

Absprung, der letzte

Beim Canyoning in Vorarlberg geht es durch Schluchten und Felsspalten – springend, rutschend und am Seil gesichert.

VON
ANNETTE FRÜHAUF

Bevor der Spaß so richtig losgeht, hat Guide Günter Karg vom Canyoning-Team Vorarlberg einiges zu sagen. Zum Beispiel: „Alle müssen sich konsequent an meine Anweisungen halten.“ Die Neoprenanzüge sind ganz schön eng und die Sonne sticht. Damit alle auch wieder unversehrt von der Tour zurückkommen, ist es wichtig, dass die Gruppe sich diszipliniert verhält und die Regeln befolgt: Sicherheit ist das oberste Gebot der Schluchtler, wie die Canyoning-Führer auch genannt werden. Das Schutzbestreben beruhigt die Nerven, denn die Bregenzer Ache tost lautstark ins Tal. An einem Brückengeländer wird das Abseilen geübt und dann geht es los und ab ins 15 Grad kalte Wasser.

Im freien Fall geht es rasant abwärts

Im Gänsemarsch bewegt sich die Gruppe voran. Das erste Highlight lässt nicht lange auf sich warten und ist ein beeindruckender Wasserfall. Das Seil wird im Karabiner eingehängt und einer nach dem anderen nimmt seinen Mut zusammen und lässt sich, gesichert durch den Schluchtenführer, langsam nach unten. Die Beine finden anfangs noch etwas Halt an den glitschigen Felsen, doch dann hört das Seil plötzlich auf. Wer nicht mitten im Wasserfall hängen bleiben möchte, lässt irgendwann los. Im freien Fall geht es rasant abwärts. Bis alle unten angekommen sind, dauert es. Solange werden unten die Erlebnisse des Adrenalinkicks ausgetauscht – unterbrochen von den Schreien der Fallenden. Die Ängstlicheren fragen sich bereits,

was als Nächstes kommt. Inzwischen dringt das Wasser durch den Anzug – doch die Aufregung hält warm.

Die Stimmung in der Schlucht erinnert an einen Fantasyfilm – irgendwie unwirklich. Wer nach oben ins Gegenlicht blickt, sieht nur schemenhaft die Bäume, deren Äste leicht hin und her schwanken. Dahinter blitzt der blaue Himmel hervor. Die Schlucht dagegen ist eng und schattig. Senkrecht ragen die dunklen Felswände nach oben.

Auch das Weiterlaufen hält warm und fordert die Konzentration, denn die Steine im gurgelnden Wasser sind größer und kleiner, glitschig und spitz. „Nicht selten kommt es zu Stürzen beim Laufen“, weiß der Outdoor-Trainer, der auch eine Ausbildung zum Mentaltrainer hat. Das Zeitgefühl geht verloren. Die wichtigste Frage lautet: Was wartet wohl hinter dem nächsten Felsen?

Diesmal ist es eine Rutsche. Das Hineinkommen ist gar nicht so leicht und Günter erklärt: „Entweder du springst rein oder du hangelst dich mit beiden Händen an dem Stahlseil entlang und lässt dann einfach los.“ Welche Methode einfacher ist, darf jeder selbst entscheiden. Nach einigen „Los, traue dich!“ überlassen sich alle ihrem Schicksal und blitzschnell geht es abwärts.

Prustend kommen sie wieder an die Wasseroberfläche. Die erste Rutsche ist geschafft und eines ist klar: Am besten überlässt man sich einfach den natürlichen Gegebenheiten. Der Abgang passiert so schnell, dass ein Eingreifen sowieso unmöglich ist. Dann geht's auch schon weiter, vorbei an bizarren Felsformationen, durch sprudelnde Wasserläufe und über schmale Kiesbänke. Beim Canyoning zeigt sich die Natur von ihrer wilden Seite. Günter stoppt und der erste Sprung steht an.

