

Nichts wie raus!

Ob radikal als Kitesurfer, selbstversorgend als Überlebenskünstler oder gemütlich als Draisinefahrer: Der «Funpark Schweiz» bietet für alle und jeden etwas.

Mit einem Brett an den Füßen und einem Lenkdrachen im Wind übers Wasser flitzen und zu Luftsprüngen ansetzen: Kitesurfen sieht cool aus. «Freiheit pur!», schwärmt Stefan Popprath von «Swiss Kitesurf». «Ich spüre die Natur hautnah, wenn das Wasser hoch spritzt und ich mit meterhohen Sprüngen die dritte Dimension erobere.» Kann doch nicht so schwierig sein, denke ich mir und wage zusammen mit drei Jungs einen Selbstversuch in Poppraths Kitesurfschule am Silvaplanersee. Nach der Theorie gibts die ersten Trockenübungen an Land. Am zweiten Tag ist die Startwiese am See schon über und über mit bunten Schirmen belegt, als wir vier aufkreuzen. Alle sind schon starbereit. Doch kaum haben wir unsere Kites aufgeblasen, ist der Wind weg! Verflixt! «Kein Problem», tröstet uns Kiteinstruktor Simon, «morgen wird es besser!» In der Tat! Am dritten Schulungstag bläst ein treuer Malojawind.

Wir vier angehenden Kiter atmen auf. Heute ist unser Tag! Auf der Wiese und im Wasser ist bereits der Teufel los. An die 50 Schirme sind in der Luft. Es sieht prächtig aus! Wir stürzen uns in den Neoprenanzug, um uns im elf Grad kalten Gletscherwasser keinen Kälteschock zu holen. Dann gehts los. Kollege Clemy hält mich hinten am Trapez fest für den Fall, dass das Tuch mit mir schon an Land zu Luftsprüngen ansetzen will. Nach hundert Metern Trockenübung dem Strässchen am See entlang sind wir am Startplatz angelangt.

Sieben Meter und eine nasse Landung

«Jetzt keine schnellen Steuermanöver, sondern den Kite ruhig in Richtung See raus lenken», sagt Simon. «Sehr schön!» Ich nehme einen mutigen Sprung ins kühle Nass, und als ich – Schwimmweste sei dank – den Kopf wieder über Wasser habe, steht der Schirm ganz wie er soll im Zenit über mir.

Zuerst die Trockenübung, dann das Vergnügen: Kitesurflektion am Silvaplanersee.





Der Silvaplanaersee im Herzen des Oberengadins gilt unter Kitesurfern längst als Geheimtipp.

Selber machen

Kitesurfprofi Stefan Popprath macht den Einstieg leicht: In seiner Kitesurfschule am Silvaplanaersee lernt man in drei bis fünf Tagen das Spiel mit Wasser und Wind kennen. Nach dem Wasserstart und den ersten Fahrversuchen heisst es Fahrtechnik üben, üben, üben. Aber aufgepasst: Wen das Feuer mal gepackt hat, der ist dem Drachensport schnell erlegen. Infos: Tel. 081 828 97 67 | www.kitesailing.ch

Alle Kitespots der Schweiz: Schweizer Kitesurfclub «Kitegenossen», | www.kitegenossen.ch

Verband der Kitesailer: | www.kitesailingworld.ch

Kitefun: | www.kitefun.ch

Jetzt wirds tricky. Wie ein Frosch rücklings im Wasser liegend, steuere ich mit links den Schirm, mit rechts angle ich mir das Brett, platziere es vor mir, schlüpfe mit den Füßen in die Laschen. Und dann hoch. Beim dritten Versuch klappt. Der Schirm hievt mich aus dem Wasser raus aufs Brett. Yeah! Allerdings ist meine Anfängerinnenfreude nur von kurzer Dauer. Verpasse ich doch, das Brett im 45 Grad Winkel abzdrehen und volle Fahrt aufzunehmen. Stattdessen nimmt der Schirm ohne mich volle Fahrt auf, dreht mich wie um ein Scharnier um meine am Brett fixierten Füße rum. Ich setze zum Luftsprung an – allerdings noch nicht ganz so gekonnt und gesteuert wie die Profis. In hohem Bogen fliege ich unkontrolliert sieben Meter durch die Luft und platsche, Kopf und Bauch vornüber, ins Wasser.

