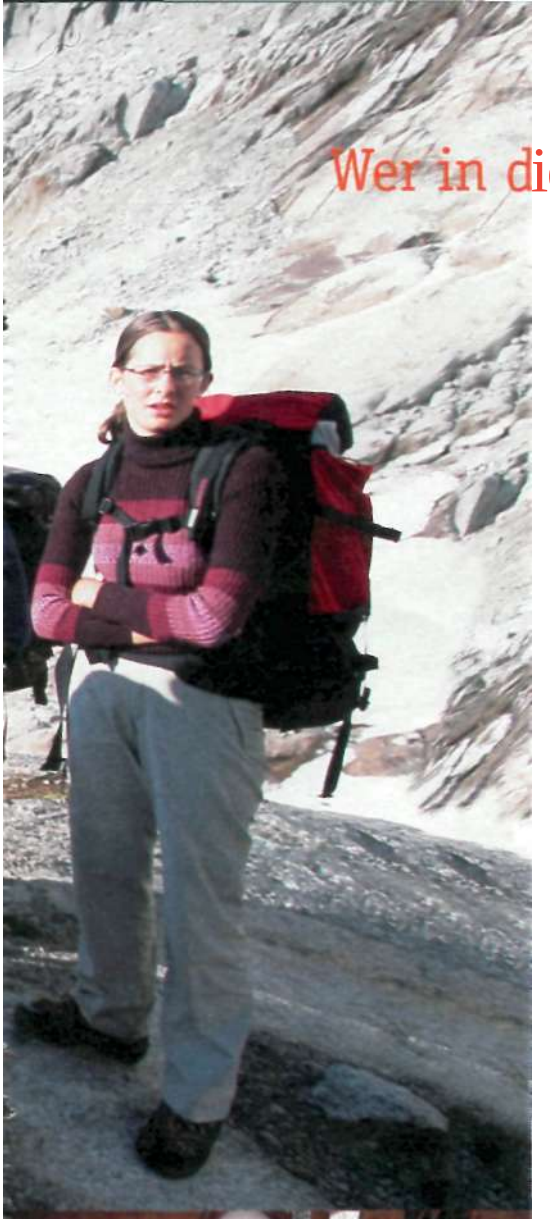
Der Standard ist einfacher als in der simpelsten Jugendherberge: Im Schlafraum ist es eng, das Badezimmer besteht aus einem Waschbecken draußen, und die Toilette ist ein Plumpsklo. Den Kindern macht das nichts aus, im Gegenteil: Sie haben jede Menge Spaß. Mindestens drei Stunden wird vor dem Einschlafen getobt, gekichert und gescherzt - selbst This Hefti wundert sich, woher seine Schützlinge diese Energie nehmen.

Als am anderen Morgen um 5.30 Uhr geweckt wird, sind alle fit. Packen Rucksäcke, schnüren Stiefel, füllen Trinkflaschen. Das frühe Aufstehen wird mit einem grandiosen Naturschauspiel belohnt: Hinter Bergspitzen malt die aufsteigende Sonne einen leuchtenden lila-orangefarbenen Rand. In der Ferne hebt sich das „Kamel" vom Morgenhimmel ab, ein Berg, der aussieht, als hätte er Höcker, Kopf und Schwanz. „Ganz in die Nähe wandern wir heute", erklärt Ernst Brunner.

Vorher müssen aber ein Gletscher und ein gewaltiges Schneefeld überquert werden. Ansage: immer hintereinander bleiben, immer in die Fußstapfen des Vordermannes treten. Die Kinder scheinen zu

FOTOS: HANS-BERNHARD HUBER

Wer in die Berge geht, lässt die Sorgen im Tal







spüren, dass das Eis Gefahren birgt Niemand sagt etwas, alle konzentrieren sich auf den Weg. Von Zeit zu Zeit, wenn es steil wird und die Wanderstiefel keinen Halt finden, schlagen die Tourenführer mit ihren Eispickeln Stufen in den glatten Untergrund.

