

CANYONING

Der nasse Bergsport

Während Jahrtausenden haben Flüsse und Bäche Täler und Schluchten in die Erdoberfläche gegraben und dabei faszinierende Landschaften aus Wasser und Fels geschaffen. Vor rund zwanzig Jahren haben französische und spanische Höhlenforscher damit begonnen, auch die tiefsten und unzugänglichsten Schluchten der Alpen und der Pyrenäen, in die sich zuvor noch nie ein Mensch gewagt hatte, systematisch zu erforschen und zu erschliessen. Im Laufe der Zeit hat sich aus dieser Tätigkeit eine eigenständige Sportart entwickelt, die heute als Canyoning bezeichnet wird.

Beim Canyoning werden Schluchten zu Fuss dem Flusslauf folgend begangen. Um sich in schwierigen Situationen gegenseitig helfen zu können, ist man dabei idealerweise mindestens zu Dritt unterwegs. In den seltensten Fällen befindet sich der Einstieg in eine Schlucht gleich neben dem Parkplatz, so dass die meisten Canyoningtouren mit einer kurzen Wanderung beginnen. Da es dabei häufig ziemlich steil bergauf geht und zudem die gesamte Ausrüstung mitgetragen werden muss, ist der Zustieg häufig der anstrengendste Teil des ganzen Tages. In den einfacheren Schluchtabschnitten bedeutet Canyoning nichts anderes als in einem Bachbett durch seichtes Wasser zu waten oder von Stein zu Stein zu balancieren. Gelegentlich müssen dabei auch die Hände zu Hilfe genommen werden, um über rutschige Felsplatten oder zwischen grossen Gesteinsbrocken hindurch hinunterzukraxeln. Ist das Gelände zum Hinunterklettern zu steil oder zu schwierig, greifen Canyonisten zum Seil und seilen sich ab. In viel begangenen Schluchten wurden zum Befestigen der Seile oberhalb von solchen Abseilstrecken Haken in den Fels gebohrt – wo diese fehlen, müssen stattdessen natürlichen Verankerungen wie beispielsweise Klemmböcke oder Bäume zu Hilfe genommen werden. Viele Abseilfahrten führen mitten durch einen Wasserfall und enden häufig in einem Wasserbecken. Vorausgesetzt, das Wasser dort ist tief genug, besteht meistens auch die Möglichkeit einfach hinunterzuspringen – zumindest bis zu einer gewissen Höhe. Eine besonders lustige Form der Fortbewegung ist ausserdem das Rutschen. An vielen Stellen hat das Wasser glattgeschliffene Rinnen aus dem Fels herausgewaschen, in die man sich einfach hineinsetzt und wie auf einer Kinderrutschbahn in den nächsten Pool hinunterrutschen kann.

Obschon die meisten Anfänger nach ihrer ersten Tour von den ungewohnten Bewegungen gehörig Muskelkater haben, ist Canyoning keine besonders anstrengende Sportart und kann von jeder Person, die gesund ist und über eine normale körperliche Leistungsfähigkeit verfügt, ausgeübt werden. Der Reiz dieser Sportart liegt nicht in sportlichen Höchstleistungen, sondern vielmehr in der Kombination aus absolut faszinierenden Naturerlebnissen und spielerischen Elementen wie Rutschen und Springen, die nicht zuletzt deshalb so viel Spass machen, weil sie manchmal auch etwas Überwindung kosten. Selbstverständlich wird auf seriös geführten Touren nie jemand gezwungen irgendwo hinunterzuspringen oder zu rutschen, sondern es besteht immer auch die Möglichkeit abzuseilen. Wie solche Situationen auf Individualtouren gehandhabt werden, bleibt natürlich den Beteiligten überlassen.



Um für die vielfältigen Aktivitäten im und ausserhalb des Wassers optimal ausgerüstet zu sein, tragen Canyonisten während dem Abstieg durch eine Schlucht einen Neoprenanzug, stabile Schuhe, einen Helm und einen Anseilgurt.

