



# Es ist fast wie die Welt erobern

Klettern in Meiringen ist nur scheinbar eine rein körperliche Tätigkeit. Seele, Verstand und Herz sind beim Aufstieg immer mit dabei.

TEXT: FRANZ BAMERT  
FOTOS: PHILIPP ZINNIKER

Auf dem Heimweg kommt nochmals eine Woge mit Adrenalin, mit Glücksgefühlen und dem Wunsch, die ganze Welt zu umarmen. Aber auch der Gewissheit, dass mir in dieser Welt eigentlich nichts passieren wird, dass ich alles meistern kann: Schon seltsam, was das Bezwingen einer Kletterwand alles auslöst. Immer

und immer wieder. Und immer und immer wieder fängt es gleich an: Klettergurt, Kletterfinken, ein paar aufmunternde Worte von anderen Kletterern, Kribbeln im Bauch, langsames Einsteigen in die Wand. Und urplötzlich ist alles andere unwichtig. Das Rufen der Kinder, die anderen Kletterer oder gar der Chef mit seiner Saulaune – weit, weit weg. Wichtig ist nur der nächste Griff, die nächste Unebenheit, die dem Fuss Halt bietet. ►►

Die Kletterwand übt eine starke Faszination aus, der sich fast niemand entziehen kann. Kletterer profitieren nicht nur körperlich, sondern auch seelisch von den Anstrengungen.

## «Klettern ist 1000-mal spannender als TV.»



**Herz und Seele der  
Kletterhalle:  
Simon Winterberger.**

►► Und natürlich Simon Winterberger: Er sichert mich ab. Das Vertrauen in den einheimischen Bergführer war vom ersten Augenblick da – wenn ich abrutsche, hält er mich. Zweihundertprozentig.

**Simä, wie ihn hier alle nennen,** ist die Seele, der Kopf und auch der gute Geist der Kletterhalle Meiringen. Auf ihn und seine Kollegin Hedi Wyss vertrauen nicht nur ich, sondern Eline, Janic, Afra, Céline und wie die Kinder ab etwa sechs Jahren alle heissen. Und natürlich ihre Mütter.

Wer zum ersten Mal die Kletterhalle Meiringen betritt, kommt aus dem Staunen nicht mehr heraus: Mädchen und Buben im Primarschulalter klettern die Wände hoch, als ob sie nie etwas anderes getan hätten. Die Älteren sichern die Jüngeren und Simä hat seine Augen überall. «Klettern ist 1000-mal spannender, als daheim in den Fernsehern zu starren», sagt die 10-jährige Sharon. Und schon ist sie wieder unterwegs, diesmal auf einer überhängenden Route. Und das in einer Zeit, in der viele Kinder nicht mal mehr einen halbwegs sauberen Purzelbaum hinkriegen. Janic und Eline sind heute nicht alleine gekommen, ihre Mutter Franziska «Fränzi» Streich ist dabei. Auch sie eine vergiftete Kletterin – angesteckt von Sohn Janic. «Als ich das erste Mal in die Halle kam, ist mir fast das Herz stehen geblieben: Nicht nur, dass Janic und

Eline zuoberst in der 13 Meter hohen Wand waren und ganz offensichtlich den Plausch hatten. In meiner Unvorsichtigkeit hatte ich den beiden versprochen, dass ich es auch einmal probieren würde.»

**Die ersten Male** waren für die damals nicht schwindelfreie Frau so etwas wie ein Horrortrip. Inzwischen ist sie nicht nur schwindelfrei, das Klettern hat irgendwie ihr Leben verändert: «Wenn du aufsteigst, brauchst du nicht nur jeden Muskel, auch Geist, Körper und Seele spielen zusammen», sagt sie und erzählt davon, wie das

Klettern zu einem phänomenal guten Körpergefühl verhilft. Sie erzählt von der Überwindung der Hindernisse, dem Besiegen der Angst und dem Gefühl, am Ende der Route etwas erreicht zu haben: «Seit ich klettere, ist mein Selbstwertgefühl ein völlig anderes – nicht nur in der Halle, auch im Alltag.» So geht es wohl allen, die klettern. Auch Sue Wenger und ihrem Mann Lorenz, beide um die 60. Die beiden klettern nicht nur, weil sie geistig und körperlich fit sind und bleiben wollen. Sue muss wegen ihres Rückens Kraft trainieren: «Hätte ich das Klettern

nicht, müsste ich in einen Krafraum – Horror.» Ich bin auf zwei Drittel der Höhe angekommen, und zwar auf einer neuen Route mit Überhang. Das Gewicht vom linken auf den rechten Fuss verlagern, in den Unterarmen zieht es bereits ein bisschen, die freie Hand sucht nach einem unsichtbaren Halt und da ist... nichts. Das heisst nicht nichts, sondern die Stimme von Simä: «Streck dich, ein bisschen weiter oben findest du Halt.» Es zeigt, wie gut der absichernde Bergführer aufgepasst hat. Strecken, dehnen, abschätzen, suchen, die Bewegungen

koordinieren, den Körper spüren, Vertrauen haben in mich selber und in den Menschen, der das Seil sichert – jedes Mal wieder ein wunderbares Erlebnis. Dann ist das Ziel erreicht und die Belohnung ist ein kontrollierter Fall in die Tiefe: nochmals Adrenalin. Ja, und das wärs dann. Wenn, ja wenn da nicht noch die Nachwehen wären: Wer zum ersten Mal oder nach einem längeren Unterbruch klettert, spürt am nächsten Tag Muskeln, von deren Vorhandensein er bis jetzt gar nicht wusste. Aber das Abenteuer Klettern ist jeden Muskelkater wert. ■



**Sicherheit ist alles: Vater Simon Streich zeigt seinem Sohn Janic diverse Sicherungsknoten.**



**Beste Freundinnen auch in der Wand: Sharon und Afra.**



**Wenn die Mutter mit der Tochter: Fränzi und Eline Streich.**

### Haslital Eine Halle für alle

Die Kletterhalle Haslital ist ein Zentrum für alle Sportbegeisterten und solche, die es werden wollen. Im Winter oder an Schlechtwettertagen trifft man auf Cracks, die eine Alternative zum Klettern am Berg suchen. Regelmässig in der Halle zu Gast sind Kinder, Familien und Erwachsene. Sie bietet Routen in allen Schwierigkeitsgraden an und verfügt auch über eine mobile Kletterwand. Brevettierte Bergführer bieten Kurse für Kinder, Einsteiger und Profis an. Ein solcher Kurs lohnt sich, weil die einfach zu erlernende Basistechnik die halbe Miete ist. Weitere Infos zu Kursen, Öffnungszeiten, Preisen:

link [www.kletterhalle-haslital.ch](http://www.kletterhalle-haslital.ch)



### Kletterhallen? Auch in Ihrer Nähe

An immer mehr Orten gibt es Kletterhallen. Doch sie sind sehr unterschiedlich in Grösse, Ausstattung, Angebot und Preis. Weitere Infos finden Sie im Web unter:  
[www.kletterportal.ch](http://www.kletterportal.ch)  
[www.sac.ch](http://www.sac.ch)  
[www.kletterhallen.net/Kat/schweiz.php](http://www.kletterhallen.net/Kat/schweiz.php)