

„Klettern ist ein Lifestyle“

Das Kletterzentrum in Lokstedt ist das Eldorado für Gipfelstürmer aus dem Norden

Von Sonja Schmidt

HAMBURG Die Reeperbahn führt knapp 12 Meter weit unter die Hallendecke, rote Tritte und Griffschalen markieren ihren Weg. Malena Schulz hat die Route mit dem Namen der sündigen Meile schon oft erklommen, seit sieben Jahren hängt sich die 18-Jährige regelmäßig im Kletterzentrum in Hamburg-Lokstedt in die Seile.

Die Schülerin trainiert mehrmals die Woche in der Sektion Hamburg und Niederelbe e.V. des Deutschen Alpenvereins (DAV) und bereitet sich mit Unterstützung ausgebildeter Trainer auf Wettkämpfe vor. Schon häufig belegte sie bei Hamburger Schulmeisterschaften die vordersten Ränge, bei den Norddeutschen Lead-Meisterschaften der Sportkletterer im vergangenen Jahr erreichte sie Rang vier. „Klettern ist vielseitig, denn die Bewegungen sind sehr komplex. Um erfolgreich zu sein, braucht man viel Kraft und Willensstärke“, sagt sie. Beim Klettern in Lokstedt hat sie auch schon Freundschaften geschlossen. „Bei uns geht es sehr familiär zu. Viele unserer Mitglieder kommen seit vielen Jahrzehnten zu uns und bringen irgendwann auch ihre Kinder und Enkel mit“, erklärt Katrin Ruppel, die Geschäfts-

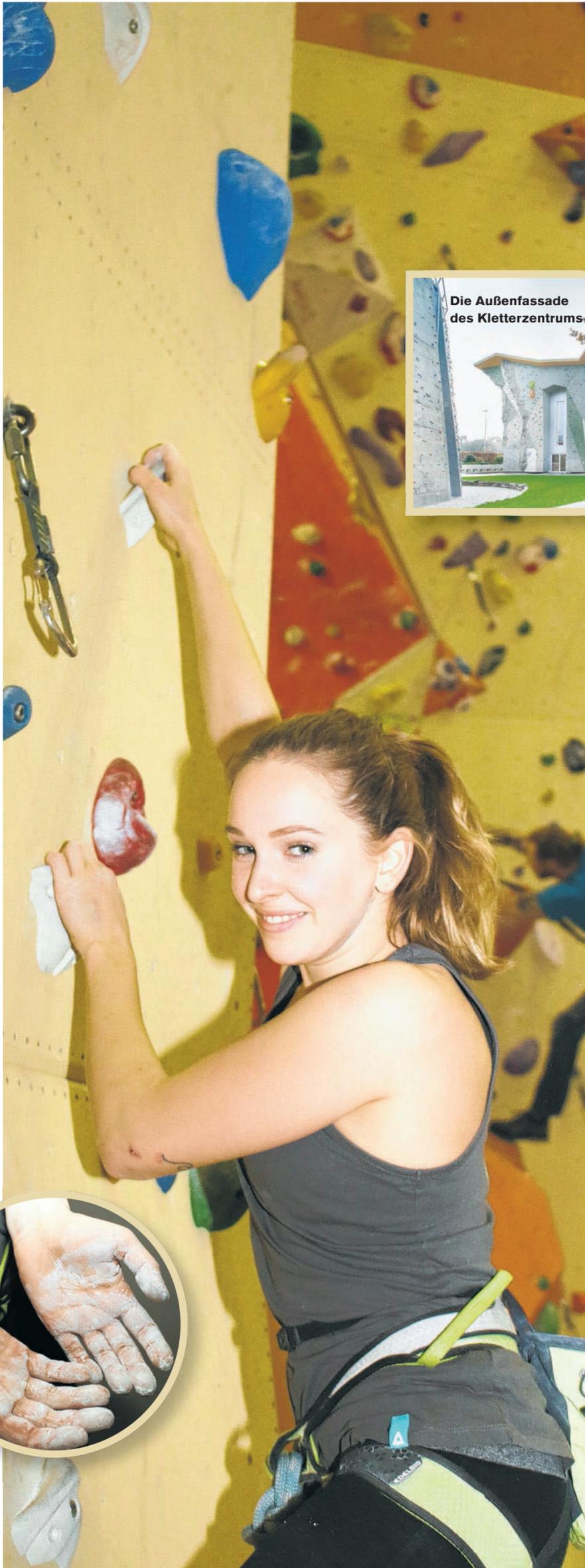
Um erfolgreich zu sein, braucht man viel Kraft und Willensstärke.

