

Bericht über die regionale FGL Fortbildung 2013 des Landesverbandes NRW

Thema: Mobile Seilaufbauten

Am Freitagabend trafen alle 20 Teilnehmer pünktlich in der, direkt an der belgischen Grenze gelegenen, DJH Monschau - Hargard ein. Ich hatte diese DJH gewählt, da sie einen geeigneten, kräftigen Baumbestand auf dem eigenen Gelände vorwies, den wir für unsere Fortbildung brauchten. Als FÜL waren Christiane und Jens Werchau anwesend.

Am Freitagabend ging es nach dem Abendessen und der der obligatorischen Kennenlernrunde mit dem ersten Theorieteil schon richtig los. Die Punkte waren:

- Ausrüstung + Material
- Definition Mobile Seilelemente (Low & High)
- Risiken & Besonderheiten
- Konstruktionssicherheit
- Fixpunkte
- Psychische & physische Sicherheit der TN
- Wünsche & Erwartungen
- Rahmen & Ziel der FB
- Einführung & Abgrenzung

Die Begriffe schwirrten uns noch im Kopf herum als wir nicht allzu spät ins Bett gingen um für den nächsten Tag fit zu sein.

Am Samstagmorgen bildeten wir per Spiel vier zufällige Gruppen und suchten uns auch 4 Seilelemente unserer Wahl zum Aufbauen im Freigelände aus. Die Elemente waren:

- Die Sanduhr
- Das low V (Vertrauens V)
- Der Mohawk-Walk
- Eine Seilbrücke (Affenschaukel)

Der Vormittag war ungewöhnlich kühl für diese Jahreszeit und eine Woche zuvor hatte es in Monschau sogar noch geschneit. Während Christiane und Jens zwischen den einzelnen Stationen pendelten und uns mit wertvollen Ratschlägen versorgten, schraubten, spannten und verbesserten wir unsere ausgewählten Seilaufbauten. Als fast schon störend wurde dann die Mittagspause empfunden, die unsere konstruktiven Arbeiten unterbrach. Nachdem wir uns gestärkt hatten, wurden nach der Pause die Aufbauten von den einzelnen Gruppen nacheinander vorgestellt und stolz erstbegangen.



Als erstes wurde die Sanduhr vorgestellt die mit drei Statikseilen realisiert war. Da die Absprunghöhe hier bei ca. 1,5 - 2m lag konnte auf eine mitlaufende Sicherung von oben verzichtet werden. Bei einer größeren Höhe hätte sie auf jeden Fall redundant vorhanden sein müssen. Zahlreiche Variationen der Begehung wurden probiert. Es wurde festgestellt, dass es einfacher ist, auf dem einzelnen Seil zu laufen und sich an den beiden entgegenkommenden Seilen festzuhalten.



Das Begehen von zwei Personen gleichzeitig, die sich in der Mitte treffen und übersetzten müssen, hat einen ganz besonderen Reiz und sollte nicht gerade die Einstiegsübung sein. Hierbei ist auf jeden Fall mitlaufendes Interventionspersonal auf beiden Seiten des Seils notwendig, um einen Absturz der Teilnehmer zu verhindern. Insgesamt gesehen gibt hierbei es keine Materialschlacht, der Aufbau recht schnell gemacht und hat einen großen Spaßfaktor für große und kleine Teilnehmer.

Das low V oder zu deutsch „Vertrauens V“ war die nächste Station. Das Laufseil wurde hier mit dem Bandmaterial einer Slagline realisiert und gut gespannt. Als Trageseil wurde ein Statikseil verwendet. Das Halteseil darf ein dynamisches Seil sein, welches lose durch einen Schraubkarabiner gezogen ist und über eine Seilrolle auf dem Trageseil läuft. Da auch dieser Aufbau noch in Absprunghöhe angeschlagen war, konnte auf eine mitlaufende Sicherung von oben verzichtet werden.



