



Große Sprünge

Am Wasserfall abseilen, in die Tiefe einer Schlucht stürzen, blind dem Anführer vertrauen: **BEIM CANYONING BLEIBT KEIN AUGE TROCKEN** – vor lauter Glücksgefühlen.

VON MONIKA NEIHEISSER (TEXT UND FOTOS)

Vor mir donnert der Wasserfall in die Tiefe. Am Felsen blitzt ein Metallhaken in der Sonne. Unser Anführer Christian beteuert: „Ihr müsst dem Seil vertrauen.“ Ich denke nur: Ich muss Christian vertrauen. Der sichert mich.

Voller Freude habe ich meinem ersten Canyoning entgegengefebert, doch jetzt würde ich mich am liebsten wegbeamen. Auch bei den anderen Teilnehmern ist die Fröhlichkeit aus den Gesichtern gewichen. Sprachlosigkeit regiert den Moment am Spullerbach, einem Quellfluss des Lechs in Warth am Arlberg.

Dabei fing alles ganz harmlos an. An das Gummifroschgefühl im Neoprenanzug hatte ich mich schnell gewöhnt. Klettergurt und Sturzhelm sind mir vom Klettersteig vertraut. Selbst Christians Anweisungen klingen nicht nach großer Gefahr: „Das Wichtigste ist, dass ihr gut laufen könnt, bei Sprüngen die Knie anwinkelt, euch beim Rutschen nach hinten lehnt und beim Abseilen weg vom Felsen drückt.“

Und jetzt? Sollen wir uns einen sieben Meter tiefen Wasserfall abseilen. Ganz blass starrt Jens, ein Mitstreiter, auf die Wassermassen. Ich arbeite mich an die vordere Felskante, um zu sehen, was auf mich zukommt.

Gern lassen wir den Jugendlichen in der Gruppe den Vortritt. Doch ein Zurück gibt es nicht: Ich klinke den Karabiner an meinem Hüftgurt ins Kletterseil ein und tappe vorsichtig rückwärts auf dem glitschigen Felsen den Wasserfall hinab.

Christian brüllt: „Halte dich weiter rechts, damit das Kletterseil den Wasserfall geradeaus hinunterläuft, sonst kann ich nicht gut sichern.“ Der hat gut rufen. Immer steiler wird es, ich lehne mich nach hinten und steige tiefer. Plötzlich verliere ich den Halt, der tosende Bach sprudelt mir geradewegs in den Mund, ich baumele am Seil. Christians Sicherung hält.

Verzweifelt versuche ich, am rutschigen Untergrund Griff zu fassen. Bald finde ich einen flachen Felsen unter den Füßen und tauche in die acht Grad kalte Badewanne am Ende des Wasserfalls ein. Geschafft. Mir wird ganz warm vor Glück.

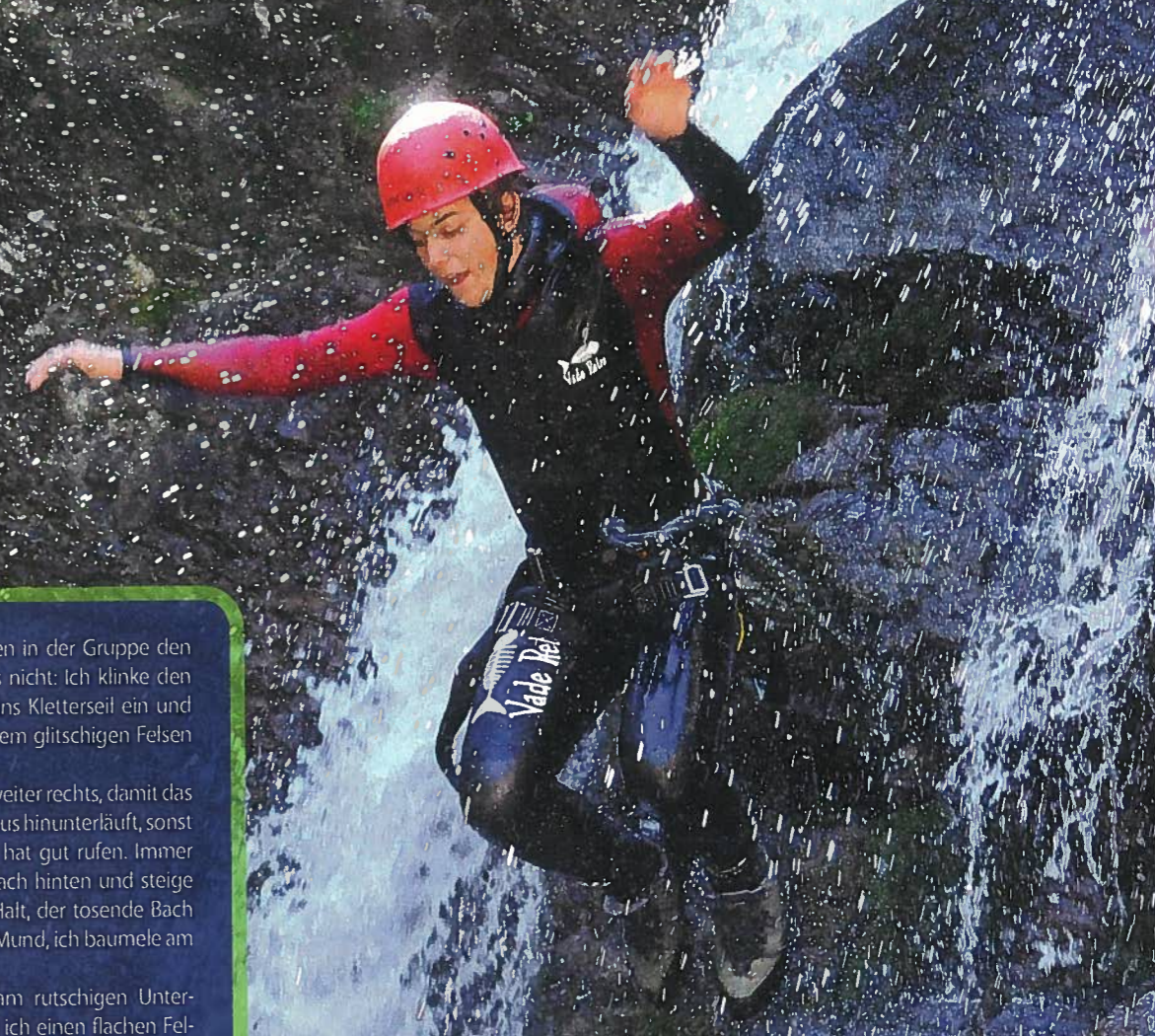
Nach einigen Metern über tückisch glatte Felsen zeigt sich der nächste Wasserfall. Wieder seilen wir uns ab. Diesmal nur ein Stückchen, dann heißt es: ausklinken und springen. Mein rechter Fuß findet kaum Platz auf dem Felsvorsprung, mit dem linken soll ich mich an einem großen Felsen abstoßen. Ich sollte exakt in der Mitte des Kleinen, sechs Meter tiefer liegenden Naturpools landen.

