

OUTDOOR

# Raus ins Vergnügen

Der Sommer naht: Zeit, das Weite zu suchen. Draußen warten kleine und große Abenteuer – ob Kanufahrten oder Klettertouren. *mobil* stellt drei Freizeitaktivitäten vor und gibt Tipps, wo man sie ausprobieren kann.

**Die Sehnsucht nach Abenteuer** ist so alt wie die Menschheit selbst. Für die einen kann es nicht extrem genug sein, die anderen suchen lieber in kleinen Fluchten ihren Weg aus dem Alltag. Und der liegt bevorzugt fernab der bekannten Topografie – auf jeden Fall aber »outdoor«, was übersetzt nichts weiter heißt als draußen. Gemeint ist aber etwas viel Konkreteres, weiß Wolfgang Köhle, Sprecher der jährlichen Outdoor-Messe in Friedrichshafen: »Unter outdoor versteht man Aktivitäten in der freien Natur, etwa im Gebirge oder in der Wüste, und nicht etwa auf künstlichen Anlagen wie beim Golfen. Outdoor-Fans schätzen neben der sportlichen Herausforderung vor allem den Reiz ursprünglicher Landschaften.«

»Outdoor ist eine Lebenseinstellung, die immer mehr Menschen teilen«, setzt Thomas Lipke, Geschäftsführer des Outdoor-Ausrüsters Globetrotter, noch einen Ton höher an. »Ein Ausstieg auf Zeit bietet für jeden die Chance, zur Ruhe und zu sich selbst zu kommen, seinen Körper mal wieder richtig zu spüren und seine Grenzen kennenzulernen.« Für Lipke ist die Outdoor-Bewegung denn auch eine logische Folge unserer hochtechnisierten Zivilisation.

Sicher scheint: Der Komfortverzicht bei einem Ausflug in die Natur wird als Gewinn empfunden. Man schläft gerne im Zelt, weil das Grillenzirpen oder das Plätschern eines Bachs wunderbare Einschlafhilfen sind, und selbst gefangener und gegrillter Fisch schmeckt besser als jedes Gourmetmenü. Natur pur ist aber noch aus einem anderen Grund gefragt: Das gesteigerte Umweltbewusstsein bringt viele Leute auf die Idee, einmal jenseits touristischer Hochburgen Urlaub zu machen. Das freut darauf spezialisierte Firmen wie Globetrotter Reisen oder Hauser Exkursionen, die in der vergangenen Saison zweistellige Umsatzsteigerungen verbuchen konnten. Europaweit verzeichnete die Outdoor-Industrie laut der European Outdoor Group [EOG] in den letzten zehn Jahren ein Wachstum von bis zu fünf Prozent jährlich und setzte 2007 rund 5,4 Milliarden Euro um – die Hälfte davon im Bekleidungssegment. Hier mausern sich Namen wie Arc'teryx, Mammut oder The North Face zu angesagten Streetwear-Marken. Dank farbenfroher schnittiger Designs muss sich funktionale Kleidung nicht länger im Wald verstecken. Wer schön sein will, muss also nicht mehr leiden, sondern hat es warm und trocken.

NICOLINE HAAS





# Wasserwandern

## Mal wild, mal romantisch

»Augen ins Boot!« So ermahnen Trainer ihre Paddelteams bei Wettkämpfen, wenn die schöne Naturkulisse oder auch attraktive Konkurrenten von der Konzentration auf den Sport ablenken. Bei längeren und gemächlichen Paddeltouren jedoch ist der Genuss der Umgebung die Hauptsache. In Deutschland und Europa laden viele landschaftlich reizvolle Wasserstraßen und Binnenseen zu Tagesausflügen oder mehrtägigen Wanderungen ein. In ruhigen Gewässern sind offene Kanadier, die per Stechpaddel bewegt werden, die idealen Reiseboote. Für sportlich anspruchsvollere Routen durch wildes Flusswasser oder über die offene See eignen sich die wendigeren Kajaks mit Doppelpaddel.

