

Südkurier Konstanz, 28.12.2006

Slackliner ziehen am Hörnle alle Blicke auf sich

Lässiger Sport auf lockerem Band

VON ANIKA MAHLER

Viele Neugierige blieben in den vergangenen Wochen am Hörnle stehen. „Wie im Zirkus“, „Artisten“, „Macht ihr das auch über Schluchten?“ waren Kommentare, die man immer wieder zu hören bekam. Oft fiel auch der Begriff „Seiltanz“. Die Assoziation liegt nahe, schließlich wurde auch hier balanciert und „getrickst“ – allerdings nicht auf einem starren Drahtseil, sondern auf flachen Bändern, die zumeist in Absprunghöhe zwischen zwei Bäumen befestigt waren. Es handelt sich dabei nicht um den aus dem Zirkus bekannten Seiltanz, sondern um die noch recht junge Sportart Slacklines. „Slack“ meint übersetzt „locker“, „lose“, „lässig“ – und so ist eben das Band, auf dem gelaufen wird, dehnbar und die Stimmung unter den Slacklinern „lässig“. Man trifft sich in Gruppen im Freien, es geht um Spaß an der Bewegung, aber auch um „die sportliche Herausforderung“, so Jörg Helfrich, angehender Bergführer, der seit Ende letzten Jahres „slackt“.

Seine Ursprünge hat das Slacklines in der Kletterszene. Bereits in den 1980er Jahren wurde in den USA ein Schlauchband aus dem Bergsport zum Balancieren als Zeitvertreib gespannt. Erst die Integration von Materialien, die nicht dem Klettersport entstammen wie Zurrgurte und Ratschen, hatte jedoch den „Katalysatoreffekt“, das Slacklines einem breiteren Publikum zugänglich zu machen“, meint Tillmann Müller. Er ist Sportstudent an der Universität Konstanz. Im Rahmen seines Sportstudiums hat er im September einen Slackline-Anfängerkurs angeboten. Als Sportwissenschaftler sieht er das Potential des Sports: „Ob man es glaubt, oder nicht, grundsätzlich kann das jeder“. Auch wenn das einfache Gehen nur weniger Schritte am Anfang undenkbar er-



Tillmann Müller und Jörg Helfrich betreiben Slacklines. Die Balanceübungen auf lockerem Band finden in Konstanz immer mehr Anhänger.

BILD: MAHLER

scheint, sind doch schnell Fortschritte möglich – das motiviert – gleichzeitig schult der Sport die Körperwahrnehmung und stabilisiert die Gelenke. So kann das Slacklines auch als Training für grundsätzlich alle Sportarten eingesetzt werden. Mit dem Kurs hat sich Tillmann Müller zum Ziel gesetzt, einen Teil zur „Verbreitung dieser Sportart“ beizutragen sowie den „Ehrenko-

dex“ der Slackliner zu vermitteln: „Jedem, der Interesse zeigt, Auskunft und Tipps zu geben“. Oberstes Gebot ist außerdem, die Bäume nicht zu verletzen. Bei richtigem Aufbau der Slackline mit Rindenschutz oder breitem Band sieht Jörg Helfrich, der auch als Baumpfleger arbeitet, jedoch keine Gefahr für die Bäume.

Was zu Beginn des Jahres nur weni-

gen bekannt war, hat sich in der Zwischenzeit rasant verbreitet. Besonders freut sich die Konstanzter Slacklinergemeinde auch, dass immer mehr Frauen Zugang zu der einst ausschließlich von Männern betriebenen Sportart gefunden haben. Schließlich ist das, was hinter dem Slacklines steht, nicht nur Männersache. Gefragt sind Konzentration, Koordination und Balan-

ce. Gleichzeitig kann der Sport richtig anstrengend werden. Immerhin ist der ganze Körper im Einsatz, wenn es darum geht, die eigenen Bewegungen und die der Slackline auszugleichen und zu koordinieren. Die Line gibt einem „sofort Feedback“, sie ist „der Spiegel deiner selbst“ sagen die Slackliner, wichtig ist es die „Schwingungen der Line zu akzeptieren und für sich zu nutzen“. Am besten geht das natürlich, wenn man das Band direkt fühlen kann, also barfuß.

Der Fantasie sind (noch) keine Grenzen gesetzt. Gerade weil der Sport so jung ist, „genießen wir die Freiheit, neue Tricks zu erfinden und diese zu benennen“, so Tillmann Müller. Es wird auf die Line gesprungen, auf der Line gedreht, aber auch Kunststücke wie der „Knee Drop“, der „Cro“ und der „Surfer“ werden Neugierigen gerne gezeigt. Mit dem Highlines wird der Trend auf die Spitze getrieben. Dabei wird die sichere Absprunghöhe verlassen und das Band in luftigen Höhen über Schluchten, zwischen Baumgipfeln oder Felsnadeln gespannt. Gelaufen wird dann in der Regel mit einer Selbstsicherung. Der Reiz liegt dabei besonders auf der mentalen Ebene, es ist „wie wenn man sich mit einem Boot vom Ufer abstößt, man ist völlig auf sich allein gestellt“, berichtet Jörg Helfrich. Überwiegen Angst und Zweifel, ist es selbst dem erfahrenen Slackliner nicht möglich, auch nur einen Schritt zu machen. Allerdings ist das Highlines ein Spezialbereich, „nichts aus dem Regal“, das heißt es bleibt denen vorbehalten, die am Boden bereits sicher sind und sich genau mit Material und Sicherungstechniken auskennen.

Traum der Wenigen, die bereits Highline-Luft geschnuppert haben, ist die berühmte „Spireline“ im Yosemite Nationalpark in den USA, denn sie ist mit knapp 900 Metern Luft unter der Line laut Jörg Helfrich die „ultimative Highline“.