Malena Schulz

führerin der Hamburger Sektion des Alpenvereins. Neben Tages- und 10er-Karten nutzen laut Ruppel über 2.000 DAV-Mitglieder der Hamburger Abteilung ein dauerhaftes Sportkletter-Abo für die Anlage in der Döhrnstraße 4. Über 20.000 Mitglieder zählt die 1875 gegründete Hamburg-Filiale des DAV insgesamt. Damit ist sie die fünftgrößte des 1,1 Millionen Mitglieder starken Alpenvereins, der seit 1869 in Deutschland aktiv ist. Das Kletterzentrum ist gleichzeitig Vereinssitz des norddeutschen DAV und „eine der schönsten Anlagen die ich je gesehen habe“, so Ruppel. Mit 500 anspruchsvollen Kletterrouten und 50 weite-

Verschwitzte Hände? Dann hilft Magnesiapulver. Die Kreide verhindert, dass der Kletterer abrutscht

ren zum Bouldern auf 3.800 Quadratmetern ist es das größte Kletterzentrum in Norddeutschland. Die verschiedenen Schwierigkeitsgrade reichen bis in den zehnten Grad und werden regelmäßig neu gesteckt. Die große Sehnsucht der Hamburger nach der Vertikalen, zeigt sich auch in der rasanten Erweite-



Malena Schulz (18) geht im Kletterzentrum regelmäßig die Wände hoch

Fotos: sos

rung des Geländes: Während im Eröffnungsjahr 2002 erst ein Turm beklettert werden konnte, gipfelte das steigende Interesse schnell in den Bau von zwei weiteren Hallen. „Halle 1“ wurde 2006 eingeweiht, „Halle 2“ 2011 fertiggestellt. „Ihr fehlt noch eine Außenkletterfläche. Aber das könnte sich in den kommenden Jahren ändern“, kündigt Ruppel an. Stolz sei die Sektion zudem auf den neuen Kletterspielplatz für Kinder. Flachland-Alpinisten, die ech-



te Bergluft schnuppern wollen, können außerdem fünf Vereinshütten in Österreich und dem Mittelgebirge nutzen.

Sektionsfest am 5. Juni

Klettern darf in Lokstedt jeder, der klettern kann. An sieben Tagen die Woche. Profis und Anfänger geben sich gegenseitig Tipps, treffen sich im Vereinshaus und organisieren gemeinsame Ski-, Foto-, oder Mountainbike-Touren. „Klettern ist ein Lifestyle, der Sport verbindet und hilft fürs ganze Leben“, sagt Malena Schulz, während ihr Kletterpartner Leander Schäffer den Partnercheck macht und Gurt und Seil überprüft. Das Thema Sicherheit wird im Alpenverein groß geschrieben. „Unsere Wände und Materialien werden regelmäßig kontrolliert“, so Ruppel. Anfänger müssen vor ihrem ersten Aufstieg einen Einstiegs-kurs absolvieren. Danach kann sich jeder mit anderen Neueinsteigern oder Profis messen. Zum Beispiel beim beliebten Fun Cup am 5. Juni. Ruppel: „Das ist unser Sektionsfest, ein Spaß für Jedermann mit Verkleidungsmotto – und eine prima Gelegenheit um unser Kletterzentrum kennenzulernen.“

► www.kletterzentrum-hamburg.de, Döhrnstraße 4, ☎ 040/600 888 66

Hier kann man außerdem klettern:
Nordwandhalle
Am Inselpark 20
21109 Hamburg
www.nordwandhalle.de

Bouldern:
Flashh Boulder Spot
Gasstraße 18 - Haus 1
22761 Hamburg
www.flashh.de

Salon du Bloc
Eppendorfer Weg 4
20259 Hamburg
www.salondubloc.de

DIE NÄCHSTEN BEGEGNUNGEN



HOCKEY

Bundesliga, Damen
Hallensaison, Viertelfinale
Sonnabend, 30. Januar
Berliner HC - Münchner SC (11.45 Uhr), Mannheim HC - Lichterfelde (14 Uhr), Alster - RW Köln (15.30 Uhr), Düsseldorfer HC - Harvestehude (16 Uhr)

VOLLEYBALL

Regionalliga Nord, Männer
Sonnabend, 30. Januar
Kieler TV - Lübecker TS Infos (17 Uhr), HSV Neubrandenburg - KMTV Eagles 2, Rissener SV - SV Warnemünde 2 (beide 19 Uhr), 1. VC Nordstedt - Eimsbütteler TV, Sonntag, 31. Januar
TuS H/M Kiel - Niendorfer TSV 2 (15 Uhr)

HOHENHORST

Kursus steigert Fitnesswerte

Für übergewichtige Menschen bietet der TSV Hohenhorst in der Kielkoppelstraße 9a/b jeden Donnerstag von 18 bis 19 Uhr eine abwechslungsreiche Sportstunde an. Schwerpunkte sind Übungen zur Verbesserung von Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht sowie eine Entspannungsphase. Weitere Auskünfte gibt es über die Geschäftsstelle unter ☎ 672 04 63. (th)

BRAMFELD

Jugendtrainer gesucht

Die Fußballjugendabteilung des Bramfelder SV sucht weitere Trainer und Betreuer für ihre zahlreichen Nachwuchsteams. Kontakt gibt es über Volker Renk unter ☎ 0151/ 20 79 73 13. (th)

FARMSEN

Seepferdchen und Seehund

Der Arbeiter-Wassersport-Verein v. 1909 (AWV 09) veranstaltet vom 8. Februar bis 9. Mai im Schwimmbad des Berufsförderungswerks Farmsen, August-Krogmann-Straße 52, einen Seepferdchen-Kursus (Montag, 17.30 bis 18 Uhr). Die Teilnahme kostet 110 Euro für elf Termine. Wer bereits das Seepferdchen-Abzeichen besitzt, kann an einem „Seehund Trixi-Lehrgang“ teilnehmen (8. Februar bis 9. Mai, 18.15 bis 18.45 Uhr, 110 Euro). Infos und Anmeldung bei Trainer Jürgen Bargaenberg ☎ 656 25 25 oder unter www.awv09.de (th)