### 1. Ostsee vor Rügen

Die Kreidefelsen, das beliebteste Ziel aller Rügen-Besucher, lassen sich perfekt vom Wasser aus erkunden – zum Beispiel an Bord eines Seekajaks. Outdoor-Fans mit erster Paddelerfahrung können auf offener See vor der Schutzzone des Nationalparks Jasmund an den mächtigen Felsen vorbeifahren. Dort bietet sich die Gelegenheit, das Paddel einmal zur Seite zu legen, um das Fernglas oder die Kamera zur Hand zu nehmen. Trotzdem ist es sinnvoll, einen Führer dabei zu haben, der die Strömungen kennt – und natürlich die schönsten nassen Ecken der Region. Geführte Tagesfahrten veranstaltet etwa das Seekajakzentrum Gager. Hier können sich Paare, Gruppen bis sechs Personen und Familien mit Kindern [ab 14 Jahren] anmelden. Ausgangs- und Zielpunkt der Tour entlang den Kliffs mit dem 118 Meter hohen Felsen »Königsstuhl« ist der Seehafen Sassnitz. Boote und Schwimmwesten werden gestellt, zur Stärkung gibt es ein Mittagessen, kalte und warme Getränke. Erwachsene zahlen 79 Euro, Jugendliche 39,50 Euro. **Seekajakzentrum Gager**, 18586 Gager auf Rügen, Tel. 038308/348 80. [www.seekajakreisen.de](http://www.seekajakreisen.de) und [www.fahrtziel-natur.de](http://www.fahrtziel-natur.de)

### 2. Bodensee-Kanuweg

Sonne, Sport und Sightseeing kombiniert der rund 120 Kilometer lange Bodensee-Kanuweg von Überlingen nach Schaffhausen. Das Wasser leuchtet in Tiefblau oder Türkis und besitzt im Hochsommer fast Badewannentemperatur. Unterwegs lohnen Paddelpausen zur Besichtigung des Pfahlbautenmuseums in Unteruhldingen, der Altstadt von Konstanz, der Blumeninsel Mainau und der Insel Reichenau [Weltkulturerbe!] mit seinen drei mittelalterlichen Kirchen. Zahlreiche Kanumietstationen säumen die Strecke, die meisten gehören zum Konstanzer Kanuzentrum La Canoa, das jede Menge Kurse und geführte Touren anbietet. Die beliebtesten sind das »Insel-Hopping« – von der Insel Reichenau zur Höri, zur Mettnau und zur idyllischen Liebesinsel – sowie die Hochrheintour von Schaffhausen nach Eglisau mit einer Zwischenstation am spektakulären Rheinfall, dem größten Wasserfall Europas. Jede geführte Tour kostet 39,90 Euro pro Paddler, bei Online-Buchung gibt es zehn Euro Rabatt. **La Canoa Kanuzentrum**, 78467 Konstanz, Tel. 07531/95 95 95. [www.lacanoa.com](http://www.lacanoa.com)

### 3. Salztal, Österreich

Das steirische Naturschutzgebiet Salztal, das mit Ausnahme von drei kleinen Ortschaften fast unbesiedelt ist, gilt als Eldorado für Paddler. Die Salza, ein Nebenfluss der Oberen Enns, hat ihr Bett in die östlichen Massive der Kalkhochalpen gegraben und führt glasklares, sauberes Wildwasser. Die Wiener Trinkwasserversorgung speist sich teilweise aus den zahlreichen Quellen hier entspringender Flussläufe. Die landschaftlichen Reize werden von den sportlichen Herausforderungen noch übertroffen. Wer sich in das von Felsen eingefasste sprudelnde Wasser mit Stromschnellen, Wasserwalzen, Fälen und Kaskaden wagt, sollte ein geübter Paddler sein – oder einen Wildwasser-Guide dabei haben. Das Sportcamp Wildalpen bietet von Mai bis Oktober Kurse an. Ein Wochenendangebot kostet 80 Euro, ein Fünftageskurs 195 Euro. Übernachten kann man in Gasthöfen in der Nähe – oder auf dem Zeltplatz direkt am Fluss. Boote, Paddel, Schwimmwesten, Neoprenanzüge und Helme werden gestellt, mitzubringen sind Sportsachen und ein molliger Pulli zum Aufwärmen. **Sportcamp Wildalpen**, A-8924 Wildalpen, Tel. 0043-3636/204. [www.sportcamp.net](http://www.sportcamp.net)



# Klettern

## Mal kinderleicht, mal knifflig

Kletterer leisten Erstaunliches, denn sie bewegen sich fast ausschließlich in der Vertikalen. Neben Gelenkigkeit, Muskelkraft und Balance erfordert der Sport auch Kopfarbeit. Nur mit Einfallsreichtum lässt sich eine steile Wand erklimmen. Die meisten Kletterer trainieren zuerst an künstlichen Wänden, bevor sie sich an Naturfelsen wagen, und vertrauen auf die Sicherung in Teamwork mit einem Partner.