Immerhin: Das schwierigste sei hiermit geschafft, verströset mich Simon, als ich, pflotsch nass und zünftig gekühlt vom Glet-

scherwasser, wieder am Startplatz eintrudle. «Jetzt heisst es dran bleiben!» Alle von uns vieren haben es zumindest schon mal aus dem Wasser aufs Brett geschafft. Und sogar die ersten Meter Fahrt gelang unserem Draufgängergrüppchen. Meine Brust schwillt merklich an, als Simon uns zuraunt, dass die meisten im Schnitt neun Lektionen bräuchten, um den Knackpunkt Wasserstart zu schaffen. Wir vier Helden waren nach sechs Stunden schon so weit! Unsere Kurstage aber leider auch schon wieder zu Ende.

Suchtpotenzial

Immerhin weiss ich nun, dass man Kiten nicht in sechs Stunden lernt. Das Suchtpotenzial des Sportes erahne ich trotzdem schon jetzt. Als würde er meine Gedanken lesen, zwinkert mir Stefan Popprath zum Abschied zu: «Bis bald wieder!» Und ich weiss für mich: Das nächste Mal werde ich den Kite rocken!

Text: Daniela Schwegler, Fotos: Urs Homberger

Die Stube in der Natur:
Lagerfeuer im «Reflektor».

Survival am Bodensee

Als urbaner Mensch plötzlich draussen überleben, geht das? Der Autor hat unter kundiger Leitung probiert, die wichtigsten Grundkenntnisse zu erlangen. Dazu gehören das Sammeln von Laub und das Feuerbohren ebenso wie das Imitieren eines Bären.

Am Hauptbahnhof Zürich kaufe ich einen letzten Kaffee im Pappbecher und steige in den Zug nach Mammern am Bodensee. Fertig Zivilisation für fünf Tage! Ich bin für einen Survivalkurs im Wald angemeldet. Statt einem Zelt bringt der Fotograf eine grosse Plane aus leichtem Nylon mit, die wir an Bäumchen und zwei Stecken aufspannen. «Tarp» nennt sich so ein Zeltdach.

Auch Survival-Instruktor Christof Hagen schläft unter einem Tarp. «So ist man nicht wie in einem Zelt ein Fremdkörper im Wald. Die Tiere kommen vorbei und schauen, wer da ist.» Hagen beschäftigt sich seit 35 Jahren

mit dem Überleben draussen in der Natur und hat vor über 25 Jahren die Survival Outdoor Schule (SOS) gegründet.

An diesem Grundkurs nehmen neben Hagen und zwei weiteren Instruktoressen zwölf Personen teil. Die Motivationen der Teilnehmenden sind vielseitig. «Ich will einen tieferen Zugang zur Natur», erklärt eine Kindergärtnerin und Yogalehrerin. «Ausgleich zum Büro», meint ein IT-Lehrling. Zwei Steiner-Schüler planen ein Überlebensprojekt als Maturarbeit, ein Jungwacht-Leiter will eine Velotour nach Schweden machen. Vorwissen braucht es für diesen Kurs keines: «Was

die Leute brauchen, ist eine positive Einstellung zum Leben in der Natur», sagt Hagen.

Am ersten Tag lernen wir, Sammler zu sein: Aus dem Buchenwald schleppen wir Stöcke, Äste und riesige Mengen von Laub an. Die Stöcke treiben wir mit Steinen in einem Kreis in den Boden und stopfen die trockenen Blätter als Isolationsmaterial dazwischen. In der Mitte dieses sogenannten Reflektors gibt es eine Feuerstelle. «Die Stube in der Natur», nennt Hagen diesen gebauten Platz. In dieser Stube werden wir gemeinsam essen und während der Theorielektionen sitzen und eifrig mitschreiben.



Wo Rauch ist, ist – mit etwas Glück – auch Feuer.

Survival ist Know-how, Praxis und Philosophie. Hagen will möglichst viel von allem in die fünf Kurstage packen. Wir treffen uns jeweils um sieben Uhr morgens zum Morgenessen im Reflektor und erst nach zehn Uhr abends gehen wir schlafen.

Jeweils eine Dreiergruppe kocht das Morgen- und Abendessen: Risotto, Griessbrei, Linsen oder Polenta. Einmal sammeln wir Wildpflanzen und machen Tee, Pesto für Spaghetti und Salat. Das meiste Essen bringen die Teilnehmenden mit. «Wenn wir alles sammeln müssten, verlören wir zuviel Ausbildungszeit», erklärt Hagen. Zudem müsse sich der Zivilisationsmensch an Naturnahrung anpassen. «Wir haben auch Hunger im Kopf.»

