



## Klettern 2011

Motorik, Konzentration, Willenskraft und die Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen: Klettern fördert in vielerlei Hinsicht. Neben Kraft und Geschicklichkeit sind auch soziale Kompetenz und verantwortungsvolles Handeln gefragt.

### "Müssen wir unbedingt klettern?"

Diese Frage stellten fast alle Schüler der 9. Klasse als Frau Ascher den Vorschlag machte. Aber schon nach den ersten Kletterminuten in unserer Sporthalle hatten die meisten die Freude (wieder)entdeckt. Seit dem heißt es täglich: „Klettern wir heute wieder?“



Zuerst machten wir ein intensives Klettertraining, bei dem wir die wichtigsten Techniken lernten. Denn - Frau Ascher versicherte uns, nur die Schüler mit an den Kletterturm zu nehmen, die folgende Grundtechniken erlernten:

- Sichern mit HMS (Schraubkarabiner) oder Tube
- Einbinden mit dem Achterknoten
- Partnercheck
- Wichtige Kommandos wie z.B. „Mach zu!“, „Ab“, „Mehr Seil“...

So trainierten wir in Kleingruppen von April bis Mai jeden Montag in der 5./6. Stunde in der Sporthalle an der Boulderwand. Bald konnten es die Schüler nicht mehr erwarten, endlich höher hinauf zu klettern.

Im Juni war es endlich soweit! Wir liehen uns, wie immer, vom Freizeitbüro des Kinderdorfs alle nötigen Klettersachen (Seil, Klettergurte, Tube, HMS) und stellten uns der Herausforderung des 15m hohen Kletterturms. Zunächst war Martin unser „Sicherheitsmann“ und sicherte alle wohlbehalten rauf und runter. David (Praktikant im Freizeitbereich des Kido) bohrte uns sogar extra noch einen zusätzlichen Tritt in die Wand, damit alle hochkamen.



Die Begeisterung war riesengroß und jeder wollte der Erste sein. Vor allem Maxi war nicht mehr zu bremsen und wollte unbedingt den Zeitrekord von der berühmten Eisklettermeisterin Ines Papert brechen (Sie war Gast beim Frühstücksbrunch im Kido zum Event Alpen X und erkletterte den Turm in 39 Sekunden). Immerhin blieb Maxi unter zwei Minuten, was für einen Freizeitkletterer durchaus ein lobenswertes Ergebnis ist! Aber auch die anderen – Georg, Stefan, Martin, Christian, Alina, Simon S., Theresia und Michi hatten großen Spaß.



An einem Tag unterstützte uns sogar Frau Birr, damit wir gleichzeitig auf beiden Seiten des Turms klettern konnten. Erstaunlich, mit welchem starkem Willen und Mut alle die Überhänge meisterten.



„Verantwortliches Handeln, den Partner konzentriert sichern, gegenseitige Knoten- und Materialkontrolle“ sind wichtige Aspekte beim Klettern, bei denen Vertrauen eingefordert wird. Alle erfüllten dieses verantwortungsvolle Handeln mit Entschlossenheit.



Die Kletterer sind sich einig: „Klettern macht Spaß und tut gut!“ Daher wollen wir möglichst bald in die Kletterhalle Rosenheim, wo es so viele Kletterrouten gibt, dass jeder auf seine Kosten kommt. Natürlich wollen wir dort auch den Vorstieg lernen (Der Vorstieg ist das Klettern einer Kletterroute mit Seilsicherung von unten. Das ist sehr anspruchsvoll, da die Fallhöhe beim Sturz größer ist als beim Nachstieg).

Klettern im April, Mai Juni 2011 – Stefanie Ascher