### 1. Harz

Im Dreiländereck, wo Niedersachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen aneinandergrenzen, finden sich vielseitige Kletterfelsen, die oft klangvolle Namen tragen. Kurfürst, Schlafender Löwe oder Studentenkuppe heißen sie etwa im beliebten Okertal. Die Felsen im Oberharz sind zumeist aus Granit, garniert mit rauen Platten und tiefen Rissen. Im Südharz findet man schön strukturiertes Kalk- und Dolomitgestein mit Fingerlöchern, Leisten und Kanten, an denen man gut das Kraxeln erlernen kann. Auf der Ostseite des Harzes gibt es sogar Sandsteinfelsen. Klettertouren organisiert zum Beispiel das Vertical Action Team aus Osterode. Beim »Granit Special« stehen sportliche Touren für Neulinge und erfahrene Kletterer zu den schönsten Oberharzer Granitfelsen auf dem Programm. Das »Kalk Special« führt zu Top-Felsen im Südharz. **Vertical Action Team**, 37520 Osterode, Tel. 05522/50 59 77. [www.vertical-action-team.de](http://www.vertical-action-team.de)

### 2. Fränkische Schweiz

Das Mittelgebirge zwischen Bamberg und Bayreuth, Kulmbach und Nürnberg ist mit über 6000 erschlossenen Routen das größte zusammenhängende Sportklettergebiet Europas. Hier wurde das Freiklettern erfunden, das ohne den Einsatz von Haken und Karabiner auskommt. Weil man die Einstiege mit roten Punkten markierte, wird es auch »Rotpunkt-Klettern« genannt. Die Felsen der Fränkischen Schweiz sind aus löchrigem, großgriffigem Kalkstein und machen Klettereinsteigern den Aufstieg leicht. Schnupperkurse bietet die Bergsport-schule Pro Alpin für 29 Euro an. Ein Wochenendkurs kostet 135 Euro pro Person. Auch die Kletterschule Frankenjura hilft Anfängern den Berg hinauf. Hier kostet ein Kletterwochenende 130 Euro. Und bei schlechtem Wetter können die Teilnehmer auf die 17 Meter hohe Indoor-Kletterwand der Nürnberger Climbing Factory ausweichen. **Bergsport-schule Pro Alpin**, 91332 Heiligenstadt, Tel. 09198/99 89 51. [www.bergsport-schule.com](http://www.bergsport-schule.com) – **Kletterschule Frankenjura**, 91355 Hiltpoltstein, Tel. 09245/12 59. [www.kletterschule-frankenjura.de](http://www.kletterschule-frankenjura.de)

### 3. Wilder Kaiser, Österreich

Auf Ansichtskarten macht der 2344 Meter hohe Wilde Kaiser mächtig Eindruck. Noch beeindruckender ist es, wenn man den Lieben daheim schreiben kann, man habe den berühmten Tiroler Berg »in die Tasche gesteckt«, wie es im Bergsteigerdeutsch heißt. Dabei behilflich ist die Bergsteigerschule Wilder Kaiser. Ein Auszug aus dem Stundenplan: vier Tage Felsklettern für 392 Euro, eine Woche Familienklettern für 580 Euro pro Elternteil und 325 Euro pro Kind. Im Hans-Berger-Haus, einer urigen Schutzhütte des österreichischen Vereins »Naturfreunde«, kann man für ganze zehn Euro pro Person im Bergsteiger-Bettenlager und für 28 Euro im Pensionszimmer übernachten – inklusive Halbpension. Ein Tipp für schwindelfreie Damengruppen: die Kurse »Wilde Kaiserin« [6.-12.7. und 17.-23.8.]. Dabei bringen erfahrene Bergführerinnen Frauen bei, wie man hoch hinauskommt. Fünf Tage kosten samt Vollpension 580 Euro. **Bergsteiger-schule Wilder Kaiser**, A-6330 Kufstein, Tel. 0043-5372/625 75, [www.bergsteigerschule.at](http://www.bergsteigerschule.at)