Mühsam bewegt sich die Gruppe vorwärts. Schritt für Schritt. Dann ist von weitem der Grat zu erkennen, den der Tourenleiter mit den Kindern besteigen will. Imposant ragt der Berg gen Himmel: Kaum vorstellbar, dass sich die Mädchen und Jungen da hinaufarbeiten werden.

This Hefti ist zuversichtlich. Wie vor jeder Tour mit Kindern ist er die gesamte Strecke allein abgelaufen. Unkalkulierbare Risiken würden die Betreuer nie eingehen. Jeder Meter am Berg ist doppelt und dreifach gesichert. Einen Unfall gab es in all den Jahren noch nie.

„Während wir bei Erwachsenen davon ausgehen, dass sie aufmerksam zuhören und dann eigenverantwortlich handeln, kalkulieren wir bei Kindern alle Eventualitäten ein", sagt This Hefti. „Dass einer eben nicht richtig aufpasst. Dass er vielleicht sein Können oder seine Kräfte falsch einschätzt. Oft klettern wir Tourenführer wie Schatten hinter oder vor den Kindern her - beinahe unbemerkt, doch jederzeit bereit einzugreifen."

So ist es auch jetzt: This Hefti klettert voraus, dann hangelt sich die Truppe in Zweierseilschaften Meter für Meter im Zickzack-Kurs den Felsen hinauf. Orazio de David, Tourenführer und Vater von Daniela, wartet am Ausgangspunkt, bis alle Kinder das erste Stück geschafft haben, gibt Anweisungen und Sicherheitshinweise - und er macht Mut: „Von hier unten sieht das viel steiler aus, als es ist."

Als Letzte ist seine Tochter an der Reihe. Sie gilt als die beste und talentierteste Kletterin der Gruppe. „Dabei hatte auch sie anfangs Angst, wurde wie die meisten panisch, wenn sie nicht weiterkam", erinnert sich ihr Vater. Aber inzischen bewegt sich Daniela mit einer Leichtigkeit am Berg, über die andere nur staunen können. Erfolgserlebnisse, die ihr gut tun, sie ausgeglichener wirken lassen, wie ihr Vater beobachtet hat.

This Hefti ist überzeugt, dass Kinderbergsteigen therapeutische Wirkung hat: „Da arbeiten zwei Kräfte in dir - die Angst vor der Gefahr. Und die Lust an der Herausforderung. Eigene Grenzen zu spüren, daran jedoch nicht zu verzweifeln, sondern nach vorn zu schauen und weiterzumachen, lässt Menschen zu Persönlichkeiten werden."

Am Abend marschieren die Mädchen und Jungen singend Richtung Tal. Sie sind mit sich und der Welt zufrieden. Soll sie doch kommen, die nächste Woche. Hausaufgaben? Stress mit dem Lehrer? Mobbing auf dem Pausenhof? Wer einen Berg bestiegen hat, den haut so schnell nichts um. ELISABETH HUSSENDÖRFER

HIER KOMMEN KINDER AUF DEN BERG

Infos über Ferienangebote und Kurse für Kinder und Jugendliche gibt es

- beim Deutschen Alpenverein e.V., Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München, Tel. 0 89/1 40 03-0, Fax: 0 89/1 40 03-12, www.alpenverein.de
- bei Ernst Brunner, Burgwiesenstraße 33, CH-8335 Hittnau, Tel. 00 41/1/ 9 50 33 82, www.kinderbergsteigen.ch

Empfehlenswert sind zwei Broschüren, herausgegeben vom Alpenverein:

- „Mit Kindern auf Hütten". Neben einem informativen Teil über das Wandern mit Kindern im Gebirge enthält die Broschüre Beschreibungen von 69 Hütten in Deutschland, Österreich und Südtirol.
- „Bergsteigen mit Kindern". Informationen über die Voraussetzungen für ein sicheres, erlebnisreiches und erholsames Bergsteigen mit Kindern. Unter anderem werden wichtige Hinweise zu Altersstufen der Kinder und deren Leistungsvermögen gegeben. Tipps zur Ausrüstung, Tourenplanung und Ernährung erleichtern es, Bergtouren kindgerecht zu gestalten.