Der Aufbau kann nur zu zweit und nur mit ungefähr gleichgewichtigen Personen begangen werden. Ziel ist es hier, mit dem recht losen Halteseil in den Händen von beiden Anschlagpunkten zu starten und in der Mitte überzusetzen. Der Aufbau wird zuerst total unterschätzt, denn er erfordert einen sehr guten Gleichgewichtssinn, schnelles Reaktionsvermögen bei Belastungsveränderung und eine ganz gehörige Körperspannung.

Das wird dann erst am nächsten Tag richtig deutlich.

Hierbei geht es primär um die Koordinierung der Bewegungsabläufe beider Teilnehmer die sich synchronisieren müssen. Auch hier ist mitlaufendes Interventionspersonal auf beiden Seiten des Aufbaus unbedingt nötig.

Insgesamt gesehen gibt hierbei es auch keine Materialschlacht (nur 2 Seile), der Aufbau ist schnell gemacht und hat einen großen Spaßfaktor für große und kleine Teilnehmer.



Der folgende Aufbau, der Mohawk-Walk, gehört mittlerweile zum Klassiker der mobilen Seilbauten und kann immer wieder variiert werden. Das Laufseil war hier eine sehr lange Slagline und das Sicherungsseil ein Statikseil. Die vom Sicherungsseil herunterhängenden Halteseile bestehen aus Reststücken von dynamischen Seilen. Dieser Aufbau soll nur durch eine sich gegenseitig sichernde Gruppe erfolgreich begangen werden können. Tritt ein Teilnehmer auf den Boden beginnt die Gruppe wieder am Start. Berührungsängste sollte man allerdings bei diesem Seil Aufbau nicht haben. Der große Vorteil dieses Aufbaus ist, dass er sozusagen an Gruppe angepasst werden kann, denn die Halteseile werden mit leicht verschiebbaren Prusikknoten befestigt. Somit können alle Abstände verändert werden oder überzählige Halteseile einfach hochgebunden werden.



Während der Begehung mussten wir das Laufseil b.z.w. die Slagline mehrfach nachspannen da wir einen zu großen Abstand zwischen zwei Fixpunkten gewählt hatten. Dieser Umstand wurde erst sichtbar als eine größere Gruppe dieses Teilstück beging. Insgesamt gesehen gibt es hierbei ebenfalls keine Materialschlacht, der Aufbau ist schnell gemacht und hat einen großen Spaßfaktor für die gesamte Gruppe. Im Umgang mit dem Slaglinematerial und insbesondere der Spannratschen sollte man aber vertraut sein.

Unser letzter Seil Aufbau, eine Seilbrücke vom Typ Affenschaukel, kann in jeder beliebigen Höhe erstellt werden. Unser Aufbau geschah in Bodennähe, sodass wir auf eine redundante Sicherung von oben verzichten konnten. Damit hätten wir hierbei auch garantiert unser Zeitlimit für den Aufbau überschritten. Gerade die Befestigungen der Seilschlaufen war schon enorm zeitintensiv. Die Tragseite waren zugleich Handläufe und bestanden aus gut gespannten Statikseilen. Die Trittschlaufen bestanden aus einem Dynamikseil das mit zahlreichen Karabinern, die wiederum an Reepschnüren hingen, befestigt war. Den Namen Affenschaukel trägt dieser Aufbau zu Recht.



Es ist nämlich eine recht luftige Angelegenheit und das gesamte System beginnt schnell zu schwingen wenn man einen Fehler macht. Durch Körperspannung kann es wieder stabilisiert werden. Bedingt durch die beiden Handläufe kann das Interventionspersonal bei Erwachsenen und größeren Kindern entfallen. Kleinere Kinder müssen begleitet werden. Insgesamt braucht dieser Aufbau schon eine Menge Material, drei Seile, zahlreiche Reepschnüre, viele Karabiner und insbesondere Zeit.



Nach einer kurzen Reflektion unserer Ergebnisse hatte unser Kinderbetreuungsteam ebenfalls eine lustige Aufgabe für uns vorbereitet.