Infos und Tipps rund ums Bergsteigen und Klettern liefert der Deutsche Alpenverein [DAV], der in sogenannten Sektionen deutschlandweit vertreten ist. [www.alpenverein.de](http://www.alpenverein.de)





## Fliegenfischen

### Mal Äsche, mal Forelle

Fliegenfischen, auch Flugangeln genannt, ist wohl die mit Abstand anspruchsvollste und anmutigste Art, einen Fisch zu fangen. Da die künstlichen Fliegen im Vergleich zu Wurmködern sehr leicht sind, müssen die Angler das Gewicht der Schnur sowie besondere Wurftechniken einsetzen, um Weite zu erzielen – ähnlich wie die Cowboys beim Lassoschwingen. Dabei »tanzt« die Schnur in eleganten Bögen über das Wasser.

Die Anfertigung der Fliegen spielt für den passionierten Fliegenfischer eine ebenso wichtige Rolle wie das Fischen selbst. In kunstvoller Handarbeit kopiert er die Natur und schafft aus Federn, Baumwollfäden und anderen Materialien die Insekten nach, die auf dem Speiseplan der Fische stehen – etwa Maifliegen, Libellenlarven und Bachflohkrebse. Das Königserlebnis für jeden Fliegenfischer ist es jedoch, einen Fisch mit einer selbst kreierten Fliege zu überlisten, die in der Natur gar nicht vorkommt, aber so appetitlich aussieht, dass er einfach zuschnappen muss.

### 1. Flüsse und Seen in Norwegen

Südnorwegen wird bei Fliegenfischern immer beliebter. Im Vergleich zu perfekt erschlossenen Destinationen wie der Mörrum, einem Lachsfluss im südlichen Schweden, oder dem Skeena-River in der kanadischen Provinz British Columbia, begründen ausgesprochen variantenreiche Fischwasser inmitten unberührter Naturkulisse

den Reiz dieser Region. Zu empfehlen sind Bäche wie die Hemsila, Flüsse wie die Mandalselva und Glomma sowie Seenlandschaften wie der Haldenvassdraget. Eine gute Adresse für organisierte Angelreisen, die auch nach Norwegen führen, ist Vögler's Angelreisen aus Hamburg. Wer es exklusiv mag, bucht eine Reise zum Nordkap, wo es Lachse und Saiblinge zu fangen gibt. Eine Woche Fliegenfischen in Gesellschaft von Seeadlern und Rentieren mit Unterkunft, Vollverpflegung, Lachslizenz und Charterflug ab Deutschland kostet 2750 Euro pro Person. Doch auch für schmalere Geldbeutel hat Vögler's jede Menge Touren im Programm und kümmert sich auch um die Anmietung von Ferienhäusern, direkt am See oder Fluss gelegen. **Vögler's Angelreisen**, 22111 Hamburg, Tel. 040/736 05 70, [www.angelreisen.de](http://www.angelreisen.de)

### 2. Ostsee

Im Meer gelten ganz andere Bedingungen als in Flüssen und Bächen. So lassen sich die Fische – etwa Meerforellen, Dorsche und Hornhechte – in der Brandung nur selten oder gar nicht erspähen. Man braucht also viel Erfahrung und Geduld, um ihre Anwesenheit zu erahnen. Ein Tipp für die Ostsee: Je wärmer es draußen wird – und je mehr damit auch die Wassertemperatur steigt – desto weiter sollte man zum Fischen nach Norden reisen. Kalles Angelshop in Neustadt an der Ostsee bietet einen Anfängerkurs im Fliegenfischen an. Zwei halbe Tage à fünf Stunden Unterricht bei Karl-Heinz Rohde kosten 100 Euro, Termine nach Absprache. **Kalles Angelshop**, 23730 Neustadt/Ostsee, Tel. 04561/64 50. [www.kalles-angelshop.de](http://www.kalles-angelshop.de)