Ein Canyoning-Neoprenanzug besteht in der Regel aus einer Hose und einer langärmeligen Jacke mit Kapuze. Damit ein solcher Anzug den Träger in dem

zumindest in unseren Breitengraden doch ziemlich kalten Wasser genügend warm hält und zudem auch noch wirkungsvoll gegen Schläge und Stösse beim Rutschen schützt, bestehen sowohl die Hose als auch die Jacke aus besonders dickem Neopren und sind an den Knien und Ellbogen sowie am Gesäss zusätzlich verstärkt. Was die Schuhe betrifft, genügen für den Anfang Turnschuhe oder leichte Trekking-schuhe, in denen zur Wärmeisolation Neopren-socken getragen werden. Wer häufig in Schluchten unterwegs ist, wird sich allerdings ziemlich bald ein Paar spezielle Canyoning-Schuhe zulegen, aus denen das Wasser schneller abläuft und die mit ihren weichen Gummisohlen auch auf nassem Fels einen ausgezeichneten Halt bieten. Ein Canyoning-Anseilgurt sieht im Wesentlichen aus wie ein Sportklettersitzgurt und unterscheidet sich von diesem vor allem darin, dass der Hüftgurt und die Beinschlaufen nicht gepolstert sind und die ganze Rückseite mit einem abriebfesten Blachenmaterial verstärkt ist, damit das Bandmaterial und die Nähte bei den häufigen Rutschpartien nicht beschädigt werden. An einer Metallöse an der Vorderseite des Gurts werden zudem zwei Sicherungsleinen und ein Abseilgerät fest montiert. Der Helm schützt beim Canyoning nicht nur vor Steinschlag, sondern dient gleichzeitig auch als Sturzhelm und trägt dazu bei, den Wärmeverlust über den Kopf zu verringern. Grundsätzlich sind es die selben Modelle wie beim Klettern, aus Sicherheitsgründen werden allerdings Farben bevorzugt, die im Wasser gut sichtbar sind.

Wer sich nicht einer geführten Gruppe anschliessen möchte, sondern es vorzieht auf eigene Faust Canyoningtouren zu unternehmen, benötigt neben seiner persönlichen Ausrüstung eine ganze Menge Material, das vor allem zur Fortbewegung und zum Absichern gefährlicher Passagen dient. Dazu gehören mehrere Seile, zahlreiche Karabiner und Schlingen, diverses Notfall- und Rettungsmaterial, ein wasserdichter Behälter sowie ein genügend grosser Rucksack, um all' dieses Material transportieren zu können.

Anfänglich wurden beim Canyoning ausschliesslich statische Speleo-Seile verwendet. Heute bieten viele Hersteller auch spezielle Canyoning-Seile an, die im Gegensatz zu anderen Seilen schwimmen und in leuchtenden, auch im Wasser gut sichtbaren Farben erhältlich sind. Was die Karabiner und Schlingen betrifft, handelt es sich dabei um genau das selbe Material wie beim Klettern oder Bergsteigen. Canyoning-Rucksäcke dagegen haben mit normalen Rucksäcken nicht mehr viel gemeinsam. Damit sie die vielen Felskontakte beim Canyoning einiger-massen unbeschadet überstehen, werden sie aus einem äusserst robusten, kunststoffbeschichteten Gewebe hergestellt und verfügen über keinerlei überflüssige Bänder oder Schnallen. Am Boden und an den Seitenwänden befinden sich zudem zahlreiche Öffnungen, damit das eingedrungene Wasser möglichst schnell wieder abläuft. Was unterwegs nicht nass werden darf (Apotheke, Handy, Funkgerät, Verpflegung), wird in einer wasserdichten Kunststoff-Tonne verstaut.

Eine Canyoning-Ausrüstung zu kaufen ist zumindest

in der Deutschschweiz und in Deutschland ein schwieriges Unterfangen. Unseres Wissens gibt es dort nämlich kein einziges Sportgeschäft, das ein auch nur halbwegs brauchbares Sortiment an Canyoning-Ausrüstung anbietet. (Sollten wir mit dieser Aussage irgend einem Sporthändler Unrecht tun, bitten wir um eine entsprechende Nachricht an mail@vivax.ch!) Selbst im Internet sind wir bei unseren Recherchen lediglich auf einen einzigen deutschsprachigen Händler gestossen, über den man wenigstens einen Teil der Ausrüstung bestellen kann (www.rocup.com).



Canyoning wird mittlerweile auf der ganzen Welt betrieben. Reiselustige Canyonisten jetten heute nach Costa Rica, La Reunion und Neuseeland, und auch in anderen Teilen der Welt gibt es zweifellos noch viele spannende Schluchten zu entdecken. Doch warum auch in die Ferne schweifen, wenn das Gute so nah liegt? Einige der schönsten Canyoning-Gebiete liegen nämlich in Südwesteuropa, wo sich Canyoning schon seit Jahren grosser Beliebtheit erfreut (natürlich nicht zuletzt dank des milden Klimas dort) und viele Schluchten bestens erschlossenen sind. Dazu zählen beispielsweise die Pyrenäen, die französischen Seealpen, Korsika, die Region um den Gardasee und das Tessin. Für die meisten dieser

