

Klettern am Limit

Das Wettkampfteam vom Sportpoint Meckenheim will hoch hinaus

„Jetzt den Zweifingergriff links von dir“, hört man es durch die Halle schallen, „und dann die Füße setzen. Ja, richtig so.“ Die Worte gelten der zwölfjährigen Yente. Sie ist gerade dabei, die letzten Griffe einer Kletterroute im achten Schwierigkeitsgrad zu klettern. Der achte Schwierigkeitsgrad zählt im Klettersport bereits zu dem, was man schwierig nennt – elf Schwierigkeitsgrade gibt es.

Yente befindet sich gerade in einem Überhang von etwa 45 Grad, direkt über ihrem Trainer, und man sieht sie sichtlich kämpfen: Mit dem Griff, der gerade mal Platz für zwei Finger bietet, mit dem Überhang und mit der Kraft. Die zehn Meter Klettern bis hierher haben ihr schon einiges abverlangt. Mit voller Konzentration und die letzten Kräfte mobilisierend greift sie dann plötzlich mit einem beherzten dynamischen Zug den letzten Griff – die Route ist geschafft! Sichtlich erleichtert setzt sie sich ins Seil, über das sie von unten durch ihren Trainer gesichert ist. Freude macht sich auf ihrem Gesicht breit. Von unten hört man lobende Worte. Nicht nur vom Trainer, sondern auch von den Teamkolleginnen und -kollegen, die das Ganze mit beobachtet haben.

Das Team, von dem die Rede ist, ist das Kletter-Wettkampfteam des Sportpoint Meckenheim. Es besteht aus drei Mädchen – Yente (12), Leonie (15) und Fiona (16) – und dem bisher einzigen Jungen Torben (16). Trainiert werden die vier von Pascal Eidmann, sportlichem Leiter der Kletterhalle und selbst seit vielen Jahren passionierter Kletterer. Er hat die Jugendlichen bei Kletterkursen „entdeckt“, die der Sportpoint regelmäßig in der Halle anbietet. „Die vier sind mir sofort aufgefallen“, sagt Eidmann, „denn sie bringen alle eine natürliche Begabung und Faszination für das Klettern mit.“

Um Klettertalente wie diese zu fördern, hat der diplomierte Sportwissenschaftler vor etwas mehr als einem Jahr im Sportpoint ein „Wettkampfteam“ gegründet. An drei Tagen in der Woche trainiert er die Jugendlichen, jeweils für zwei Stunden. Unterstützt wird er dabei von seinem Trainerkollegen Phillip Lais, einem Spezialisten fürs Bouldern. Das Training umfasst neben Klettertechnik und Ausdauer auch intensives Krafttraining. „Das ist manchmal ganz schön hart“, gibt Leonie zu. „Doch wenn man merkt, wie man Fortschritte macht und mit der Zeit immer schwierigere Routen klettern kann, ist das schnell vergessen“, sagt sie.

Eidmanns Ziel ist es, die vier an Kletterwettkämpfe heranzuführen. Die gibt es beim Klettern in verschiedenen Disziplinen: Die bekannteste und älteste ist das sogenannte „Lead“, dem Klettern am Seil. Dabei kommt es darauf an, eine vorher unbekannte Kletterroute in einem Versuch so weit wie möglich durchzusteigen. Wer am höchsten kommt, gewinnt. Daneben gibt es das „Bouldern“, das Klettern ohne

Seil in Absprunghöhe. In Bezug auf die Wertung gilt hier in etwa das Gleiche wie beim Lead: Je weiter man kommt, desto besser. Die dritte Disziplin ist das Speedklettern. Hier gewinnt, wer eine vorgegebene Route am schnellsten erklettert.

Yente und Leonie haben bereits im vergangenen Jahr bei verschiedenen Veranstaltungen Wettkampfluft schnuppern können. So zum Beispiel beim NRW-Kids Cup oder vergangenen Herbst beim „Boulder Kids Cup“ in Bonn. Für das laufende Jahr sind weitere Boulder- und Kletterwettkämpfe geplant. Als nächstes steht Mitte März der Klettermarathon im „Canyon“ in Köln-Chorweiler an. Dort gilt es so viele Kletterrouten wie möglich zu schaffen. Leonie, Torben und Fiona werden den Sportpoint Meckenheim dort vertreten. Yente, die jüngste im Team, tritt in diesem Jahr wieder beim NRW-Kids Cup an. Der Kids Cup ist ein landesweiter Nachwuchswettkampf für Kinder von acht bis 13 Jahren, der vor einigen Jahren von der Sportkletterabteilung des Deutschen Alpenvereins ins Leben gerufen worden ist. Klettern müssen die Kinder und Jugendlichen dabei jeweils drei Schwierigkeitsrouten, vier Boulder und eine Speedroute für die Gesamtwertung. Über das Jahr verteilt finden in NRW vier Kids Cups statt. Die besten daraus qualifizieren sich für den Westdeutschen Kids-Cup, bei dem auch Finalisten aus Rheinland-Pfalz und dem Saarland antreten. Einen ersten Erfolg kann Yente bereits für sich verbuchen: Beim ersten Kids Cup, am 9. Februar, in Aachen erkletterte sie sich den dritten Platz unter den Mädchen ihrer Altersgruppe.

„Damit wir die gesteckten Ziele erreichen, müssen alle hart trainieren“, sagt Eidmann. Ihm sei es aber wichtig, dass die Jugendlichen Spaß dabei haben. Darum versucht er das Training so vielseitig wie möglich zu gestalten. Sobald es draußen warm und trocken ist, geht es mit den Jugendlichen auch mal an den Fels. Zum Beispiel an den Buntsandsteinfelsen Effels bei Nideggen oder in das Basaltklettergebiet Ettringen. Auch Kletterfreizeiten sind geplant. Dieses Jahr wird es an Ostern nach „Fontainebleau“ gehen, ein nahe bei Paris gelegenes „Mekka für Boulderer“. Im Sommer ist eine Woche im westfälischen Klettergebiet „Ith“ geplant. „Klettern ist ursprünglich ein Draußensport“, sagt Eidmann. „Daher ist es mir wichtig, dass die Kinder und Jugendlichen auch regelmäßig raus an den echten Felsen kommen“. Neben dem bunten Programm sorgt auch eine gute Atmosphäre in der Halle dafür, dass hier alle gerne zum Training kommen.

Alle, die Interesse am Klettern haben oder einfach mal schnuppern wollen: Der Sportpoint Meckenheim bietet an mehreren Tagen in der Woche Kletterkurse an – auch für Erwachsene. Infos dazu gibt es auf der Website sportpoint-meckenheim.de. Eine zweite Leistungsgruppe für die „Kleineren“ ist übrigens gerade im Aufbau. Wer weiß: Vielleicht werden ja demnächst noch ein paar weitere Klettertalente entdeckt.

Jörg Planer, Meckenheim, 20.2.2019

(5.700 Zeichen)