### 3. Gebirgsbäche in Österreich

In den Gebirgsbächen Österreichs wie der Salzach, der Mondseer Ache, der Torrener Ache oder der Goiserer Traun genießen Fliegenfischer ein Naturidyll, das den Fang fast zur Nebensache werden lässt. Bachforellen, Regenbogenforellen, Barben und Äschen tummeln sich in dem glasklaren Nass. Wer die Kunst des Flugangelns erlernen will, ist bei den Pro-Guides Flyfishing gut aufgehoben: In zweieinhalbtägigen Anfängerkursen an verschiedenen Gewässern werden die Philosophie des Fliegenfischens, Wurf- und Präsentationstechniken sowie die Kunst des Wasserlesens vermittelt. Jeder Kurs kostet 250 Euro. **Pro-Guides Flyfishing**, A-5400 Hallein, Christof Menz und Uwe Rieder. [www.pro-guides.com](http://www.pro-guides.com)

### Glühwürmchen im Großformat

Mit der Frisbeescheibe »Nite Ize Flashflight Junior« kann man auch nachts Spielspaß haben und ahnungslose Mitmenschen überraschen: Ein LED-Licht lässt die Scheibe grellrot aufleuchten. Das Spielzeug hat einen Durchmesser von 22 Zentimetern, hervorragende Flugeigenschaften und ist für rund 20 € samt Batterie in verschiedenen Farben bei New Games Frisbeeshop zu haben. [www.frisbeeshop.org](http://www.frisbeeshop.org)



### Zeitvertreib im Zelt

Der Fernseher ist weit weg, eine gute Gelegenheit für ein Gesellschaftsspiel: Dieses »Packgammon« ist in eine Lederhülle eingerollt, die – mit Bambusstäben verstärkt – auch als Spielfeld dient. Für rund 70 € bei Outdoor fair erhältlich. [www.outdoorfair.de](http://www.outdoorfair.de)

## Ausrüstung gut, alles gut

Weit draußen gibt es keine Heizung, keine Steckdose, keinen Imbiss in der Nähe. Doch wer eine gute Ausrüstung besitzt, kann sich auch in der Wildnis komfortabel einrichten.



### Fischers Fliegen

Die einen schleppen Dosenravioli mit, den anderen genügen eine Angel und ein Satz Kunstfliegen. Um damit eine Mahlzeit an Land zu ziehen, sollte man wiederum den Speiseplan der Fische kennen. Sie schnappen nicht nach jedem Köder. Appetithappen in allen Formen und Farben gibt es etwa bei Stenzel [[www.stenzel-flyfishing.com](http://www.stenzel-flyfishing.com)], bei Exori [[www.exori.de](http://www.exori.de)] und bei K&HD [[www.khdfishing.de](http://www.khdfishing.de)].

### Einer geht nur rein

Für Alleinreisende und schnarchende Abenteurer ist das Single-Zelt »Wechsel Pathfinder« der passende Unterschlupf. Es ist geodätisch, das heißt, es muss nicht abgespannt werden, da die Apsis vom Gestängebogen gehalten wird. Die 2,40 Meter lange Liegefläche genügt auch großen Menschen. Ab 180 € im Angebot bei Globetrotter. [www.globetrotter.de](http://www.globetrotter.de)

FOTOS: GLOBETROTTER (5), HANS SAALFELD



### Wegweiser in der Nacht

Die kleine Schwarze von Sure Fire führt sicher über stockdunkle Wald- oder Feldwege. Das Aluminiumgehäuse [10,5 x 2,5 Zentimeter] der »E1L« ist robust und wetterfest, das LED-Licht leuchtet bei 30 Lumen Leistung bis zu zehn Stunden. Für rund 140 € inklusive Lithium-Batterie erhältlich im Online-Shop des Herstellers. [www.surefire.de](http://www.surefire.de)



### Die Mumie lebt

Schön dick eingemummelt, so meint man, kann einem Kälte nichts anhaben. Dieser mit Daunen gefüllte Sommerschlafsack namens »Marmot Aret« hält in der Tat warm, ist allerdings alles andere als dick: Zusammengerollt misst er gerade einmal 30 x 15 Zentimeter und wiegt nur 800 Gramm. Ab rund 200 € zu kaufen unter [www.globetrotter.de](http://www.globetrotter.de)