Gebiete – unter anderem auch für die Schweiz - gibt es mittlerweile Führer mit ausführlichen Beschreibungen der lohnendsten Touren. Einige dieser Bücher sind in der Buchhandlung Piz, Buch & Berg, in Zürich erhältlich (www.pizbube.ch), andere muss man versuchen vor Ort aufzutreiben. Auch im Internet stösst man in letzter Zeit vermehrt auf brauchbare Tourenbeschreibungen. Besonders empfehlenswert ist die Website von Luca Nizzola (www.nizzola.ch), auf der neben einer umfangreichen Link-Liste die Beschreibungen zahlreicher Schluchten im Tessin zu finden sind, ergänzt durch wunderschön gestaltete und exakte topografischen Skizzen. (Für das notabene kostenlose Bereitstellen dieser mit viel Arbeit verbundenen Informationen sei Luca an dieser Stelle herzlich gedankt!)

Wie beim Wandern, Klettern, Bergsteigen oder Skitourenfahren setzt sich ein Sportler auch beim Canyoning gewissen naturgegebenen Gefahren aus. Vor allem eine rasche Zunahme der Wassermenge, verursacht durch ein Gewitter oder das Öffnen einer Schleuse, kann in einer tiefen und engen Schlucht verheerende Folgen haben, wie einige schwere Unfälle in der Vergangenheit gezeigt haben. Doch auch eine an und für sich harmlose Verletzung wie beispielsweise ein verstauchter Knöchel oder eine ausgerenkte Schulter kann in einer Schlucht, aus der es manchmal nur wenige Notausgänge gibt und wo weder Handys noch Funkgeräte funktionieren, eine Gruppe rasch in ernsthafte Schwierigkeiten bringen. Doch durch eine gute Ausbildung der Schluchtenbegeher, eine sorgfältige Planung der Tour, die richtige Ausrüstung und ein vernünftiges Verhalten unterwegs lässt sich auch beim Canyoning das Risikopotential auf ein absolutes Minimum reduzieren.

Zum Schluss stellt sich natürlich die Frage, welche Möglichkeiten interessierte Personen haben, um diese Sportart überhaupt ausüben zu können. Sowohl in der Schweiz als auch im benachbarten Ausland bieten zahlreiche kommerzielle Outdoorunternehmen und Bergsteigerschulen

Canyoning-Touren an. Während die in der Schweiz vor allem im Raum Interlaken und im Tessin beheimateten Outdoorunternehmen ihrem vorwiegend internationalem Publikum vor allem Action und Fun versprechen, legen Bergsteigerschulen erfahrungsgemäss eher Wert darauf, ihren mehrheitlich einheimischen Gästen in erster Linie ein nachhaltiges Naturerlebnis zu vermitteln. Da alle diese Organisationen in der Regel auch gleich die gesamte Ausrüstung zur Verfügung stellen, eignen sich solche geführten Touren ausgezeichnet für all' diejenigen, die diese Sportart kennenlernen möchten oder ohnehin nicht beabsichtigen regelmässig Schluchten zu begehen. Wesentlich schwerer haben es dagegen Leute, die diese Sportart eigenverantwortlich gemeinsam mit Freunden oder Kollegen ausüben möchten. Ihnen bleibt im Moment nichts anderes übrig, als sich das notwendige Wissen und Können autodidaktisch anzueignen, denn im Moment gibt es in der Schweiz offensichtlich weder Canyoning-Vereine noch irgend welche Organisationen, die entsprechende Ausbildungskurse anbieten. (Wir lassen uns gerne eines Besseren belehren!) Der Schweizer Alpenclub hat vor kurzem unter dem Titel „Canyoning, aber sicher“ ein informatives und aktuelles Lehrbuch herausgegeben, das sich für den Einstieg in diese Sportart sehr gut eignet. Wer doch lieber auf Nummer sicher gehen und sich von Profis ausbilden lassen möchte, sollte mit der Bergsteigerschule Tödi Kontakt aufnehmen. Sie stellt auf ihrer Website (www.canyoning.ch) in Aussicht, zumindest auf Anfrage sogenannte „Kurswochen für selbstständiges Canyoning“ durchzuführen. Und auch die Bergsteigerschule Bergerlebnis (www.bergerlebnis.ch bzw. www.vivax.ch) hat angekündigt, in absehbarer Zeit derartige Kurse ins Programm aufzunehmen.

© 2004 Christoph Pasoldt
Für Fragen, Anregungen und Kritik steht der Verfasser gerne zur Verfügung. (mail@vivax.ch)

