

Klettern unter Kunstlicht

Hallenwände mit ständig wechselnden Routen als Alternative und Einstiegsdroge für die alpine Welt

Geklettert wird hierzulande nicht mehr nur von einer alpinen Elite. Den Boom zum Volkssport mitausgelöst haben die schweizweit entstandenen Kletterhallen, die auch neue Zielgruppen ansprechen.

Sie spriessen wie Spargelspitzen aus dem Boden: In Lenzburg, Root oder Ende März 2007 bei der Roten Fabrik in Zürich Wollishofen sind neue Kletterhallen eröffnet worden. Nur schon der Grossraum Zürich verfügt nunmehr über rund ein Dutzend solcher Anlagen. Damals, im Jahr 1994, war das Kletterzentrum Gaswerk in Schlieren, noch heute mit rund 4000 m² und einer 17 m hohen Wand eine der weltgrössten Anlagen dieser Art, allein auf weiter Flur. Mittlerweile sind es rund 70 Mitarbeitende, die sich um die Anlage kümmern, die jährlich von 200 000 Besuchern frequentiert wird. Oder wie es der Geschäftsführer Patrick Hilber formuliert: «Klettern in der Halle ist zum Volkssport, zum Lifestyle geworden.»

Rund 150 000 Kletterer in der Schweiz

Die Einschätzung lässt sich allerdings nicht mit konkreten Zahlen belegen. Bekannt ist, dass der Schweizer Alpenclub (SAC) gegen 100 000 Mitglieder zählt. Dabei gilt es zu berücksichtigen, dass viele Kletterer nicht SAC-Mitglied sind. Hilber schätzt, dass schweizweit rund 150 000 Kletterer aktiv sind, im gesamten Alpenraum dürften es sogar bis zu einer halben Million Menschen sein. Dass der angesprochene Boom grenzüberschreitend ist, zeigt eine weitere Zahl: «Zusammen mit dem Marktleader Sint Roc erstellen wir weltweit jährlich über 50 Hallen», sagt Patrick Hilber. Dabei bestehen die Wände meist aus mehrfach beschichteten Holzplatten, die mit einer Quarzsandschicht überzogen sind. Diese schützt das Holz und lässt sich in der Konsistenz mit natürlichen Sandsteinfelsen vergleichen.

Wie sehr aus einem früheren Nischenprodukt eine Sportart für die breite Masse wird, zeigt sich auch an einem derzeit laufenden Projekt: Zusammen mit der Genossenschaft Migros Zürich plant die Kletterzentrum Gaswerk AG eine Kletterhalle im Sport- und Erlebnispark Milandia in Greifensee, der am 1. Oktober 2007 eröffnet werden soll. Die Hintergründe, die zu diesem Vorhaben führten, sind symptomatisch für die Branche: Der Spielpark in der grosse Halle rentierte zu wenig und schliesst am 28. Mai. Nach der Demontage beginnt die Installation der bis zu zwölf Meter hohen Kletterwände. Im 2350 m² grossen Kletterzentrum wird der Schwerpunkt aufs sogenannte «Plaisir-Klettern» sowie aufs Bouldern gelegt. Der Begriff leitet sich vom englischen Wort «Boulder» (Felsblock) ab und steht für das Klettern ohne Seil und Gurt an Felsblöcken, Felswänden oder eben in der Kletterhalle in niedriger Höhe, wobei Bouldermatten die Verletzungsgefahr bei Stürzen verringern. Bouldern dient dazu, einzelne Schwierigkeiten in Absprunghöhe spielerisch zu überwinden.