Das mulmige Bauchgefühl steigert sich beim Warten noch. Ein Schrei folgt auf den anderen. Der Guide hat alle Hän-



Beim Canyoning ist der Weg das Ziel. Auf jeden Fall braucht man etwas Mut und wird dabei etwas nass.
Foto: Mauritius

de voll zu tun und muss immer wieder Mut machen. Wer es sich anders überlegt, wird vom Schluchtler abgeseilt. Keiner muss, jeder darf. Rund fünf Meter geht es in die Tiefe. Vor dem Sprung muss man sich gut abstoßen, denn ein Vorsprung ist im Weg und versperrt die Sicht nach unten. Günter bietet an: „Ich kann dir auch einen Schubs geben.“ Ob das wirklich besser ist? Alles Überlegen hilft nichts, Luft holen und los. Der Überraschungsruf entweicht fast automatisch. Gut unten angekommen, geht es weiter – der Weg ist das Ziel.

So langsam macht sich ein gutes Gefühl breit. Die Anspannung geht mehr und mehr in freudige Erwartung über. Es ist toll, was schon alles geschafft ist. Auf

einigen Passagen ist das Wasser so tief, dass nur noch schwimmen hilft. Die Anzüge geben Auftrieb. Wer mag, darf auch einmal rückwärts nach unten rutschen. Viel zu früh kommt die Ausstiegstelle in Sicht. Ein letzter Sprung, bevor alles vorbei ist. Der hat es in sich und ist mit sieben Metern der höchste der rund vierstündigen Tour. Wieder kostet es allen Mut abzuspringen. Die Plattform leert sich, das flau Gefühl nimmt zu. Unten treiben schon fast alle anderen Teilnehmer im flachen Wasser. Ihre farbigen Schutzhelme glänzen in der Sonne. Die aufmunternden Worte und Sätze wie „Das schaffst du schon“ gehen im Getöse des Wassers fast unter. Dann endlich – Absprung, der letzte.



Anreise

Von Stuttgart über die A 8 und A 96 bis zur Anschlussstelle Dornbirn. Es sind rund 225 Kilometer mit einer Fahrtdauer von zweieinhalb Stunden.

Unterkunft

Im Zelt auf einem der Campingplätze an der Bregenzer Ache: Camping Mexico; www.camping-mexico.at/index.html Camping Weiss; www.campingweiss.at/ In Dornbirn im Hotel Hirschen, DZ/F ab 126 Euro, www.hotel-hirschen-dornbirn.at Moderne Apartments bietet Relaxed Urban Living, <https://wohnen-dornbirn.at/>

Essen und Trinken

Italienisches gibt es im Pasta Fresca in Dornbirn, www.pastafresca.co.at Heimische Küche hat das Restaurant Stuoobach, www.stuoobach.at/

Canyoning

Die 5- bis 6-stündige Einsteiger-Tour kostet bei Canyoning-Team Vorarlberg für Erwachsene 89 Euro, Jugendliche zahlen 65 Euro und Kinder 55 Euro, www.canyoning-team.com Rund zweistündige Schnuppertouren inklusive einer Einführung gibt es bei Canyoning.cc für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren für 45 Euro, www.canyoning.cc/produkte.htm

Allgemeine Informationen

www.bodensee-vorarlberg.com

Wunschlos glücklich in den Löwensteiner Bergen

Wanderung Die knapp zwölf Kilometer lange Tour bietet Wälder, Wiesen, Weinberge, Burgen, Seen und Aussichtspunkte.

VON
GÜNTHER WEINERT

Die Wanderung lässt keinen Wunsch offen: Wälder, Wiesen, Weinberge, Berge, Täler, Seen, Aussichtspunkte, Burgen, Ruinen liegen am Weg. Sie können bis zum Aussichtspunkt Wartberg gehen oder die Rundwanderung bis zur Burg Hohenbeilstein erweitern. Sie haben dann die Möglichkeit, die Burg Hohenbeilstein mit ihrer Falknerei zu besichtigen. Während der Wanderung können Sie auch den Amalienhof ansteuern, eine Weinstube auf dem Berg mit prächtigem Fernblick. Die Weinstube befindet sich ca. 500 Meter westlich vom Annasee.

