

# Hochtasten, Loslassen, Schwingen

## Schüler probieren sich beim Kletterschnupperkurs in Gilching

Sichtlich aufgeregt und verunsichert betreten die Mädls und Jungs im Teenageralter das DAV Kletter- und Boulderzentrum in Gilching. So braucht es auch eine Weile, bis ein wenig Ruhe in der quirligen Gruppe eingekehrt und die Mehrzahl von ihnen – teils sich sträubend, teils in großer Erwartung – mit Gurten und Kletterschuhen ausgestattet und startbereit ist. Insgesamt 24 Schüler/-innen des Sonderpädagogischen Förderzentrums München Mitte 3 hatten am 13. Juli zweieinhalb Stunden lang die Chance, im Rahmen eines Schnupperkurses an vier Stationen das Klettern auszuprobieren. Das Projekt



für sozial benachteiligte Jugendliche konnte dank der von Initiator Dr. med. Thomas Lukowski akquirierten Spenden sowie der Unterstützung durch die Sektion München, die den Eintritt und den Materialverleih übernahm, bereits zum vierten Mal stattfinden. Die Idee dahinter: jungen Menschen, die aufgrund ihres sozialen Hintergrundes kaum Zugang zum Klettersport fänden, ein außergewöhnliches Erlebnis zu ermöglichen und damit einen positiven Beitrag zur Entwicklung der Jugendlichen zu leisten. Denn gerade der Klettersport ist laut Psychotherapeut und Psychologe Lukowski „ein ziemlich perfekter Sport“ nicht nur für den Körper, sondern auch um Ängste zu überwinden und das Selbstbewusstsein zu stärken. Und vielleicht entpuppt sich die Begeisterung bei einigen Jugendlichen schließlich als derart groß, dass sie Interesse an regelmäßigen Klettertrainings entwickeln – so die Hoffnung von Lukowski und dem Leiter der DAV-Servicestelle in Gilching, Sebastian Haas. Zumindest fürs Erste scheint ihr Ziel auch dieses Mal erreicht worden zu sein: Am Ende hat der Großteil der Truppe das Rauf und Runter an den bunten Griffen ausprobiert und geht mit leuchtenden Augen nach Hause. Lisa (15) wünscht sich gar regelmäßige Kletterausflüge mit der Schule, denn das Schöne am Klettern sei, über sich selbst hinauszuwachsen: „Wenn man von unten schaut, glaubt man, das schafft man nie. Aber dann kommt man doch ganz einfach hoch!“