Früher auf dem Sprungbrett im Freibad war das alles einfacher. Okay, ich gebe mir einen Ruck und springe ins Ungewisse, stoße einen Schrei aus – und schon verschluckt mich das Wasser. Als ich wieder auftauche, produziert mein Körper wohl nur noch Endorphine. Ich bin wie elektrisiert vor Begeisterung. Auch Jens grölt vor Freude, als er wieder auftaucht.

Part drei ist eine Rutschpartie. Jetzt ist klar, warum unser Gurtzeug einen knallgelben Plastikschild hat, eine Art Newage-Pampers. In leichter Rückenlage heißt es, zehn Meter über kleine Felsvorsprünge und größere Steine zu rutschen. Jens schlittert zu steil: Als er ankommt, kennt er die Position seines Steißbeins genau.

Ich nehme Rückenlage ein, doch mir bangt davor, zu schnell zu werden. Deshalb schleifen meine blanken Handinnenflächen über die Felsen. Nicht lange, dann überlasse ich mich meinem Schicksal und dem Tempo – und habe mehr Spaß als jemals auf einer Kinderrutsche. Die blauen Flecken sehe ich ja erst am nächsten Tag.

Für heute hatten wir Mega-Spaß. Doch gut, dass ich mich nicht einfach wegbeamen konnte. ■



CANYONING AM VORARLBERG

Warth-Schröcken im Vorarlberg ist ein Mekka für Outdoor-Sport. Außer Canyoning lernen Abenteurer Wildwasserschwimmen, gehen auf den Klettersteig und nehmen an der Flying-Fox-Safari teil.

i Alpinschule Widderstein, Tel.: 0043/5583/27164, www.alpunschulewidderstein.com,

Fremdenverkehrsamt Warth-Schröcken: Tel.: 0043/5583/35150, www.warth-schroecken.com.

h Sporthotel Steffisalp, Bregenzerwaldstraße 36, A-6767 Warth, großer Wellness-Bereich, Tel.: 0043/5583/3699, www.steffisalp.at. Übernachtung mit Halbpension ab 89 Euro.

NEUHEITEN: OUTDOOR-SCHUHE +++ STÄDTETIPP: LÜBECK

active

www.active-magazin.com

Oktober/November · 2011

active

WANDERN | ERLEBEN | GENIESSEN

€ 2,90
A € 3,30
BeNeLux € 3,50
I € 4,00
E € 4,00
P (cont.) € 4,00
F € 4,00
CH sfr 5,80



Traumhaft wandern

im goldenen Herbst

50 tolle Tipps
für Ihre Freizeit



Abenteuer Schweiz

Die spannendsten Alpin-Touren rund ums Matterhorn



Genießen Sie

16 erlesene Weinwanderungen



Deutschland erkunden

- ▶ Schwäbische Alb + Sammelkarte
- ▶ GPS-Wandern im Frankenwald
- ▶ Radeln in Rysum, Ostfriesland

23
Seiten

Top-Ausrüstung für Ihren Outdoor-Spaß

▶ Die richtige Regenkleidung ▶ Das beste Bike-Equipment ▶ Das wichtigste Zubehör 2012