Anfahrt: Über die A 81 bis Ilsfeld, dann über Auenstein nach Helfenberg. Der Parkplatz liegt an der Wildeckstraße.

Hier geht's lang: 1 Vom Wanderparkplatz – unterhalb der Ruine Helfenberg an der Wildeckstraße – geht es zunächst mit dem blauen Punkt auf weißem Grund hoch zur Ruine, von der nur noch der Bergfried steht. Da die Gesamtstrecke in Bezug auf die Lage von Ortschaften und Landschaftspunkten gut ausgeschil-

dert ist, empfiehlt es sich, zusätzlich auf die Namen der Zwischenziele zu achten.

2 Von der Ruine Helfenberg können Sie die ersten Ausblicke auf eines der großen Rotweinanbaugebiete Deutschlands genießen und auf dem gegenüberliegenden Berg sehen Sie schon das nächste Ziel: die Burg Wildeck. Orientieren Sie sich zunächst weiter am blauen Punkt und wandern dann im Anschluss mit dem blauen Kreuz auf weißem Grund hoch zur Burg.

3 Auf der Burg Wildeck befindet sich ein Versuchsgut der Weinbauschule Weinsberg. Hier hat man einen schönen Weitblick auf die Landschaft am Rand der Löwensteiner Berge. Mit dem blauen Kreuz geht's weiter und im weiteren Verlauf mit dem blauen Punkt bis zum Annasee.

4 Am Annasee können Sie rasten und den Waldsee genießen. Folgen Sie nun dem Hinweisschild „Gagernberg 0,3 km“. Dabei gehen Sie an der Nordseite des Sees vorbei zum Waldrand.

5 Vom Waldrand haben Sie wiederholt eine prächtige Aussicht auf die Löwen-

steiner Berge. Biegen Sie hier scharf nach rechts ab und folgen Sie dem Hinweisschild in Richtung Beilstein. Bald treffen Sie wieder auf das blaue Kreuz und gehen mit ihm den Berg hinab. Weit am Horizont thront die Burg Lichtenberg.

6 Am Fuße des bewaldeten Fohlenbergs, dort wo sich das Wochenendhausgebiet Wanne befindet, verlassen Sie das blaue Kreuz und steigen mit dem blauen Punkt auf weißem Grund hoch zum Wartberg.

7 Oben angekommen liegt unter Ihnen die Burg Hohenbeilstein. Rechts befinden sich ein Rastplatz sowie eine Metallplatte, welche die markanten Punkte der Landschaft benennt. Hier befindet sich auch ein idealer Grillplatz. Der Rückweg gestaltet sich einfach. Bis zu Ihrem Ausgangspunkt folgen Sie einfach dem blauen Punkt zunächst durch die Weinberge, dann durch den Wald und zum Schluss durch die Streuobstwiesen.

8 Alternative Wegführung: Wollen Sie Ihre Wanderung von 11 km auf ca. 13 km ausdehnen, dann wandern Sie mit dem blauen Punkt hinunter zur Burg Hohenbeilstein mit Falknerei (www.falknereibeilstein.de). Auch ein Restaurant liegt innerhalb der Burgmauern. Von der Burg Hohenbeilstein geht es dann über den Steingrubenweg und den St.-Anna-See Weg bis zum Fuß des Fohlenbergs, wo Sie auf



die Markierung mit dem blauen Punkt treffen.

Internet: Die Tour kann man im Wanderportal Outdooractive unter dem Stichwort „Wanderfex“ auch als GPX-Datei herunterladen. Zahlreiche Bilder geben einen Überblick über die Tour.

Kartentipp: Bietigheim/Bissingen - Beilstein, Blatt 52-543, Maßstab 1:25000, NaturNavi-Landkarte

Einkehren: Einkehrmöglichkeiten gibt es direkt am Wanderweg (Weinstube Amalienhof und Burgrestaurant auf dem Hohenbeilstein). Oder auch im Landgasthof Krone in Auenstein.