Mit verbundenen Augen mussten alle Erwachsenen am Seil entlang einen Parcours über Stock und Stein über das Gelände der DJH begehen. Kriechen, klettern und Zweige aus dem Gesicht fischen waren inklusive. Glücklicherweise brauchten wir nicht auch noch barfuss gehen. Die Idee ist bei allen Erwachsenen sehr gut angekommen.

Nun folgte wieder ein Lehrteil im Baumklettern. Jens zeigte uns verschiedene Techniken wie man das Seil bei hohen Seilaufbauten überhaupt auf den Baum bekommt. Mit einer speziellen Wurftechnik wird zuerst ein Hilfsseil über einen geeigneten Ast katapultiert und danach die beiden verbundenen Sicherungsseile für den Aufstieg nachgezogen. Mit Steigklemmen kann dann gefahrlos aufgestiegen werden um die Fixpunkte für den eigentlichen Seilaufbau zu befestigen. Gerade der Umgang mit den Steigklemmen war für viele von uns FGL's Neuland. Diesen praktischen Teil übten wir dann begeistert solange, bis der Herbergsvater zum Abendessen rief.



Mit einem lustigen Grillabend beschlossen wir auch diesen erfolgreichen Tag.

Der nächste Tag brachte auch wieder neue Aufgaben mit. Wir sollten die theoretisch erlernten Techniken um eine Schlucht oder einen Bach mit einer Seilbrücke zu überqueren in praktische Seilaufbauten vor Ort umsetzen.

Mit Verwendung unserer KFZ's erreichten wir wenig später ein geeignetes Übungsgebiet im Rurtal. Hier wurden wir in zwei Gruppen mit jeweils gleichem Material aufgeteilt um zwei Aufgaben zu bewältigen die wir erst am Einsatzort verschlossenen Umschlägen entnehmen durften. Beide Gruppen verschwanden dann in verschiedene Richtungen. Die nächste Hürde war dann die Aufteilung unserer Kleingruppe in Männlein und Weiblein auf verschiedenen Bachseiten. Das war noch nicht so das Problem, nur dass die Männergruppe fast das ganze Material trug und wir vor dem Trennen leider nicht mehr tauschen durften. Christine blieb da eisern. Das wurde dann schon eine wirklich anspruchsvolle Aufgabe.





Nachdem eine geeignete Stelle zur Überquerung gefunden war, wurde zuerst eine Materialeilbahn eingerichtet um das für eine richtige Seilbahn benötigte Material auf beide Seiten zu bekommen. Einen noch unbedingt nötigen Karabiner durften wir aber durch das Singen eines Liedes erarbeiten. Komisch, nach den ersten 10 Sekunden unseres Liedes gab Christiane den Karabiner allerdings schon freiwillig ab!

Die Kommunikation unserer beiden Grüppchen war äußerst schwierig da wir uns wegen dem tosenden Bach nicht richtig verständigen konnten und auf die richtige Reaktion auf der jeweils anderen Bachseite hofften. Mit wilder Gestik schafften wir aber auch diese Hürde und brachten mit einer seriös aufgebauten Seilbahn alle Teilnehmer trocken auf die jeweils andere Bachseite.



Nachdem beide Gruppen ihre Aufgaben erfolgreich gelöst hatten und wieder stolz vereint waren, fuhren wir wieder zur DJH zurück.

Zum Abschluss unserer Fortbildung versammelten wir uns später letztmalig im Gruppenraum, reflektierten das Erlebte und dankten unseren Fachübungsleitern Christiane und Jens für ihr tolles Engagement. Auch die FÜL's lobten wiederum den ungewöhnlich guten Zusammenhang unserer FGL's im LV NRW.

Mit einem durchweg positiven Ergebnis dieser Fortbildung und einer Menge neuer Anwendungsideen für unsere Familiengruppen verließen wir dann am frühen Nachmittag die DJH und verstreuten uns wieder über ganz NRW.



Roland Schulz
Referent für das Familienbergsteigen
im Landesverband NRW

