

Gelungener Testfall für die Kletter-Cracks

Von Hans Peter Roth. Aktualisiert am 06.08.2013

«Durch dick und dünn». Dieses Motto sollte Jugendliche des Regionalkaders Berner Oberland im Sportklettern an ihre Leistungsgrenze bringen. Trotzdem machte das einwöchige Intensivprojekt allen Spass.



Anina Eggenberger (16) bei einer kurzen Rast in der Felswand.

Bild: zvg

«Sie müssen tot sein, wenn sie zurückkommen.» Trainer Marcel «Mäx» Grossmann meinte damit, seine Kletterschützlinge müssten vor Müdigkeit fast umfallen am Ende einer intensiven Projektwoche draussen. Doch die sechs Kids des Regionalkaders Berner Oberland im Sportklettern hätten lebendiger nicht sein können beim abschliessenden Brätliabend am Wochenende in Spiez. Mäx ist einmal mehr beeindruckt vom Elan und von der Energie der 10 bis 16 Jahre jungen Menschen, die er zu Extremleistungen im Klettersport anspornen will: «Diese Begeisterung und Freude zu sehen, ist das Schönste, was ich mir als Trainer wünschen kann.»

24 Stunden pro Tag

Christian Egli, Vater zweier Töchter, 10- und 11-jährig, die mit Mäx während der Projektstage unterwegs waren, macht dem Interlakner Kletterlehrer und Leistungstrainer ein grosses Kompliment: «Welcher Trainer geht mit seinen Kids eine Woche ins Freie, biwakiert und verbringt buchstäblich 24 Stunden pro Tag mit ihnen?» Unter dem Motto «Durch dick und dünn» trainierten die jungen Athleten wegen Regen zuerst in der Kletterhalle Vertic in Saxon VS. Dann stand der Klettergarten Heij bei Simplan Dorf auf dem Programm und danach der Sex du Corbeau, eine spektakuläre Felswand unweit von Monthey VS.

Nach der Nationalfeiertagspause folgte das Lammi bei Meiringen und am Samstag als Letztes eine Felswand bei Lungern. Die Nachwuchsspitzensportler sind sich einig: Es hat grossen Spass gemacht, im Freien neue Trainingsmethoden und Schwierigkeitsgrade zu erkunden.

Ängste überwinden

Die vier Mädchen und zwei Jungen betonten das Gemeinschaftserlebnis, die neuen Klettererfahrungen am Naturfels und das gemeinsame Biwakieren. Besonders die 10- und 11-Jährigen mussten aber auch Ängste überwinden, denn der Abstand zwischen den Sicherungshaken am Fels ist grösser. Stürze ins Seil sind damit länger. Naturfels ist weniger berechenbar als Klettergriffe aus Kunststoff. Zudem schlägt man bei einem gesicherten Sturz ins Seil eher an den Fels als in den senkrechten bis überhängenden Wänden einer Kletterhalle.

Man lernt nie aus

Zur Projektwoche führten die Jungsportler und Jungsportlerinnen auch Tagebuch. Die gute Stimmung und das freundschaftliche Verhältnis der Kids zu ihrem Trainer zeigt folgender Auszug: «Nach mehreren harten Stunden Training waren die vier Jüngeren langsam müde. Roman und Anina waren allerdings noch fit und kämpften in einem harten 7c-Kletterschwierigkeitsgrad. In dieser Route rief Roman die ganze Zeit «Grrrr, Pffff» Zum Schluss versuchte Mäx auch noch die 7c und machte dabei die gleichen Geräusche wie Roman.»

Zum Ende der Projektwoche war Mäx vielleicht der «Toteste». Zuerst acht Tage als Trainer unterwegs mit der Sportkletternachwuchs-Nationalmannschaft «und dann gleich nahtlos in ein solches Intensivprojekt». Keine Privatsphäre und stets volle Präsenz gefordert unter neuen, ungewohnten Bedingungen draussen. «So habe auch ich wieder sehr viel dazugelernt», sagt Marcel Grossmann stolz. Nun wird er jedoch einige Tage etwas kürzertreten. (Berner Oberländer)

Erstellt: 06.08.2013