Das Kletterangebot in Greifensee entsteht im Umfeld von Wellness-, Fitness- und diversen anderen Sportanlagen und läutet ein neues Zeitalter des Indoor-Kletterns ein, wandern doch vermehrt Besucher von den Kraftmaschinen der Fitnesszentren an die Kletterwände ab. Markus Comploj, Mitarbeiter des New Technology Center (NTC) in Savognin, begründet dies wie folgt: «Der Klettertrend hängt auch mit dem gestiegenen Ernährungs- und Fitnessbewusstsein zusammen. Die Sportler realisieren, dass sie schon mit zehn Minuten Klettern alle Muskeln beanspruchen und mit dem Kopf arbeiten müssen. Alles ist in Bewegung: der Geist, der Körper, sämtliche Sinnesorgane.» Deshalb herrsche gerade im Frühling in den Kletterhallen reger Betrieb. Dass auch das trendige Cube-Hotel in Savognin, das sich direkt neben dem Sportzentrum NTC mit seinen 1000 Sportgeräten und Ausrüstungen befindet, über eine Boulderwand zum Trainieren sowie über eine sieben Meter hohe, an einen Kamin erinnernde Wand verfügt, ist dabei nur logisch.

Klettern in der Halle bietet den Vorteil, monotone Bewegungen, wie sie im Fitnesszentrum doch immer wieder vorkommen, praktisch ausschliessen zu können. Das Kletterzentrum Gaswerk beispielsweise bietet

rund 300 verschiedene Routen an, wovon fast täglich eine abgeändert wird. Die Route wechseln heisst Griffe abschrauben, reinigen und an einer neuen Stelle montieren. «Man trainiert wie im Fitnessstudio, aber auf eine spielerischere Art», betont Ralf Kälin, Hallenchef im Kletterzentrum Gaswerk. Kälin schätzt, dass heute 10 bis 15 Prozent seiner Kunden nur noch in der Halle klettern, derweil 30 bis 40 Prozent in der Halle beginnen und danach ins Freie wechseln. Das war 1994 noch anders. Damals nutzten einige wenige Outdoor-Kletterer die Vorteile der Halle. Heute ist es genau umgekehrt: Nach dem Hallenklettern locken die Berge - oder anders ausgedrückt: Die Indoor-Anlagen dienen als Steigbügel für die Kletterparadiese der Alpen. Doch die «Kunststoffkletterer» haben im Freien vor allem am Anfang oftmals Mühe, ohne die von der Halle her gewohnten Griffe die Felsstruktur zu lesen.

Die Halle als Trainingselement

Für die Schweizer Spitzenkletterin Alexandra Eyer hingegen ist die Halle zum wichtigen Trainingselement geworden. Sie trainiert sechsmal pro Woche, viermal davon in der Halle, denn die Wettkämpfe finden ausschliesslich an künstlichen Wänden statt. «Wer in Zürich und Umgebung wohnt, fährt bis zu eineinhalb Stunden, bis er in den Felsen ist. Einen solchen Aufwand kann man sich unter der Woche kaum leisten», begründet sie den Boom in der Halle. Und wenn es regnet, gibt es nur wenige Gebiete, die Klettern im Freien ermöglichen. Deshalb trainiert Eyer oft in den Hallen von Schlieren und Bern, ab und zu auch in Chur oder Lenzburg. Für eine Spitzenkletterin sei es wichtig, im Training zu variieren, weil sie nie wisse, was im Wettkampf auf sie zukomme. «Das Hallentraining ist auf Maximalkraft und Athletik ausgerichtet. Der Fels in der Natur vermittelt dagegen Ruhe, Sicherheit, Vertrauen. In der Halle kann ich neue Varianten ausprobieren», sagt sie. Die 26-Jährige trainiert seit 15 Jahren in den Hallen. Seither sind diese steiler und die Griffformen ergonomischer geworden. Parallel dazu gibt es mehr Einrichtungen für Anfänger. Zunehmend stärker zieht es auch Junge und Frauen in die Indoor-Anlagen. Eyer selber bezeichnet Klettern als typische Frauensportart, «weil die Bewegungen ästhetisch und ohne rohe Kraft möglich sind».

Reto E. Wild

www.kletterportal.ch

Diesen Artikel finden Sie auf NZZ Online unter: <http://www.nzz.ch/2007/05/10/to/articleF58YV.html>

Copyright © Neue Zürcher Zeitung AG