Am zweiten Tag zeigt uns Hagen, wie wir ohne Zündhölzer oder Feuerzeug ein Feuer anzünden: Aus einem trockenen Ast eines mittelharten Holzes schnitzen wir eine Grundplatte und einen Bohrer. Dazu ein Druckstück aus hartem Holz und ein Bogen

und wir lassen unsern Feuerbohrer rotieren. Was uns wie ein Zaubertrick erscheint funktioniert: Es raucht und stinkt und winzige Stückchen Glut fallen in den Holzstaub und das trockene Gras unter dem Brettchen. Jetzt sanft rein pusten und es brennt!

Astwerkhütte statt Schlafsack

Das zweite Highlight der Woche ist eine Unterkunft aus Naturmaterialien. Wieder werden wir für einen Nachmittag zu Sammlerinnen und Sammlern, schleppen Stöcke, Gras und Laub an für eine sogenannte Astwerkhütte: Wir zeichnen zuerst die Silhouette von zwei Personen auf den Boden, bauen ein Gerüst darüber und stopfen dann Unmengen von Blättern darauf. Es ist schon finster, als wir endlich unsere Hütte fertig haben. Sie erinnert an einen mannshohen, ovalen Laubhaufen.

Zwei Teilnehmende quetschen sich durch den winzigen Eingang, um die Nacht darin zu verbringen. «Es war viel zu warm», meint eine



Mepha – Medikamente zu gesunden Preisen, z. B. bei

Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen

Olfen Patch®
Mit lang anhaltender Wirkung

- ▶ schmerzlindernd und abschwellend
- ▶ entzündungshemmend
- ▶ wirkt bis zu 12 Stunden



Dies ist ein Arzneimittel. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage. Erhältlich in Apotheken und Drogerien.

Die mit dem Regenbogen



Selber machen

Fünf Tage überleben

Der Survival-Grundkurs dauert fünf Tage und findet drei Mal pro Jahr statt. Das Mindestalter der Teilnehmenden liegt bei 17 Jahren. Alle Kursorte sind mit dem öffentlichen Verkehr zu erreichen. Der Kurs kostet 690.– Franken.

| www.goSOS.com



Feuerzeug selbstgemacht.

Selber entdecken

Bodensee

Entdecken Sie die Region Bodensee auf und neben dem Wasser.

Wandern

Einer der längsten Fusswege der Schweiz, die historische Via Rhena, folgt dem Hochrhein von Kreuzlingen über Augusta Raurica bis nach Basel. Die Etappe von Steckborn bis Stein am Rhein beispielsweise ist 13 km lang und führt über die Ruine Neuburg, die Hochwacht bei Mammern und die Wallfahrtskirche Klingenzell.

| www.kulturwege-schweiz.ch

Paddeln

Mit dem Kanu oder Seekajak kann man den Untersee erkunden, beispielsweise auf einer geführten Tour von Kreuzlingen nach Berlingen. Diese Strecke führt am Wollmatinger Ried vorbei, einem der bedeutendsten Naturschutzgebiete des Sees.

| www.kanuland.ch
| www.lacanoa.com

Reiten

Aus dem Sattel hoch zu Ross auf den See schauen und die frische Luft geniessen kann man bei verschiedenen Anbietern von Reittouren und Tagesausflügen. Das gilt natürlich auch fürs deutsche Ufer des Bodensees.

| www.ferienhaus-schweiz.org



Astwerkhütte: 0-Sterne-Komfort, aber viel Naturerlebnis.

der Schläferinnen am nächsten Morgen. Die Astwerkhütte ersetzt nicht nur das Zelt, sondern auch den Schlafsack.

Bär sein

Überleben hat auch mit der Wahrnehmung zu tun. Die Fähigkeiten und Sinne der meisten Stadtmenschen sind aber verkümmert. Darum trainiert der Leiter mit uns das Sehen aus den Augenwinkeln oder im Dunkeln und die Sinne Riechen, Hören sowie Schmecken. An einem Abend im Reflektor spielt uns Hagen weiter eine ganze Reihe von Tierstimmen aus dem Schweizer Wald vor, die er auf sein Handy aufgenommen hat. Wir erkennen nur einen Teil davon.

Jedes der Tiere hat eine eigene Wahrnehmung, die wir kennen müssen. So spielt beispielsweise einer der Instrukturen ein Reh, das keine Farbsicht hat und nur Bewegungen sieht. Wir versuchen uns anzupassen und ganz, ganz langsam anzuschleichen. Umge-

kehrt lernen wir bei einer Einführung zum Spurenlesen, wie sich Tiere bewegen und wie ihr Gang sich anfühlt: Wir tappen wie der Braunbär um unseren Reflektor oder schleichen auf den sanften Pfoten einer Katze über den Laubteppich.

