



Anzeige

rga. Online

REMSCHIEDER  
GENERAL-ANZEIGER

Archiv / Hückeswagen

Artikel vom: 09.04.2010

Artikel drucken Fenster schließen 

## Danke, liebes Selbstvertrauen

**Schon seit bestimmt fünf Minuten stehe ich hier: auf einem Rundholz, durch dessen Mitte ein dünnes Drahtseil verläuft. Ein Drahtseil gespannt von einer Holzplattform zur nächsten. Die nächste Plattform, den nächsten Baum erreichen, das ist mein Ziel. Doch ich wage mich weder vor noch zurück. Elf Meter über dem laubbedeckten Waldboden. Ein Schritt, und ich rutsche ab. Schon wieder. Bestimmt zum dritten Mal.**



Ich blicke hinab von meiner Höhe. Ratlos. Unten steht Can und grinst. "Du kannst jederzeit abbrechen", ruft er mir zu. Abbrechen? Jetzt? So kurz vor dem Ziel?

Einmal den neuen Hückeswagener Klettergarten testen. Kann doch eigentlich nicht so schwer sein. Rauf auf elf Meter Höhe, gut gesichert wie ein Äffchen von Seil zu Seil und von Baum zu Baum hangeln und dabei die ersten Sonnenstrahlen genießen.

Doch bevor ich die erste von zwölf hölzernen Plattformen erklimmen kann, rüstet Can mich aus. Der 18-Jährige ist Aushilfsschüler im GHW Klettergarten. Sicherheit muss sein.

Ich werde eingerüstet in ein Gurtgeflecht. Jetzt gehe ich wie ein Bauarbeiter. Breitbeinig und etwas wankend, weil der Sicherheitsgurt so eng an meinen Beinen anliegt. Aber das muss so sein. Wenn ich oben abrutsche, muss mich der Gurt halten. Gut zu wissen. Jetzt fehlt nur noch der Helm, und es kann losgehen. Fast. Erstmal muss ich üben, mich zu sichern. Vor meinem Bauch baumeln zwei Karabinerhaken. Damit hänge ich entweder am Baum oder zwischen den Stationen an einem Drahtseil.

Ich schwinde. Vor und zurück. Die nächste Plattform scheint unendlich weit weg. Genauso wie der Boden unter mir. Von einer Schaukel zur nächsten muss ich gehen, mich hangeln, oder wie auch immer. In elf Metern Höhe. Krampfhaft halte ich mich an zwei Schaukelseilen fest. Aus den Augenwinkeln sehe ich, wie meine Knöchel weiß werden. Vorsichtig strecke ich meinen rechten Arm in Richtung der nächsten Schaukel aus. Dann den linken Fuß auf das Brett vor mir. Balance halten. Es wackelt. Und doch: geschafft. Mein Herz hat verdammt viel zu tun in diesem Moment. In meinen Ohren klopft es.

Erwachsene haben beim Klettern oft mehr Angst als Kinder, sagt Andreas Worm. Der Mann von der Bergwacht ist fest angestellt im Klettergarten. Das Gefühl, im übertragenen Sinn den Boden unter den Füßen zu verlieren, mache vielen Erwachsenen Angst, weiß er aus Erfahrung.

Schon bald soll es eine neue Teambuilding-Strecke geben im Klettergarten oberhalb des Bürgerbades. Gewisse Aufgaben könnten dann nur im Team gelöst werden. Das stärke Sozialkompetenzen, Teamarbeit und Gruppenzusammenhalt. Und jeder, der alleine klettert, stärke allemal Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein.

Mein Selbstbewusstsein ist mir im Moment allerdings ziemlich piepegal. Wie eine Seiltänzerin habe ich gerade eben ein Drahtseil überwunden, habe meinen Po durch enge Seile gequetscht und mir gewünscht, auf wenigstens einen Schoko-Osterhasen verzichtet zu haben. Jetzt soll ich zu Schlaufen gelegte Seile überwinden. Die wackeln schon, wenn ich sie nur angucke. Can guckt mich an. Das merke ich. Und Sven auch. Er steht auf der nächsten Plattform und wartet, dass ich endlich losgehe. "Angsthase", muss er denken. Also gut. Sieht schlimmer aus als gedacht.

"Das war ganz schön schnell fürs erste Mal", sagt Sven als ich auf seiner Seite ankomme. Klar, denke ich. Der Typ ist ja auch Profi. Und veräppeln kann ich mich selbst. Seine Ferien verbringt der 15-Jährige quasi auf den Bäumen und hilft aus. Ansonsten geht die Schule vor, erklärt er mir. "Durch die Übung wird das Klettern immer einfacher." Dass er Spaß an der Sache hat und auch daran, anderen zu helfen, ist Sven anzusehen. Auch ich nehme seine Tipps dankbar an.

Schon seit bestimmt fünf Minuten stehe ich hier: auf einem Rundholz, durch dessen Mitte ein dünnes Drahtseil verläuft. Ein Schritt, und ich rutsche ab. Schon wieder. Unten steht Can und grinst. "Du kannst jederzeit abbrechen", ruft er mir zu. Abbrechen? An einer Leiter wieder herunterklettern? Mein Ehrgeiz ist gepackt. Ich stelle mich quer auf das Holz. Super, auf die Idee hätte ich auch früher kommen können. Und endlich, endlich hänge ich nicht mehr in den Seilen. Geschafft. Danke, liebes Selbstvertrauen.

---

## **GHW Klettergarten**

-Kinder: Kinder ab einer Größe von 1,50 Meter dürfen alleine klettern. Darunter muss ein Erwachsener als Begleitung mitkommen. Schon Ende April soll es aber einen Parcours speziell für Kinder geben. Die ersten Plattformen hängen schon. Auch Kindergarten- und Grundschulkindern können dort klettern. **AUSBILDUNG** Andreas Worm von der Bergwacht bildet zum Hochseilgartentrainer nach ERCA (European Ropes Course Association) aus. Der Kurs kostet 480 Euro. Weitere Informationen bei Andreas Worm unter 0 176 / 229 887 21.

- Info: Der Klettergarten ist dienstags bis sonntags von 10 bis 19 Uhr geöffnet. Kinder bis 15 Jahre bezahlen 18 Euro, Erwachsene 20 Euro. Weitere Informationen unter 0 21 96 / 10 91 oder per E-Mail an [info@ghw-klettergarten.de](mailto:info@ghw-klettergarten.de).

---

© rga-online

Soweit das Urheberrecht keine abweichenden Regelungen trifft, stehen sämtliche Verwertungs- und Nutzungsrechte an den Publikationen, Beiträgen und Abbildungen der J. F. Ziegler KG zu. Die Vervielfältigung oder Verbreitung der Beiträge und Abbildungen, auch in elektronischer Form, ist zu gewerblichen Zwecken ohne vorherige schriftliche Einwilligung des Verlages nicht zulässig und unter Umständen strafbar.