Survival-Philosophie

«Mit diesem Kurs legen wir die Wurzeln fürs Überleben draussen», fasst Hagen zusammen. Wichtig ist ihm auch zu zeigen, dass der Respekt vor der Natur ein zentrales Element jeder Survival-Philosophie sein muss. Darum führt er seine Kurse immer an Orten durch, die mit Bahn und Bus erreichbar sind. Auch er selber reist mit dem öffentlichen Verkehr an, selbst wenn sein Rucksack fast 40 Kilo wiegt. «Ich will zeigen, dass es auch ohne Auto geht.» Stattdessen nimmt er ein Klappvelo mit in den Zug.

Text: Philippe Kropf
Fotos: Bruno Augsburg

Gaudi auf dem Abstellgleis

Schienenvelofahren ist nicht nur ein Erlebnis für Bahnromantiker und Sportlerinnen. Die Fahrt mit dem roten Stahlross über die stillgelegte Bahnstrecke Laupen–Gümmenen ist ebenso ein Ausflugsvergnügen für gemütliche Pedaleure.

Entdeckung der Langsamkeit: Mit einem Schienenvelo über stillgelegte Gleise.

Die Instruktion ist so kurz wie das 4-plät-zige «Stahlross» simpel ist: Auf jeder Schienenseite eine Art Velo mit in der Höhe verstellbaren Sätteln, Pedalen, zwei Fuss- und eine Feststellbremse. Dahinter ein Sitz für zwei Personen, der einem Strandliegestuhl ähnelt. Vier Griffe, um das Gerät im Bedarfsfall aus den Schienen heben und um 180 Grad in die Gegenrichtung platzieren zu können. Fertig ist das Schienenvelo.

Selbst unbegabte Velofahrer können es problemlos bedienen. Im Prospekt des Anbieters steht denn auch: «Besondere Vorkenntnisse: keine.» Das wollen wir jetzt ausprobieren. Unsere Kinder, 12 und 10 Jahre alt, schwingen sich als erste in die Sättel, die Eltern lehnen sich im Liegestuhl zurück. Und jetzt strampeln!

Stillgelegtes Gleis für einen Franken

Am Röstigraben, im Dreieck Murten–Bern–Fribourg, verkehrten früher Züge der Sense-

talbahn zwischen Laupen und Gümmenen. Der Betrieb war unrentabel, und ab 1991 rollten nur noch Dampf- und Güterzüge über die Schienen. Sieben Jahre später wurde die Strecke ganz stillgelegt. Reisebüro-Inhaber Felix Berger packte die Gelegenheit beim Schopf: «Ich kaufte der SBB das Gleis für einen symbolischen Betrag von einem Franken ab.» Er fand in den Vogesen einen Schienenvelo-Fabrikanten und bestellte zehn Stück. Damit ist sein Aktiv-Reisen-Unternehmen seit 1998 um eine touristische Attraktion reicher. «Eigentlich wollte ich Fahrten auf Handhebeldraisinen anbieten, wie sie im Verkehrshaus Luzern ausgestellt und aus amerikanischen Western-Filmen bekannt sind», so Berger. Auch Jules Vernes Protagonisten wählten unter anderem dieses Fortbewegungsmittel und pumpeten sich auf ihrem 80-tägigen Wettlauf um die Welt über Schienen. Doch für dieses Modell bekam Felix Berger von den Behörden keine Bewilligung. Das tut seinen Gefühlen ge-

genüber den Velodraisinen keinen Abbruch: Er nennt diese Tätigkeit zärtlich «draisinele».

Höchstgeschwindigkeit 12 Stundenkilometer

Inzwischen hat unsere rote Schienenrikscha etwas an Fahrt aufgenommen. Sieben weitere Draisinen sind auf der einspurigen Strecke unterwegs. Bis zum Wendeplatz und zurück zum Ausgangspunkt sind es zehn Kilometer. Momentan ist keine Steigung in Sicht, die Anstrengung hält sich in Grenzen. Die Kinder könnten schneller fahren, doch trotz Gestrampel pedalen sie ins Leere, weil die Velos nur einen Gang mit kleiner Übersetzung haben. Vorerst ist uns der Grund dafür nicht ganz klar. Durchschnittlich sportliche Fahrer erreichen mit dem Schienenvelo eine Höchstgeschwindigkeit von 12 Stundenkilometern. Es geht aber auch schneller, wie sich 1997 an der auf dieser Strecke durchgeführten Schienenvelo-WM zeigte: Der Sieger erreichte auf einem Spezial-Liegeschienenvelo stolze 59

Selber machen**Schienenvelo**

Draisinen fahren ist ein Plausch für jedermann, es sind keine besonderen Vorkenntnisse nötig.

Die Saison im Sensetal startet jeweils am Karfreitag und dauert bis Ende Oktober. Fahren ist täglich auf Voranmeldung möglich und als Halbtages- oder Tagesprogramm buchbar. Mindestens 17, max. 40 Personen können gleichzeitig fahren (max. 4 Personen pro Draisine). Mietpreise pro Draisine: CHF 105.– für 4 Std.

Information und Reservation:
Berger Aktiv-Reisen
3037 Herrenschwanden
Tel. 031 302 88 77
info@berger-reisen.ch
| www.berger-reisen.ch

Selber entdecken**Freiburgerland**

Ob Schluchten, Bäder oder Schokoladenfabrik: Die Region Fribourg bietet für alle etwas.

Für Schluchtenwanderer

Tiefe Gräben und Schluchten haben Sense und Schwarzwasser rund um den Gantrisch gegraben. Start und Ziel ist die Haltestelle Schwarzwasserbrücke, Mittelhäusern, wo Züge verkehren. Die Wanderung ist leicht (620 Höhenmeter) und dauert 2,5 Stunden. Wanderkarte:

| www.karten-shop.ch

Für Wasserratten

Von den Gruyère-Bädern in Charmey aus den herrlichen Blick auf die umliegenden Berge geniessen, im Innen- und Aussenschwimmbecken im 32 Grad warmen Wasser herumschwadern oder in den Saunas, im Hammam und den türkischen Bädern Körper und Geist entspannen. Täglich geöffnet.

Tel. +41 (0)26 927 67 67

| www.bainsdelagruyere.ch

Für Schleckmäuler

Schleckmäuler werden im neuen Maison Cailler in Broc-Gruyère FR in die Geheimnisse der Schokoladenherstellung eingeweiht: Während die Schokolade auf der Zunge schmilzt, lauscht man der Geschichte der Fabrik. Täglich von 10–18 Uhr.

Eintritt: Kinder bis 16 Jahre gratis, Erwachsene CHF 10.–.

| www.cailler.ch



Auf Kollisionskurs: Nach einer kurzen Lagebesprechung ist den meisten klar, wie es weitergeht.

Stundenkilometer, und bei einem Test auf dem Laupener Standardmodell kamen die Spitzenathleten immerhin auf 30 Stundenkilometer.

Wir nehmen es gemütlich und zuckeln vorbei an Mais- und Zuckerrübenfeldern und glotzenden Kühen. Draisinen sind natürlich keine Erfindung des Freizeittourismus. Die vierrädrigen Gefährte dienten früher als Hilfsfahrzeuge zur Inspektion von Eisenbahnstrecken und zum Transport von Arbeitern und Werkzeugen. Die SBB verteilte damit auch Strecken- und Barrierenwärtern ihre Lohntüten.

Die Kinder feuern sich an, die Eltern geniessen den Taxidienst und glotzen zu den Kühen zurück. Plötzlich kommt Gegenverkehr auf, wir sind auf Kollisionskurs. Ein Feuerwehrmänner-Ausflug auf vier Draisinen befindet sich auf dem Rückweg vom Bahndamm-Àpéro ins Depot. Schliesslich stehen wir uns im Stillstand frontal gegenüber. Wie

tauschen wir am effizientesten die Schienenvelos, damit alle in die richtige Richtung weiterfahren können? Kurze Lagebesprechung, dann ist es den meisten klar.

Nach dem Draisinentausch treten wir Eltern in die Pedalen. Wir überqueren auf einer Brücke die Sense und danach viermal die Strasse. An unbewachten Übergängen, notabene. Nicht dass dies ein Problem wäre, wie wir befürchtet hatten. Die Autofahrer zu beiden Seiten halten bereitwillig an und staunen ungläubig durch die Windschutzscheibe, als ob ein Ufo mit Ausserirdischen gelandet wäre. Etwas später staunen auch wir Eltern, als wir kurz vor Gümnenen und dem Wendeplatz mit gedeckter Feuerstelle, Tischen, Bänken und Bogenschiessplatz zum Schlusspurt ansetzen: Zum Glück ist die Steigung kurz, doch geht sie in die Waden. Jetzt schaltet uns, weshalb die 100 Kilo schweren 1-Gang-Velos so klein übersetzt sind.

Text: Claudia Merki, Fotos: Tomas Wüthrich